

998

**НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ М. П. ДРАГОМАНОВА**

**ЯЩИШИНА Юлія Миколаївна**

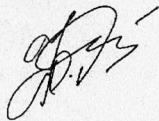
УДК 159.923.2: 378.17

**СОЦІАЛЬНІ ТА ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ  
ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

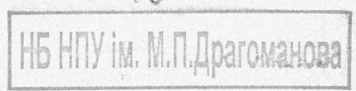
**АВТОРЕФЕРАТ**

дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата психологічних наук



**Київ – 2011**

7419



Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі психології Луганського національного університету ім. Тараса Шевченка, Міністерство освіти і науки України.

**Науковий керівник** – доктор психологічних наук, доцент  
**ЧЕРНОБРОВКІН Володимир Миколайович**,  
Луганський національний університет  
імені Тараса Шевченка,  
завідувач кафедри психології.

**Офіційні опоненти:** доктор психологічних наук, професор  
**ШЕВЧЕНКО Наталія Федорівна**,  
Запорізький національний університет,  
завідувач кафедри педагогіки та психології;

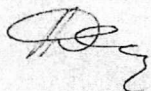
кандидат психологічних наук, доцент  
**ХЛІВНА Олександра Миколаївна**,  
Волинський національний університет  
імені Лесі Українки,  
доцент кафедри медичної психології  
та психодіагностики.

Захист відбудеться 16 березня 2011 року о 15.00 год. на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.10 у Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова за адресою: вул. Пірогова, 9, м. Київ, 01601.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова за адресою: вул. Пірогова, 9, м. Київ, 01601.

Автореферат розіслано «14» лютого 2011 р.

**Учений секретар  
спеціалізованої вченої ради**



— **Л. В. Долинська**

## **ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ**

**Актуальність теми.** Вплив сучасних умов соціально-економічної нестабільності та підвищеної стресогенності на етапі становлення та розвитку особистості в студентському віці викликає у молодій людині почуття незахищеності, невпевненості, безперспективності, нереалізованості. Це відносить студентство до найбільш вразливої соціальної групи. Тому проблема психічного здоров'я студентської молоді серед завдань вітчизняної психології на сучасному етапі модернізації системи вищої освіти в Україні посідає одне з пріоритетних місць. У зв'язку з цим виникає необхідність перегляду ставлення до проблеми психічного здоров'я студентства та визначення оптимальних шляхів його збереження. На це вказується в роботах вітчизняних та зарубіжних дослідників Л. Долинської, І. Дубровіної, С. Максименка, В. Панка, Н. Пов'якель, Т. Титаренко, Н. Чепелевої, В. Чернобровкіна, Н. Шевченко, Т. Яценко. Період навчання у вищому закладі освіти є значущим періодом становлення особистості. Гармонійний розвиток усіх рівнів психіки студентської молоді під час навчання може проходити лише за умови відчуття внутрішнього комфорту та гармонії із соціальним оточенням. Студентський вік (17–25 років) як об'єкт психологічних досліджень був зазначений лише наприкінці 60-х – початку 70-х років минулого століття. Основні положення про сутність, закономірності, суперечливості становлення особистості в студентському віці, типологічні особливості студентів визначено в роботах Б. Ананьєва, Л. Балабанової, О. Бондаренка, Л. Виготського, Е. Еріксона, І. Кона, В. Лісовського, Л. Подоляк, Х. Ремшмідта, С. Савченка, Г. Саллівана, Т. Титаренко. Але в межах педагогічної та вікової психології проблема психічного здоров'я студентської молоді взагалі не була предметом комплексного дослідження. Не вивчалися особливості психічного здоров'я студентів, недостатньо розроблено є система розвитку, збереження й підтримки психічного здоров'я студентства під час навчання у вищому закладі освіти. Тому окреслена проблема в сучасних умовах набуває найбільшої актуальності. Під час аналізу феномену психічного здоров'я виявлено поняттєво-термінологічну проблему поняття «психічне здоров'я», відсутність загальних науково обґрунтованих підходів до визначення основних чинників, оцінки та корекції розвитку психічного здоров'я для різних вікових груп, недостатню визначеність норм, меж, рівнів психічного здоров'я особистості.

Серед зазначеного спектра питань цієї проблеми особливого вирішення потребують питання визначення чинників психічного здоров'я. Чинники є умовою, причиною, що впливають на будь-який процес. Отже, у питанні психічного здоров'я проблема виявлення його чинників є ключовою, але й дотепер немає єдиної думки щодо їх визначення. Як початкову точку в аналізі психічного здоров'я особистості пропонується виділяти адаптованість (Ю. Александровський, І. Галецька, І. Дубровіна, В. Казначєєв, О. Калітєвська, Б. Карвасарський, Н. Колотій, В. М'ясищєв, А. Налчаджян). Більшість науковців пов'язують особистісні чинники психічного здоров'я із гармонійністю, душевною рівновагою; творчістю; інтегрованістю особистості та смисловою регуляцією життєдіяльності; духовністю; моральні та соціальні принципи; здатністю до самореалізації, що орієнтується на сенс життя (Ф. Василюк, Г. Балл, І. Бєх, С. Болтївець, Б. Братусь, М. Боришевський, Д. Леонтєв, С. Максименко, А. Маслоу, В. Моляко, Е. Помиткін, Є. Потапчук,

В. Франкл, Н. Шевченко, Т. Яценко). Серед значущих соціальних чинників психічного здоров'я особистості виділяють хронічну емоційну та інтелектуальну напругу в період навчання (Ю. Александровський, Н. Гавенко, Б. Карвасарський, М. Панасик), сімейно-побутові чинники (С. Громбах, І. Дубровіна, Н. Колотій, Р. Сірко), чинники навколишнього середовища, економічні кризи, екологічні проблеми (І. Базима, Т. Грузєва, Т. Кульчицька, В. Розін, С. Семічев), соціально-політичні, демографічні, етнокультурні чинники (М. Андрос, О. Дмитрієва, Т. Дмитрієва, Л. Карамушка, Б. Положий, Н. Пезешкіан). Визначення особистісних та соціальних чинників, які детермінують відповідний рівень психічного здоров'я студентства, сприятиме більш глибокому розумінню механізмів психічного здоров'я, індивідуальному підходу щодо оцінки, аналізу, прогнозування та створення сприятливих умов розвитку психічного здоров'я студентської молоді.

Отже, соціальна значущість та недостатня дослідженість проблеми розвитку психічного здоров'я студентства обумовили вибір теми дисертаційного дослідження «Соціальні та особистісні чинники психічного здоров'я студентської молоді».

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертація виконана відповідно до програми наукових досліджень кафедри психології Луганського національного університету імені Тараса Шевченка за напрямом «Становлення суб'єкта життєвого шляху в сучасному соціально-психологічному просторі» (державний реєстраційний номер 0110U000388). Тему дисертації затверджено Вченою радою Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (протокол № 1/2499 від 28.12.2005 р.) й узгоджено Міжвідомчою Радою з координації наукових досліджень у галузі педагогіки та психології НАПН України (протокол № 3 від 21.03.2006 р.).

**Мета дослідження** полягає в теоретичному й експериментальному вивченні особливостей психічного здоров'я студентської молоді, визначенні соціальних і особистісних чинників, що детермінують його розвиток, а також обґрунтуванні та розробці психолого-педагогічного супроводу процесу сприяння розвитку психічного здоров'я студентства.

**Завдання дослідження** визначені відповідно до поставленої мети:

1. Здійснити міждисциплінарний теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення феномену психічного здоров'я людини.
2. Експериментально виявити особливості розвитку психічного здоров'я студентської молоді під час навчальної діяльності у вищому закладі освіти.
3. Визначити чинники, що впливають на психічне здоров'я студентів та встановити взаємозв'язок між соціальними та особистісними чинниками, які детермінують розвиток психічного здоров'я студентської молоді.
4. Обґрунтувати, розробити, апробувати програму ефективних засобів психопрофілактики та психокорекції чинників, що впливають на розвиток психічного здоров'я студентства.

Теоретичне вивчення проблеми дозволило висунути *припущення* про те, що:

- психічне здоров'я студентської молоді визначається комплексом взаємопов'язаних особистісних (ціннісно-смысловий, самооцінювальний, регуляторний компоненти) та соціальних (особливості мезо- та мікросередовища) чинників;

- домінуючу роль у структурі психічного здоров'я студентської молоді відіграє ціннісно-смилова сфера особистості;

- розвиток психічного здоров'я студентства буде більш успішним за умови посилення самоактуалізаційного потенціалу студентів засобами психопрофілактичної та психокорекційної роботи.

**Об'єкт дослідження** – психічне здоров'я студентської молоді.

**Предмет дослідження** – соціальні та особистісні чинники психічного здоров'я студентської молоді.

**Методи дослідження** – *теоретичні*: теоретико-методологічний аналіз проблеми дослідження, порівняння й узагальнення результатів експериментальних досліджень; *емпіричні*: спостереження, бесіди, метод експертних оцінок, анкетування, тестування за допомогою стандартизованих і проєктивних методик: опитувальник САМОАЛ (адаптація Н.Каліної), тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. Леонтьєва, методика дослідження самооцінки особистості (Q-сортування В. Стефенсона), тест гумористичних фраз (ТГФ), опитувальник 16 PF Кеттелла, шкала самооцінки Ч. Спілберґера та Ю. Ханіна, авторська анкета з визначення рівня задоволеності студентської молоді соціальним мікросередовищем; констатувальний та формувальний експерименти; систематизація й узагальнення результатів експериментального дослідження. Обробка експериментально отриманих даних здійснювалася за допомогою версії комп'ютерної програми «STATISTIKA Stat Soft 6.0» та «Microsoft Excel 7.0» з використанням кореляційного (коефіцієнт кореляції Пірсона, t-критерій Стьюдента, критерій Фішера), факторного (за методом головних компонент шляхом  $\text{varimax}$  обертання кореляційної матриці), регресивного аналізу.

**Наукова новизна та теоретичне значення дослідження** полягають у тому, що:

- *вперше* обґрунтовано й визначено соціальні та особистісні чинники, що впливають на розвиток психічного здоров'я студентства в умовах вищого закладу освіти; встановлено рівні (достатній, недостатній) та типи (життєвої активності, життєвої пасивності) психічного здоров'я студентської молоді; узагальнено відмінності в розвитку психічного здоров'я студентів на рівні мезо- (село – місто) та мікросередовища (проживання вдома – у гуртожитку); на основі емпіричних показників визначено інтегральний критерій розвитку психічного здоров'я студентської молоді; обґрунтовано та розроблено комплекс психотехнічних вправ, спрямованих на розвиток ціннісно-смилової сфери студентської молоді;

- *уточнено й поглиблено* змістовний компонент поняття «психічне здоров'я» у контексті екзистенціально-гуманістичної психології; уявлення про детермінанти психічного здоров'я студентської молоді;

- *набула подальшого розвитку* система знань про особливості психічного здоров'я студентської молоді.

**Практичне значення одержаних результатів** полягає у тому, що розроблені та апробовані автором – комплексна програма сприяння розвитку психічного здоров'я студентської молоді, анкета з визначення рівня задоволеності студентської молоді соціальним мікросередовищем, комплекс психотехнічних вправ з метою розвитку ціннісно-смилових та духовно-моральних орієнтацій студентів – можуть застосовуватися практичними психологами, соціальними працівниками, кураторами

студентських академічних груп. Використання результатів дисертації доцільне у новій галузі прикладної психології – психології здоров'я, у викладанні педагогічної, вікової, консультативної, практичної психології для студентів спеціальностей «Психологія», «Практична психологія», «Медична психологія».

**Апробація та впровадження результатів дослідження.** Основні теоретичні та практичні положення дисертації повідомлялися й отримали схвалення на Міжнародних науково-практичних конференціях Американського союзу з охорони здоров'я «Mental Health: Prevention and Intervention» (Львів, 2003), Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України «Генеza буття особистості» (Київ, 2006), IV Ірпінських Міжнародних педагогічних читаннях Національної академії ДПС України «Проблеми гуманізації навчання та виховання у вищому закладі освіти» (Ірпінь, 2006), II Міжнародній науково-практичній конференції Київського національного університету імені Тараса Шевченка «Проблеми емпіричних досліджень у психології» (Київ, 2008), II, VI, VII Міжнародних науково-практичних конференціях Донбаської державної машинобудівної академії «Корпоративна культура організацій XXI століття» (Краматорськ: 2005, 2009, 2010), Міжнародній науково-практичній конференції Волинського національного університету імені Лесі Українки «Психологія здоров'я людини» (Луцьк, 2009); всеукраїнських та регіональних науково-практичних конференціях: Першому Всеукраїнському конгресі психологів (IV з'їзд Товариства психологів України: Київ, 2005), I Всеукраїнській науковій конференції студентів, магістрантів, аспірантів, докторантів Луганського національного аграрного університету «Актуальні проблеми та наукові звершення молоді на початку третього тисячоліття» (Луганськ, 2008); регіональній науково-практичній конференції Донецького інституту соціальної освіти «Особистість і мегаполіс: антропологічний аспект» (Донецьк, 2008); звітних науково-практичних конференціях викладачів та аспірантів Донбаської державної машинобудівної академії (2005–2010 рр.); засіданнях кафедри психології Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (2005–2010 рр.).

Результати дисертаційного дослідження *впроваджено* в навчально-виховний процес вищих закладів освіти: Донбаської державної машинобудівної академії (довідка № 01-05-920 від 27.05.10), Краматорського економіко-гуманітарного інституту (довідка № 364 від 31.05.10), Слов'янського державного педагогічного університету (довідка № 68-10-136 від 04.06.10) та у практичну діяльність психологічної служби Управління освіти Краматорської міської ради (довідка № 01-18-999 від 19.05.10).

**Публікації.** Основні результати та висновки дисертаційного дослідження знайшли своє відображення в 11 публікаціях автора, серед яких 5 статей у фахових наукових виданнях, затверджених ВАК України, матеріали конференцій.

**Структура дисертації** визначалася метою та завданнями дослідження. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, який налічує 270 найменувань та 8 додатків. Основний зміст дисертації викладено на 192 сторінках комп'ютерного набору. Робота містить 11 таблиць та 22 рисунки на 18 сторінках. Загальний обсяг дисертації – 242 сторінки.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

**У вступі** обґрунтовано актуальність теми дослідження, визначено мету, завдання, припущення, об'єкт, предмет, вказано методи, визначено наукову новизну, теоретичну і практичну значущість роботи, подано відомості щодо апробації та впровадження результатів дослідження, відомості про обсяг та структуру роботи.

**У першому розділі** – «*Теоретичні основи дослідження проблеми психічного здоров'я особистості*» – розглянуто основні концептуальні підходи відносно проблеми психічного здоров'я особистості з урахуванням міждисциплінарних теоретичних та емпіричних досліджень, проаналізовано базальні характеристики та критерії оцінки психічного здоров'я, рівні та чинники, що його зумовлюють, визначено основні методологічні положення дослідження, розглянуто особливості розвитку психічного здоров'я у віковому діапазоні старшого юнацького або студентського віку, презентовано структурну модель аналізу й оцінки соціальних та особистісних чинників психічного здоров'я студентської молоді.

Проведений комплексний аналіз літератури, який об'єднує філософсько-культурологічні (Д. Багалій, С. Горбунова, О. Даниленко, О. Клівер, А. Поліс, В. Розін, Є. Сайко, Г. Скворода, А. Чекалов), соціологічні (М. Вебер, О. Дмитрієва, Е. Дюркгейм, К. Ерцліш), медичні (Ф. Александер, Ю. Александровський, М. Бачериков, В. Гавенко, С. Громбах, Т. Дмитрієва, Б. Карвасарський, Ю. Лісцидін, В. Пегленко, Б. Положий, Н. Сарторіус), психологічні (Б. Ананьев, Б. Братусь, І. Галецька, О. Губко, І. Дубровіна, Б. Зейгарнік, О. Калітєвська, Л. Карамушка, Л. Куліков, С. Максименко, А. Маслоу, В. Моляко, С. Московісі, Г. Никифоров, В. Носков, Є. Потапчук, К. Роджерс, Р. Сірко, В. Слободчиков, Н. Творогова, Т. Титаренко, В. Франкл, О. Хлівна, Т. Яценко), педагогічні та валеологічні аспекти (Р. Айзман, С. Болтівець, І. Брехман, Е. Вайнер, В. Горащук, С. Громбах, В. Казначеев, П. Калью, Л. Косованова, О. Пилипенко, І. Якіманська) показав, що існують різноманітні наукові підходи до проблеми дослідження психічного здоров'я, різні трактування цього поняття та поняття, які з ним отождожують: психологічне, нервово-психічне, особистісне, душевне та духовне здоров'я. Не існує загальноприйнятої класифікації критеріїв, чинників психічного здоров'я. Дотепер предметом дискусій та досліджень у науці є питання норми психічного здоров'я. Найменш дослідженим є питання рівнів психічного здоров'я. Усе це зумовило актуальність предметно-теоретичного опрацювання окресленої проблеми.

Незважаючи на відсутність єдності поглядів стосовно проблеми психічного здоров'я, думки та погляди дослідників об'єднує наступне:

- психічне здоров'я особистості є складним, багаторівневим, інтегративним біосціодуховним феноменом, який включає психофізіологічну, індивідуально-психологічну, особистісну та надособистісну (духовну) складові. Усі компоненти тісно пов'язані, взаємодіють один з одним та відіграють визначальну роль у системі гармонійного функціонування психічного здоров'я та здоров'я людини в цілому;

- більшість дослідників пропонують відмовитися від традиційних негативних трактувань поняття «психічне здоров'я» з точки зору порушень, аномалій. Існує необхідність нового концептуального осмислення цього поняття з урахуванням міждисциплінарних теоретичних та емпіричних даних. У сучасній психології затверджується екзистенціально-гуманістична концепція «позитивного психічного

здоров'я», яка визначається як повноцінна самореалізація, що можлива за умови досягнення людиною гармонії між зовнішнім та внутрішнім світом;

- відповідний рівень психічного здоров'я особистості формується під дією певних умов та залежить від чинників, що визначають характер його формування. Сучасна психологія визначає дві групи чинників, які впливають на психічні явища: зовнішні – природні й соціальні детермінанти поведінки особистості та внутрішні – суто психологічні, ті, що закладені у внутрішньому світі людини. Вони тісно пов'язані між собою, тому положення про взаємозв'язок біологічних, психологічних та соціальних чинників, що впливають на психічне здоров'я людини, є концептуальним;

- психічне здоров'я людини найбільше залежить від соціокультурних та технологічних умов, тому останнім часом дослідники пропонують до поняття «психічне здоров'я» ввести системно-утворювальний компонент – духовність, який забезпечує гармонійну, системну реалізацію різних сторін людської сутності, що пов'язана з проблемами особистісних цінностей, життєвих пріоритетів, творчістю, трансценденцією до чогось вищого, виходом за межі індивідуальної особистості. Вирішення проблеми здоров'я людини в сучасному світі передбачається в зміні світогляду – переході від домінуючої в суспільстві *біосоціальної* моделі здоров'я, що розглядає здоров'я людини як пристосованість до навколишнього біосоціального середовища, до *біосоціодуховної* моделі здоров'я, яка спрямована на всебічну реалізацію духовного та творчого потенціалу особистості.

Отже, на основі існуючих у науковій літературі дефініцій та беручи до уваги думку дослідників з філософії, соціології, психології, педагогіки, медицини, валеології визначаємо поняття *психічне здоров'я* як інтегративну характеристику соціального, психофізіологічного, особистісного та духовного рівнів розвитку людини, що надає їй можливість повноцінно реалізовувати свої внутрішньо-особистісні та соціальні потенціали в напрямку соціально-морального вибору.

Теоретичне опрацювання сучасних досліджень проблеми психічного здоров'я обумовило методологічну основу дослідження. Розвідки проблеми психічного здоров'я та чинників, що його детермінують, проводилися з позицій: системної (Б. Ананьев, А. Брушлинський, Г. Костюк, В. Кузьмін, Б. Ломов, Д. Фельдштейн); суб'єктно-діяльній (К. Абульханова-Славська, Б. Ананьев, Л. Анциферова, Л. Виготський, А. Брушлинський, Г. Костюк, О. Леонтьєв, С. Максименко, С. Рубінштейн, В. Слободчиков, В. Татенко, В. Чернобровкін); екзистенційно-гуманістичної (А. Адлер, Д. Бюдженталь, Б. Братусь, Д. Леонтьєв, С. Мадді, А. Маслоу, Р. Мей, К. Роджерс, Т. Титаренко, В. Франкл, І. Ялом) парадигм у напрямку вивчення процесу самоактуалізації особистості. Самоактуалізація особистості пов'язана з ціннісно-сисловою концепцією та розглядається як процес особистісного зростання, який потребує оволодіння сенсом життя та пошуком шляхів його реалізації (Г. Балл, І. Бех, С. Болтівець, Б. Братусь, М. Боришевський, Г. Костюк, Д. Леонтьєв, С. Максименко, Е. Помиткін, Є. Потапчук, Н. Шевченко, Т. Яценко, О. Яценко). Розуміння процесу розвитку особистості в межах екзистенційно-гуманістичної парадигми складається з того, що людина постійно розвивається, змінюється та через пошук цінностей, сенсу буття «актуалізує» себе й тим самим себе знаходить, маючи опору у вигляді життєвих цілей та сенсу життя.



Вплив сенсоутворюючого мотиву позначається на всіх сферах психічної діяльності особистості, формуючи відповідний рівень психічного здоров'я. Дослідження психічного здоров'я базується на принципах цілісності особистості з урахуванням її вікових особливостей. Аналіз сучасних досліджень (Л. Балабанова, С. Борисова, О. Васильєва, Ж. Вірна, С. Савченко, Р. Сірко, Н. Творогова, Т. Титаренко, О. Хлівна, О. Хухлаєва, Н. Шевченко, Т. Яценко) свідчить про високий вплив на розвиток психічного здоров'я студентства як соціальних, так і особистісних чинників, які в сучасних умовах збільшують ризик формування психічних розладів, тому потребують ретельного вивчення. Узагальнення сучасних наукових положень щодо проблеми розвитку психічного здоров'я в студентському віці надало можливість розробити структурну модель дослідження психічного здоров'я студентської молоді, що складається з вивчення двох векторів (табл. 1): *індивідуально-особистісного* (ціннісно-смысловий, характерологічний, регуляторний компоненти) та *соціального* – дослідження впливу мезо- та мікросоціального середовища під час навчальної діяльності у вищому закладі освіти.

Таблиця 1

**Структурна модель аналізу й оцінки соціальних та особистісних чинників психічного здоров'я студентської молоді**

<b>РІВЕНЬ ДОСЛІДЖЕННЯ</b>	<b>ВЕКТОРИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ</b>	
<b>О С О Б И С Т І С Н И Й</b>	<i>Сфера особистості</i>	<i>Структура оцінювання</i>
	ЦІННІСНО-СМІСЛОВА	Ціннісні та смыслові орієнтації
	ХАРАКТЕРОЛОГІЧНА	Ставлення до себе Ставлення до інших Ставлення до зовнішнього світу
	РЕГУЛЯТОРНА	Регуляторно-особистісні властивості характеру
<b>С О Ц І А Л Ь Н И Й</b>	МЕЗОСЕРЕДОВИЩЕ	Соціальні умови
	МІКРОСЕРЕДОВИЩЕ	Сім'я Навчання Найближче оточення

Теоретичний аналіз засвідчив, що на сьогодні в педагогічній та віковій психології недостатньо ґрунтовних емпіричних досліджень психічного здоров'я студентської молоді, визначення його соціальних та особистісних чинників, що й стало предметом експериментальної частини дослідження.

**У другому розділі** – «*Експериментальне дослідження психічного здоров'я студентської молоді*» – сформульовано основні завдання, визначено методи та методики констатувальної частини дослідження, встановлено особистісні та соціальні чинники, рівні, типи розвитку психічного здоров'я студентської молоді, проведено порівняльний аналіз розвитку психічного здоров'я студентів за віковими та гендерними ознаками, на рівні мезо- (село – місто) та мікросередовища (проживання вдома – у гуртожитку), визначено інтегральний критерій та симптомокомплекси, що детермінують розвиток психічного здоров'я студентства.

У констатувальній частині експерименту взяли участь студенти 1–5-х курсів ( $N = 553$ , віком 17–22 роки), серед них – 44% юнаків та 56% дівчат, понад 100 респондентів з кожного курсу. Математичній обробці підлягало 46 показників, які відображають індивідуально-психологічні особливості досліджуваних. Кількісну та якісну оцінку показників подано за визначеними групами з урахуванням гендерних та демографічних відмінностей (вікових, місця проживання). Результати проведених математико-статистичних розрахунків дозволили підтвердити обґрунтованість висунутої двовекторної моделі дослідження соціальних та особистісних чинників психічного здоров'я студентської молоді.

Емпірично встановлено сукупність особистісних чинників, що виступають внутрішнім ресурсом психічного здоров'я студентської молоді (рис. 1). Розвиток психічного здоров'я студентів пов'язується з процесом самоактуалізації, який відбувається за умови сформованості групи особистісних чинників – механізмів ціннісно-сислової сфери, які домінують у цій структурі. Чим більш осмислене життя, тим вищий рівень самоактуалізації особистості. Це підтверджується значущими кореляційними зв'язками рівня прагнення особистості до самоактуалізації із загальним показником осмисленості життя та всіма його складовими. Коефіцієнти кореляції варіюють від  $r = 0,64$  до  $0,45$  при  $p \leq 0,05$ . Значущі позитивні кореляції складових образу Я (самоповага, самоприйняття, саморозуміння) з показниками самоактуалізації, ціннісно-сислової сфери та сфери саморегуляції (пряма кореляція складає від  $r = 0,58$  до  $r = 0,32$  при  $p \leq 0,05$ ) дозволяють зробити висновок про те, що через відчуття цінності життєвих сенсів людина відчуває власну цінність та задоволеність самореалізацією. Самореалізація та успішність життєдіяльності забезпечуються системою саморегуляції, яка визначає суб'єкту активність людини. Тому розвиток психічного здоров'я можливий за умови розвиненості та цілісності системи саморегуляції. Цей висновок можна підтвердити високою концентрацією вузлів прямих зв'язків навколо таких змінних регуляторної сфери (у дослідженні отримані значущі кореляційні зв'язки при  $p \leq 0,05$ ): сумлінність, емоційна стабільність, сміливість, експресивність. Такі змінні, як: особистісна та реактивна тривожність, почуття провини – мають значущі зворотні кореляційні зв'язки. Отже, емоційно незрілий, тривожний, невпевнений людині буде складно реалізувати свій потенціал у сучасних динамічних умовах.

Таким чином, результати якісного аналізу змінних загальної вибірки надали змогу виявити сукупність особистісних чинників, що виступають внутрішнім ресурсом процесу самоактуалізації як умови розвитку психічного здоров'я студентської молоді, об'єднати їх у такі структурні компоненти (рис. 1):

- *ціннісно-смысловий*, який є домінуючим у цій структурі та інтегрує систему ціннісних орієнтацій, особистісних сенсів, що відповідають сенсу життя самої людини та є позитивними у відношенні до інших людей та до дійсності в цілому;

- *образ Я*, що виявляється у ставленні людини до себе на рівні самоповаги, самоприйняття, саморозуміння;

- *характерологічний*, який інтегрує індивідуальні *регуляторно-особистісні властивості характеру*, серед яких значущими виявляються: відповідальність, емоційна стабільність, оптимістичність, самовпевненість, сміливість.

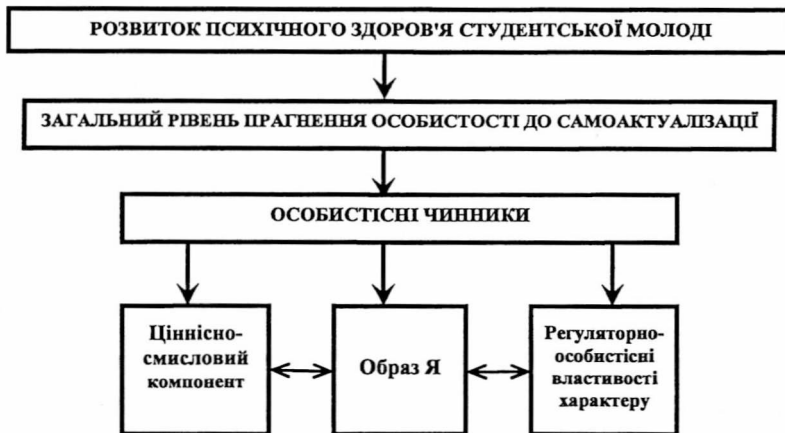


Рис. 1. Структурні компоненти особистісних чинників, що визначають розвиток психічного здоров'я студентської молоді.

За період навчання у вищому закладі освіти особистісні характеристики (показники ціннісно-смысловой, характерологічної, регуляторної сфер) зазнають суттєвих змін: у перші три роки навчання відбувається їх значне зниження, далі виявляється підвищення, а наприкінці навчання показники набувають стабільності, утворюючи складну структуру взаємозв'язаних особистісних компонентів. *Уперше* на 5-му курсі з'являється невелика група студентів (2%) з дуже високим рівнем прагнення до самоактуалізації. Можливо, ці 2% студентів є тією потенційною групою самоактуалізуючих людей, яких описував у своїх роботах А. Маслоу як моделі оптимального психічного здоров'я.

Емпірично встановлено, що *гендерні* відмінності в особливостях структури психічного здоров'я пов'язані з певними домінуючими індивідуально-психологічними властивостями характерологічної та регуляторної сфер, які стають ресурсом або бар'єром розвитку психічного здоров'я. В *юнаків* спостерігається перевага в розвитку регуляторно-особистісних властивостей характеру, які визначають стратегії активної поведінки: самостійність, автономність. Гармонійному розвитку регуляторних систем юнаків сприятимуть більш низькі

в порівнянні з дівчатами рівні особистісної тривожності та почуття провини. Усе це надає їм перевагу над дівчатами в складних формах діяльності. *Дівчата* компенсуватимуть певні недоліки сфери саморегуляції високою цілеспрямованістю, сміливістю, креативністю, відповідальним ставленням до обов'язків.

Психічне здоров'я тісно пов'язане з дією *мезо-* (*село – місто*) та *мікросередовища* (*проживання вдома – у гуртожитку*). Під час констатувального експерименту встановлено, що студенти характеризуються сформованістю ціннісно-смыслових орієнтацій та регуляторно-особистісних властивостей, прагненням до професійного та соціального зростання, самоствердження. Відмінності полягають у домінуванні певних індивідуально-психологічних властивостей, особливостях їх розвитку.

Студенти із сільської місцевості (у порівнянні зі студентами з міста) довше та складніше адаптуються до умов навчання у вищому закладі освіти. На це вказує різке зниження на початку навчання багатьох показників особистісної сфери. Проте у студентів із сільської місцевості краща сформованість показників ціннісно-смыслові (напр., середнє значення загального показника осмысленості життя у студентів 1 курсу з сільської місцевості складає 114 балів, а у студентів з міста – 106 балів), регулятивної (напр. відповідальність, сумлінність) сфер наприкінці навчання надають їм перевагу в порівнянні з міськими студентами за багатьма індивідуальними показниками особистісної сфери, у тому числі й за загальним рівнем прагнення до самоактуалізації. Про це переконливо свідчить середнє значення загального показника рівня прагнення до самоактуалізації у студентів 5-го курсу з сільської місцевості – 63 бали, а у студентів з міста – 52 бали. Результати дослідження дозволяють зробити висновки про те, що сучасне село, незважаючи на існуючі проблеми його розвитку, залишається підґрунтям для формування духовно-моральних цінностей молодого покоління, автономності та самостійності, які традиційно були властиві менталітету мешканців українського села. Набуває актуальності проблема розвитку духовних та ціннісних орієнтацій сучасної молоді з урахуванням ідей національної самобутності, які ґрунтуються на народних традиціях та цінностях національної культури, що безпосередньо й матиме позитивний вплив на психічне здоров'я особистості.

На особистісному розвитку позначається і фактор проживання студента в сім'ї чи відокремлено від неї. Студенти, які проживають у гуртожитку, швидше набувають соціального досвіду, особистісної зрілості, тому що знаходяться під дією різноспрямованих впливів: нового оточення, нових умов навчання, проживання тощо. Проте, процес особистісних змін у студентів, що проживають у гуртожитку, більш складний, ніж у студентів, що проживають удома. Показники індивідуальних особистісних властивостей підвищуються повільно й досягають максимуму тільки на 4-му курсі у порівнянні з «домашніми» студентами, які мають максимальні середні показники індивідуальних властивостей вже на 3-му курсі навчання. На старших курсах студенти, що проживають у гуртожитку, на відміну від «домашніх» студентів, відрізняються кращою орієнтацією в часі, мають більш розвинені комунікативні навички, дещо вищі показники індивідуально-регуляторних властивостей характеру, складових образу Я. Тому на початку

навчання у вищому закладі освіти актуальним є надання окремої психологічної допомоги студентам, які проживають у гуртожитку.

За допомогою спеціально розробленої анкети (валідизованої та стандартизованої до мети дослідження) було проведено аналіз умов соціального мікросередовища. Це дозволило зробити висновки та визначити групу значущих соціальних чинників, що впливають на розвиток психічного здоров'я на рівні соціального мікросередовища:

- *задоволеність навколишнім мікросередовищем*: студентською академічною групою, сім'єю, друзями, приятелями. Факторна вага визначеної групи змінних анкети складає: загальний показник за шкалою «Навчання» (0,887) та питання за цією шкалою, у тому числі «задоволеність навчанням» (0,712), «комфортність самопочуття у студентській групі» (0,576), «психологічна підтримка студентської групи» (0,439), «задоволеність майбутньою професією» (0,415); питання зі шкали «Сім'я» – «фізичне здоров'я родини» (0,409) та «матеріальний стан родини» (0,425); питання зі шкали «Найближче оточення» – «комфортність у найближчому середовищі» (0,558);

- *наявність сприятливого найближчого оточення* (відчуття підтримки, довіри, комфорту, можливість збагачення в особистісному плані). Факторна вага змінних: загальний показник шкали «Найближче оточення» (0,905), «задоволеність спілкуванням з найближчим оточенням» (0,710), «підтримка та довіра друзів, приятелів» (0,627), «можливість збагачення у моральному, пізнавальному, соціальному плані» (0,670), «вміння встановлювати та підтримувати позитивні стосунки» (0,576), «комфортність у найближчому середовищі» (0,688);

- *психічне здоров'я сім'ї* (емоційний комфорт, узгодженість та підтримка сім'ї, відчуття захищеності). Факторна вага змінних: загальний показник шкали «Сім'я» (0,886), «позитивна психологічна розрядка в сім'ї» (0,745), «комфортність вдома» (0,659), «психологічна підтримка сім'ї» (0,648), «душевне здоров'я сім'ї» (0,522), «фізичне здоров'я сім'ї» (0,401), «відчуття щасливого життя» (0,408).

Відносно експериментально визначеного *інтегрального критерію психічного здоров'я* – загального показника осмисленості життя, виділено якісні відмінності внутрішньоособистісних та соціальних чинників, що дозволило визначити рівні та типи психічного здоров'я студентської молоді. Розподіл студентів за рівнями розвитку психічного здоров'я здійснено на основі проведеного математично-статистичного аналізу розкиду індивідуальних показників особистісної та соціальної сфер стосовно інтегрального критерію психічного здоров'я (загальний показник осмисленості життя), який пов'язаний з енергією, стійкістю. Тому наявність чи відсутність осмисленості життя буде проявлятися в життєвій активності чи життєвій пасивності та відповідатиме різним типам психічного здоров'я. Визначено два рівні психічного здоров'я студентської молоді (*достатній та недостатній*), що відображають певний ступінь внутрішньоособистісного та соціального потенціалу; два типи психічного здоров'я (*життєвої активності та життєвої пасивності*), які вказують на модифікації показників особистісної та соціальної сфер (*творчий, стабільний, нестабільний, межовий або критичний*), як це подано в таблиці 2. Зроблено висновки щодо факторної структури особистісних і соціальних чинників студентської молоді з різними рівнями, типами розвитку психічного здоров'я.

## Рівні та типи психічного здоров'я студентської молоді

Рівень психічного здоров'я		Тип психічного здоров'я	
I	<b>Достатній</b>	Життєвої активності	Творчий
			Стабільний
II	<b>Недостатній</b>	Життєвої пасивності	Нестабільний
			Межовий (критичний)

*Достатній рівень* розвитку психічного здоров'я мають 76% студентів, які характеризуються таким рівнем розвитку особистісної та соціальної сфери, який є достатнім ресурсом для успішної реалізації внутрішньоособистісного та соціального потенціалу у відповідності до вимог навчальної діяльності у вищому закладі освіти. Рівень достатнього розвитку психічного здоров'я забезпечується сформованістю сенсожиттєвих орієнтацій, зрілістю характерологічної і регуляторної сфер, задоволеністю соціальним мікросередовищем. Цей рівень відповідає типу психічного здоров'я, який відносно інтегрального показника визначений як *тип життєвої активності*. Визначений тип психічного здоров'я має дві модифікації індивідуальних властивостей особистісної і соціальної сфер: творчий та стабільний. Першу модифікацію (*творчий тип*) склала група з 26% студентів, яка характеризується високою потребою в пізнанні, нових враженнях, установленні доброзичливих відносин. Цілеспрямованість, незалежність, автономність, спонтанність дозволяє звільнитися від стереотипів та стандартів поведінки, творчо відноситися до життя. Другу модифікацію (*стабільний тип*) склала група з 50% студентів. Збалансованість внутрішніх та зовнішніх процесів дозволяє віднести цю групу до стабільного типу. Проте ригідність, прагматичність, орієнтація на зовнішні стандарти не завжди дозволяють реалізовувати власні бажання. Тому група виявляє меншу здатність до самовираження на відміну від попередньої.

*Недостатній рівень* розвитку психічного здоров'я має група з 24% студентів. Цей рівень визначається дестабілізаційними елементами розвитку сенсожиттєвих орієнтацій, регуляторної сфери, образу Я. Розбалансованість елементів особистісної сфери сприятиме порушенню зв'язків із соціальною сферою. Визначений рівень не забезпечує суб'єкта достатнім резервом для успішної самореалізації. Недостатній рівень розвитку психічного здоров'я відносно інтегрального показника відповідає типу *життєвої пасивності*. У межах цього типу також можна виділити дві модифікації індивідуальних властивостей особистісної та соціальної сфер: *нестабільний* та *межовий* (або *критичний*). *Нестабільний* тип складає група з 22% студентів, яка має дестабілізуючі ознаки показників особистісної і соціальної сфер, вирізняється незрілістю регуляторної сфери. Відмічається недостатня задоволеність обраною професією та спілкуванням з найближчим оточенням. Друга модифікація

властивостей спостерігається у групі з 2% студентів, яка відноситься до *межового (критичного) типу*. Група характеризується несформованістю життєвих перспектив, незадоволеністю процесом життя та самореалізацією, відрізняється незрілістю регуляторно-особистісних властивостей характеру. Групу відрізняють несамостійність у прийнятті рішень, конформна поведінка та найменші показники задоволеності найближчим оточенням.

Результати факторного аналізу груп з різними рівнями розвитку психічного здоров'я підтвердили значущість визначених особистісних та соціальних чинників, що обумовлюють розвиток психічного здоров'я студентської молоді. Це дозволило виділити шість факторів або симптомокомплексів, які є системними утвореннями, що містять змінні з великою факторною вагою (на 5%-му рівні значущості), характеризують особистісну та соціальну сфери суб'єкта й виступають детермінантами розвитку психічного здоров'я студентської молоді: *«самоактуалізація як критерій розвитку психічного здоров'я»*, *«осмисленість життєдіяльності»*, *«здатність до саморегуляції поведінки»*, *«сімейне благополуччя»*, *«задоволеність навчальною діяльністю»*, *«соціальна та особистісна спрямованість»*. Таким чином, проведений констатувальний експеримент дозволяє розглядати психічне здоров'я як складний конструкт, який має структуру взаємопов'язаних і взаємообумовлених особистісних та соціальних властивостей, що відображають внутрішні (особистісні) та зовнішні (соціальні) ресурси розвитку психічного здоров'я студентської молоді.

Отже, дослідження психічного здоров'я студентської молоді та виявлення недостатньої сформованості визначених соціальних та особистісних чинників у студентському віці зумовили необхідність обґрунтування та організації психолого-педагогічного супроводу з метою сприяння розвитку психічного здоров'я студентства, що й стало завданням формувальної частини експерименту.

**У третьому розділі** – *«Психолого-педагогічний супровід процесу розвитку психічного здоров'я студентської молоді»* – обґрунтовано завдання, принципи, напрями та форми організації психолого-педагогічного супроводу процесу розвитку психічного здоров'я в умовах вищого навчального закладу, представлено авторську програму сприяння розвитку психічного здоров'я студентської молоді, яку було реалізовано під час формувального експерименту, проаналізовано результати апробації вказаної програми у контрольній та експериментальній групах студентів.

У складі експериментальної групи брали участь студенти 2–3-їх курсів Донбаської державної машинобудівної академії у кількості 46 осіб. Контрольна група складалася зі студентів академічних груп у кількості 45 осіб. Робота проводилася впродовж триместру – 2–4 години на тиждень за авторською програмою сприяння розвитку психічного здоров'я студентської молоді. Програму було реалізовано на лекційних та семінарських заняттях з курсу вільного вибору *«Технології психічної саморегуляції та взаємодії»* (загальний обсяг – 72 години).

На етапі формувального експерименту використовувалися бесіди, міні-лекції, дискусії, анкетування, аналіз складних життєвих ситуацій, групові та індивідуальні консультації зі студентами та кураторами студентських академічних груп тощо. Задіяні психодіагностичні методики, які дозволили зробити початкові та кінцеві заміри за визначеними показниками психічного здоров'я: тест сенсожиттєвих

орієнтацій Д. Леонтєва, опитувальник САМОАЛ в адаптації Н. Каліної, шкала самооцінки Ч. Спілбергера та Ю. Ханіна, опитувальник оцінки якості життя Р. Еліота в адаптації Н. Водоп'янової. З метою сприяння розвитку психічного здоров'я студентської молоді була розроблена комплексна програма психопрофілактичної та психокорекційної спрямованості. Матеріали програми напрацьовано автором в межах навчальної та позанавчальної роботи впродовж 2002–2009 років. Основу побудови програми складають результати, отримані під час констатувального експерименту. Програма містить три основні модулі: «Самовизначення», «Позитивне сприйняття себе та оточення», «Саморегуляція поведінки». Кожний модуль програми включає рефлексивний блок за принципом зворотного зв'язку. Одним з основних психокорекційних засобів розвитку ціннісно-сислової сфери та посилення самоактуалізаційного потенціалу учасників експериментальної групи використано *метод метафори*, який виявився найбільш ефективним при вирішенні поставлених завдань під час проведення формуального експерименту. Тому змістовну основу вправ за програмою склали притчі народів світу стосовно сенсу життя, цілепокладання, самореалізації, сучасні психотерапевтичні казки, українські приказки, байки тощо (напр., «Орли, які думали, що вони кури», «Голова та тулуб», «Біс та люди», «Про каміння, горох та пісок»). Вони спонукають студентів до самостійних роздумів, презентують життєві труднощі та засоби їх розв'язання, працюють з духовною складовою людини. З метою сприяння розвитку ціннісно-сислових характеристик, духовних орієнтацій студентської молоді (на основі притч та філософських історій) розроблено та модифіковано комплекс вправ, ігор, творчих пошукових домашніх завдань, досліджено їх вплив на психічне здоров'я. Визначення ефективності розробленої програми проведено за допомогою анкети зворотного зв'язку, що стала основою рефлексивної частини програми. Після закінчення програми анкети було запропоновано учасникам експериментальної групи. Ефективність вправ програми оцінювалася за допомогою методики В. Скуміна за показниками: +2 (цілющий вплив); +1 (позитивний ефект); 0 (нейтральна реакція); -1 (негативний вплив); -2 (реакція протесту). Серед основних методів та прийомів, що використовувалися впродовж усієї програми, найбільший показник ефективності (+1,58) мали *емпіричні техніки*: метафори та вправи, пов'язані з їх використанням. Інші методи та прийоми оцінені учасниками програми від +1,34 до +1,53.

В експерименті брали участь особи з різним рівнем *інтегрального показника психічного здоров'я* – загального показника осмисленості життя. Так, 26% осіб мали *низький рівень* загального показника рівня осмисленості життя та відповідно мали низький рівень за іншими основними показниками (прагнення особистості до самоактуалізації та рівень якості життя), 44% – *середній рівень* та 30% – *високий рівень*, які мали середні та високі рівні за основними показниками. Порівняльний аналіз респондентів експериментальної групи (ЕГ) за рівнями прояву основних показників психічного здоров'я засвідчив позитивний вплив запропонованої програми. Так, підвищення серед учасників ЕГ показника загального рівня осмисленості життя на 8% обумовило поліпшення інших особистісних характеристик: загального показника прагнення до самореалізації на 9,9%, основних сенсожиттєвих орієнтацій особистості (4,5% – 7,7%) тощо.



Зрушення в особистісній сфері відбилися й на показниках соціальної сфери – підвищилася соціальна підтримка. Так, за шкалами, що визначають задоволеність індивідуальним соціальним життям у таких категоріях як спілкування з найближчим оточенням показник підвищився на 22,3%, підтримка близьких – на 16%. Результатом стало підвищення в ЕГ значущого показника динаміки психічного здоров'я – індексу якості життя (ІЯЖ) на 19,4% у цілому. Найбільший вплив програма мала на групу учасників з низькими індивідуальними показниками: на кінцевому етапі формувального експерименту низьких показників, у тому числі низького показника ІЯЖ, який вказував на переддепресивний стан, не було виявлено. Значно підвищилася кількість учасників з високими показниками ІЯЖ: з 30 до 55%. У контрольній групі за цей період загальне підвищення ІЯЖ відмічається лише у 2% учасників (рис. 2).

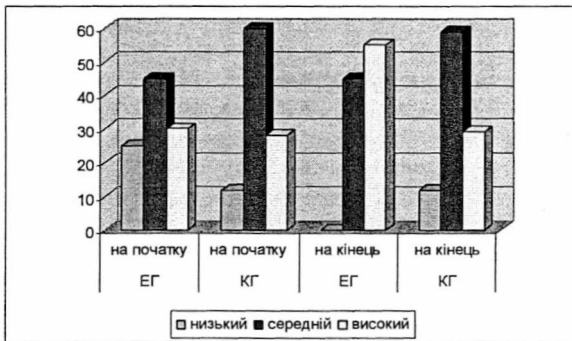


Рис. 2. Аналіз рівнів прояву загального індексу якості життя (ІЯЖ) за результатами формувального експерименту в експериментальній та контрольній групах, %.

Отже, заняття за програмою, що проводилися під час формувального експерименту, позитивно вплинули на особистісні та соціальні зміни досліджуваних ЕГ та підтвердили ефективність застосування психокорекційних заходів. Результати формувальної частини експерименту щодо розвитку психічного здоров'я студентської молоді шляхом посилення самоактуалізаційного потенціалу підтвердили припущення про домінуючу роль ціннісно-сислової сфери особистості у структурі психічного здоров'я студентів. Основним завданням психолого-педагогічного супроводу процесу розвитку психічного здоров'я студентської молоді виступає створення оптимальних умов зростання їх духовно-ціннісного потенціалу, спрямованого на сенси, буттєві цінності, моральні мотиви, які є значущою умовою процесу самоактуалізації особистості.

Узагальнення результатів дисертаційного дослідження дало можливість сформулювати загальні **висновки**.

### ВИСНОВКИ

У дисертації здійснено теоретичне узагальнення та експериментальне вивчення особливостей розвитку психічного здоров'я студентської молоді, що виявилось у розробці структурної моделі аналізу й оцінки соціальних та

особистісних чинників психічного здоров'я студентської молоді, встановленні соціальних та особистісних чинників, рівнів, типів психічного здоров'я студентської молоді, обґрунтуванні та експериментальній апробації програми сприяння розвитку психічного здоров'я студентства:

1. Психічне здоров'я особистості, враховуючи сучасні міждисциплінарні теоретичні та емпіричні дослідження, визначається як інтегративний, багаторівневий біосоціодуховний феномен, що надає людині можливість повноцінно реалізувати свої внутрішньоособистісні та соціальні потенціали. Більшість учених пов'язують розвиток психічного здоров'я з основною групою взаємопов'язаних зовнішніх (соціальних) та внутрішніх (особистісних) чинників – адаптацією, гармонійністю та самореалізацією, які все більш залежать від соціокультурних та технологічних умов соціального життя. У нашому розумінні психічне здоров'я розглядається в контексті екзистенціально-гуманістичного напрямку психології в системі взаємовідносин людини до світу, до інших людей та до самої себе. Значущими чинниками, які детермінують розвиток психічного здоров'я, виступають: самоактуалізація особистості, що пов'язана із ціннісно-сисловою концепцією та сприятливі умови соціального середовища.

2. Студентський вік є значущим періодом активного розвитку особистості, коли відбуваються якісні зміни в трьох взаємообумовлених напрямках: соматичному, особистісному та соціальному, що визначають подальший розвиток певного рівня психічного здоров'я. Результати теоретичного та експериментального досліджень дозволяють розглядати психічне здоров'я студентської молоді як складний конструкт, що визначається сукупністю соціальних та особистісних чинників, які виступають внутрішнім ресурсом процесу самоактуалізації та самореалізації як умови розвитку психічного здоров'я студентства. Розвиток, збереження, підтримка психічного здоров'я пов'язані з процесом самоактуалізації як свідомого прагнення особистості до розкриття свого потенціалу шляхом набуття особистісних сенсів. Вихідним базисом для самоактуалізації та стрижневим елементом структури психічного здоров'я, базовою умовою його розвитку є сформованість ціннісно-сислової сфери в її тісному взаємозв'язку з характерологічною та регуляторною сферами особистості. Інтегральним критерієм психічного здоров'я виступає загальний показник осмисленості життя, а розвиток ціннісно-сислової сфери розглядається як умова збереження й підтримки психічного здоров'я студентської молоді під час навчальної діяльності у вищому закладі освіти.

3. Особистісні чинники, що виступають внутрішнім ресурсом процесу самоактуалізації як умови розвитку психічного здоров'я студентської молоді, містять: ціннісно-сисловий компонент, що домінує у цій структурі та має соціальну й особистісну спрямованість; характерологічні особливості, що відображають ставлення людини до себе (самоповага, самоприйняття, саморозуміння), до інших (насамперед, позитивний погляд на природу людини, контактність), до зовнішнього світу (оптимістичність, орієнтація в часі, креативність) та значущі регуляторні властивості (відповідальність, емоційна стабільність, самовпевненість, сміливість або життєстійкість).

4. Соціальними чинниками психічного здоров'я, що впливають на рівні соціального мікросередовища виступають: задоволеність відносинами в сім'ї

(емоційний комфорт та узгодженість між членами сім'ї, психологічна підтримка родини, її захисні функції, фізичне здоров'я сім'ї), задоволеність навчальною діяльністю (задоволеність майбутньою професією, соціально-психологічним кліматом у студентській групі, статусною позицією, взаємовідносинами з одногрупниками та викладачами), наявність сприятливого найближчого оточення (задоволеність спілкуванням з референтним оточенням, відчуття підтримки, довіри, комфорту, можливість збагачення в особистісному плані, вміння встановлювати та підтримувати позитивні стосунки з іншими людьми).

5. Аналіз структури соціальних та особистісних чинників студентської молоді дозволив об'єднати їх у наступні симптомокомплекси: «самоактуалізація як критерій розвитку психічного здоров'я», «осмисленість життєдіяльності», «здатність до саморегуляції поведінки», «сімейне благополуччя», «задоволеність навчальною діяльністю», «соціальна та особистісна спрямованість». У структурі індивідуальних показників простежуються специфічні загальні особливості й специфічні вікові та гендерні відмінності ціннісно-сислової, характерологічної та регуляторної сфер досліджуваних груп, відмінності в розвитку психічного здоров'я студентства на рівні мезосередовища (село – місто) та мікросередовища (проживання вдома – у гуртожитку). Тому, організуючи психологічний супровід процесу розвитку психічного здоров'я, психолог вищого закладу освіти повинен неодмінно враховувати відмінності студентства за окресленими критеріями.

6. Психічне здоров'я студентської молоді характеризується достатнім та недостатнім рівнями розвитку психічного здоров'я студентів, що відображають резерви особистісних та соціальних ресурсів, виступають певним ресурсом для успішної реалізації внутрішньоособистісного та соціального потенціалу відповідно до вимог навчальної діяльності вищої школи. У межах двох рівнів розвитку психічного здоров'я простежуються якісні відмінності особистісних та соціальних чинників, що визначають типи психічного здоров'я (життєвої активності та життєвої пасивності) й усередині кожного з типів виділяються модифікації показників особистісної та соціальної сфер: творчий, стабільний, нестабільний, критичний або межовий.

7. Сприяння розвитку психічного здоров'я студентської молоді можливе шляхом посилення самоактуалізаційного потенціалу через розвиток ціннісно-сислової сфери особистості. Оптимальною моделлю сприяння розвитку психічного здоров'я студентів може бути комплекс спеціально створених зовнішніх та внутрішніх умов психолого-педагогічного супроводу під час навчання у вищому закладі освіти. До зовнішніх умов належить ефективна організація психолого-педагогічного супроводу процесу розвитку психічного здоров'я студентства у вищому навчальному закладі шляхом розвитку ціннісно-сислових та духовно-моральних орієнтацій студентів. До внутрішніх умов – внутрішньоособистісний розвиток молоді людини шляхом збагачення ціннісно-сислової сфери через розвиток самоаналізу та рефлексії, набуття духовного досвіду, який розширює особистісний і соціальний потенціал та виступає потенційною умовою розвитку психічного здоров'я студентської молоді.

Проведене дисертаційне дослідження не вичерпує всіх аспектів зазначеної проблеми. Перспективним та актуальним є пошук ефективних шляхів організації

психолого-педагогічного супроводу процесу розвитку психічного здоров'я студентської молоді в умовах вищого навчального закладу, що дозволяє забезпечувати розвиток духовно-моральних орієнтацій студентства як значущої умови розвитку, збереження й підтримки психічного здоров'я особистості.

#### **Список опублікованих праць за темою дисертації**

1. Ящишина Ю. М. Сучасні підходи до проблеми психічного здоров'я особистості / Ю. М. Ящишина // Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України / за ред. академіка С. Д. Максименка. – К. : Главник, 2005. – Вип. 26, в 4-х томах. Том 4. – С. 385–389.
2. Ящишина Ю. М. До питання показників психічного здоров'я особистості / Ю. М. Ящишина // Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України / за ред. академіка С. Д. Максименка. – К. : Міленіум, 2006. – Вип. 34. – С. 394–403.
3. Ящишина Ю. М. Проблеми розвитку психічного здоров'я в студентському віці / Ю. М. Ящишина // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки: зб. наукових праць. – К., НПУ імені М. П. Драгоманова, 2007. – № 18 (42). – С. 252–258.
4. Ящишина Ю. М. Дослідження соціальних чинників розвитку психічного здоров'я студентів / Ю. М. Ящишина // Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія / за ред. академіка С. Д. Максименка. – К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агенство», 2008. – Том X, Вип. 9 – С. 530–542.
5. Ящишина Ю. М. Експериментальне дослідження соціальних та особистісних чинників психічного здоров'я студентської молоді / Ю. М. Ящишина // Проблеми емпіричних досліджень у психології. – Випуск 2. – Факультет психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка. – Київ : Гнозис, 2009. – С. 308–314.
6. Ящишина Ю. Н. О роли психологической службы технического вуза в сохранении и укреплении психического здоровья будущего специалиста / Ю. М. Ящишина // Корпоративна культура організацій ХХІ століття: збірник наукових праць / за ред. проф. Г. Л. Хаєта. – Краматорськ : ДДМА, 2005. – С. 92–96.
7. Ящишина Ю. М. Соціальні детермінанти психічного здоров'я в студентському віці / Ю. М. Ящишина // Матеріали тез I Всеукраїнської наукової конференції студентів, магістрантів, аспірантів, докторантів «Актуальні проблеми та науки звершення молоді на початку третього тисячоліття» / за ред. проф. В. Г. Ткаченко. Частина II. – Луганськ : «Елтон – 2», 2008. – С. 297–299.
8. Ящишина Ю. М. Дослідження чинників психічного здоров'я в студентському віці / Ю. М. Ящишина // Особистість і мегаполіс: антропологічний аспект: збірник матеріалів регіональної науково-практичної конференції. – Донецьк: ДІСО, 2008. – С. 243–250.
9. Ящишина Ю. М. Експериментальне визначення чинників, що впливають на психічне здоров'я студентської молоді / Ю. М. Ящишина // Сучасна освіта та інтеграційні процеси: досвід, проблеми, перспективи / Матеріали Всеукраїнської науково-методичної конференції 26–27 листопада 2008 р. – Краматорськ : ДДМА, 2009. – С. 151–154.

10. Ящишина Ю. М. Дослідження впливу соціальних чинників на психічне здоров'я майбутніх фахівців / Ю. М. Ящишина // Корпоративна культура організацій XXI століття: збірник наукових праць / за ред. проф. С. В. Ковалевського. – Краматорськ : ДДМА, 2009. – С. 180–188.

11. Ящишина Ю. М. Сприяння розвитку ціннісно-сислової сфери студентської молоді в умовах технічного вишу / Ю. М. Ящишина // Корпоративна культура організацій XXI століття: збірник наукових праць / за ред. проф. С. В. Ковалевського. – Краматорськ : ДДМА, 2010. – С. 121–128.

### **АНОТАЦІЇ**

**Ящишина Ю.М. Соціальні та особистісні чинники психічного здоров'я студентської молоді.** – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук зі спеціальності 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Національний педагогічний університет імені П.М. Драгоманова, Київ, 2011.

Дисертацію присвячено проблемі психічного здоров'я студентської молоді та виявленню чинників, що його зумовлюють. У роботі здійснено аналіз концептуальних підходів вивчення зазначеного феномену з урахуванням міждисциплінарних теоретичних та емпіричних досліджень. Експериментально визначено особистісні та соціальні чинники, симптомокомплекси, що зумовлюють розвиток психічного здоров'я студентської молоді. Розроблено структурну модель аналізу та оцінки особистісних чинників у студентському віці. Проведено аналіз умов соціального мікросередовища та визначено соціальні чинники, що впливають на розвиток психічного здоров'я студентства. Встановлено інтегральний показник психічного здоров'я (загальний показник осмисленості життя), відповідно до якого визначено рівні та типи розвитку психічного здоров'я студентської молоді. Під час формуального експерименту доведено ефективність використання авторської програми сприяння розвитку психічного здоров'я студентів. Результати експерименту переконують у необхідності спеціально організованого психолого-педагогічного супроводу процесу сприяння розвитку психічного здоров'я під час навчання у вищому закладі освіти, спрямованого на активізацію ціннісно-сислової сфери студентів, розвитку їх духовного потенціалу як стрижневої умови подальшого розвитку психічного здоров'я особистості.

**Ключові слова:** психічне здоров'я, студентська молодь, соціальні та особистісні чинники, інтегральний критерій психічного здоров'я, загальна осмисленість життя, ціннісно-сислові орієнтації, образ Я, психічна саморегуляція, рівні та типи психічного здоров'я, психолого-педагогічний супровід.

**Ящишина Ю.Н. Социальные и личностные факторы психического здоровья студенческой молодёжи.** – Рукопись.

Диссертация на соискание учёной степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07. – педагогическая и возрастная психология. - Национальный педагогический университет имени П.М. Драгоманова, Киев, 2011.

Диссертация посвящена проблеме развития психического здоровья студенческой молодёжи и выявлению факторов, которые его определяют. В работе представлен теоретический анализ концептуальных подходов исследуемого

феномена с учётом междисциплинарных теоретических и эмпирических исследований, разработана структурная модель анализа и оценки психического здоровья в студенческом возрасте. Результаты экспериментального исследования позволяют рассматривать психическое здоровье как сложный конструкт, включающий структуру взаимосвязанных и взаимообусловленных социальных и личностных свойств, которые отражают внутренние (личностные) и внешние (социальные) ресурсы психического здоровья. К личностным ресурсам относят сформированность ценностно-смысловых ориентаций, позитивный образ Я, регуляторно-характерологические свойства, среди которых важную роль играют ответственность, эмоциональная стабильность, уверенность, смелость, оптимистичность. Социальными ресурсами выступает благоприятная социальная среда: семья (психологический комфорт, согласие, поддержка в семье, физическое здоровье семьи), студенческая академическая группа (удовлетворённость социально-психологическим климатом, статусом в группе, выбором профессии, взаимоотношениями с одноклассниками, преподавателями), референтное окружение (ощущение поддержки, доверия, комфорта, умение устанавливать и поддерживать позитивные отношения). Проблема психического здоровья тесно связана с процессом самоактуализации через обретение личностных смыслов. Исходным базисом для самоактуализации и стержневым элементом структуры психического здоровья является сформированность ценностно-смысловой сферы в её тесной взаимосвязи с характерологической и регуляторной сферами личности. Экспериментально определены симптомокомплексы, определяющие развитие психического здоровья в студенческом возрасте: «самоактуализация как критерий развития психического здоровья», «осмысленность жизнедеятельности», «способность к саморегуляции поведения», «семейное благополучие», «удовлетворённость учебной деятельностью», «социальная и личностная направленность». Определён интегральный показатель психического здоровья – общий показатель осмысленности жизни. Относительно интегрального показателя установлены два уровня (достаточный и недостаточный) и два типа (жизненной активности и жизненной пассивности) развития психического здоровья студенческой молодёжи, их модификации. Обобщены отличия в развитии психического здоровья студентов на уровне мезо- (село – город) и микросреды (проживание дома – в общежитии).

В ходе формирующего эксперимента доказана эффективность использования авторской программы развития психического здоровья студенческой молодёжи. Данные исследования убеждают в необходимости организованного психолого-педагогического сопровождения процесса развития психического здоровья, направленного на активизацию ценностно-смысловой сферы студентов, развитие духовного потенциала как стержневого условия дальнейшего развития психического здоровья личности.

**Ключевые слова:** психическое здоровье, студенческая молодёжь, социальные и личностные факторы, интегральный критерий психического здоровья, общая осмысленность жизни, ценностно-смысловые ориентации, образ Я, психическая саморегуляция, уровни и типы психического здоровья, психолого-педагогическое сопровождение.

**Yashchishina J. N. Social and personality factors of the students' mental health.** – Manuscript.

The thesis for the degree of Candidate of psychological sciences on speciality 19.00.07 – pedagogical and age psychology. – National Pedagogical University named after M. P. Dragomanov, Kyev, 2011.

This thesis is devoted to the problem of the mental health development of the students and to the factors that stipulate it. Analysis of the conceptual approaches to the mentioned phenomenon examination is made in this work with taking into account the interdisciplinary theoretical and empirical studies. Social and personality factors, set of symptoms that stipulate the mental health development of the students are defined by experiment. The structural model of examination of the personality factors at the student's age is worked out. Analysis of the social microenvironment conditions are carried out by means of the special made questionnaire. Social factors which influence on the development of mental health of the students are defined. The integral rate of the mental health is determined and standards and types of the mental health development of the students are established on the basis of this rate. Efficiency of use of the author's programme favoured to the mental health development of the students is proved during the generating experiment. The results of the experiment convince of the necessity of the special organised psychological and pedagogical support to the process of assistance to the mental health development during the training which is directed at the activation of the value-notional environment of students, at the development of their spiritual potential as a pivotal condition of the further mental health development of the personality.

**Key words:** mental health, students, social and personality factors, integral test of the mental health, value-notional orientation, image I, mental self-regulation, standards and types of the mental health, psychological and pedagogical support.

Підписано до друку 03.02.2011 року

Ум. друк. ар. 0,9. Формат 60 x 90/16.

Наклад 100 прим. Зам. № 61.

Донбаська державна машинобудівна академія  
84313, м. Краматорськ, вул. Шкадінова, 72,  
Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи  
до Державного реєстру  
серія ДК №1633 від 24.12.2003.