

Ніколаєва Ольга Юріївна
здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Агарков Олег Анатолійович
доктор політичних наук, професор,
професор кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПІДХОДИ ДО АНАЛІЗУ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Концепція психологічного благополуччя знаходиться в стані постійної трансформації. Деякі дослідники зв'язують психологічне благополуччя з реалізацією життєвого потенціалу та щастя, тоді як інші асоціюють благополуччя з особистим досвідом індивіда, або з результатами досягнень, а також із досягненням цілей, та у зв'язку із задоволення від діяльності. На думку С. Ріфф, психологічне благополуччя співвідноситься зі ступенем, в якому люди відчують, що вони мають значущий контроль над своїм життям і своєю діяльністю [6].

Тем не менше проблеми психологічного благополуччя в даний час все частіше зустрічаються у студентів закладів вищої освіти, схильних до психологічних розладів. Дослідники показали, що погане психологічне благополуччя, як правило, є дуже серйозною проблемою серед студентів, які у силу різних обставин змінили академічне структуроване середовище на більш неструктуровану середовище (онлайн навчання в умовах Covid-19, бойові дії). Б. Ловітте заявив, що навчання в університеті включає в себе два різних етапи, залежний і незалежний [3, с. 137-154]. Залежний етап включає етап бакалаврату, на якому студенти повинні проходити курси, в той час, як незалежний етап включає в себе отримання ступеня магістра, коли студенти пишуть творчу та оригінальну роботу, щоб внести свій вклад у спеціалізовану сукупність знань.

На будь-якому з цих етапів або переходів від офлайн до онлайн-навчання студенти повинні мати справу з інтелектуальними, соціальними та психологічними трансформаціями, так як ці переходи також сприймаються як процес дорослішання [3, с. 137-154].

Тому студентам часто доводиться стикатися з труднощами і проблемами, які виступають перепонами у завершенні навчання. Більш того, студентам необхідно позбутися сильного стресу, який стає все більш тривожним, так як було встановлено, що кількість психологічних проблем і їх тяжкість постійно підвищується серед студентського співтовариства. Саме такі проблеми, як фінансові обмеження, часові обмеження, що заважають

виконанню їх завдань, і дослідницька робота у зв'язку з навчанням і сім'єю впливають на психологічне благополуччя студентів. Покращення психологічного благополуччя та психічного стану може збільшити позитивне ставлення до навчання та виконання завдань студентами.

С.Ріфф визначає шість основних вимірювань психологічного благополуччя, а саме: 1) прийняття себе (стан позитивних думок і почуттів до себе); 2) позитивні відносини з іншими (вміння вступати в теплі та довірчі відносини з оточуючими); 3) автономія (здатність бути незалежним і справлятися з соціальним тиском); 4) управління навколишнім середовищем (здатність адаптуватися, змінювати або створювати середовище відповідно до своїх потреб засобами фізичної та інтелектуальної діяльності); 5) ціль у житті (наявність цілей і завдань у житті та робота по їх досягненню, цілеспрямованість); та 6) особистий ріст (постійний ріст і розвиток самого себе). Ця багатоаспектна концепція психологічного благополуччя демонструє взаємозв'язок між психологічним благополуччям і цінністю життя, а також задоволеністю життям, уважністю, фізичною активністю і соціальною підтримкою [6, с. 1069-81].

Що стосується психологічних проблем, що значна кількість пацієнтів з психічними захворюваннями склали підлітки. Дослідження, проведене Н. Зулкефл, Р. Бахарудин [9, с. 73-80.] також виявило, що 47,1% студентів мають низький рівень психологічного благополуччя, що вказує на те, що значна кількість студентів схильні ризику психологічних проблем. Крім того, інше дослідження, проведене в університетах, показало, що 46,2% їх студентів страждають емоційними розладами [8, с. 895-899] Дослідження показали, що поширеність студентського стресу, тривожності та депресії серед студентів склали 16,9%, 52% і 24,4% відповідно. Ці дослідження багато розповіли про психологічний стан студентів вищих навчальних закладів, а також показали зниження рівня психологічного благополуччя серед студентів університетів [9, с. 73-80; 8, с. 895-899; 2, с. 44-52.].

М. Юсофф, А. Рахім, М. Яакоб [7, с. 30-37] також стверджують, що стресовість, пов'язана з навчанням, більше всього впливають на студентів. Між тим, що стосується факторів віку, результати минулих досліджень показали деякі невідповідності.

П. Крид, Т. Водсон [1, с. 95-103] не виявлено відмінностей у психологічному благополуччі у вікових групах (молодого, середнього та зрілого віку). Однак М. Лудбан [4, с. 47-58] показали, що існують вікові відмінності між студентами у віці 17-20 років і студентами у віці 21 років і старше. Дослідження, проведене С. Панахи, А. Юнус, С. Рослан серед студентів виявило достовірний зв'язок між віком і психологічним благополуччям, що свідчить про підвищення рівня психологічного благополуччя студентів з віком [5, с. 1859-1870]. С. Панахи, А. Юнус, С. Рослан підтвердили також значущу взаємозв'язок між віком і психологічним благополуччям з точки зору автономії, особистісного зростання і цілого життя [5, с. 1859-1870].

Істотні відмінності спостерігаються між загальним психологічним самопочуттям і самоприйманням студентів за віком. Результати досліджень показують, що чим молодші студенти, тим кращим загальним психологічним самопочуттям і самоприйманням вони володіють у порівнянні зі студентами старшими. Крім того, за різними напрямками навчання також спостерігалися значні відмінності в загальному психологічному благополуччі студентів, особистісному зростанні, позитивних відносинах з навколишнім середовищем та життєвою ціллю. Студенти спеціальності «психологія», мають значно кращий особистісний ріст і ціль у житті. Результати досліджень також показали, що у студентів спеціальності «психологія» більш позитивні відносини з іншими, ніж у студентів інших спеціальностей. Ці результати показали, що студенти, які навчаються за спеціальністю «психологія», могли отримати значущий досвід навчання в порівнянні зі студентами інших спеціальностей. Позитивний і змістовний досвід навчання сприяє розвитку особистості та хорошим відносинам зі своїми одногрупниками, а також призводить до покращення їх психологічного благополуччя.

Список використаної літератури:

1. Creed P. A. and T. Watson. Age, gender, psychological wellbeing and the impact of losing the latent and manifest benefits of employment in unemployed people. *Australian Journal of Psychology*. 2003. № 55(2). P. 95-103.
2. Fuad M. D., et al. Prevalence and risk factors of stress, anxiety and depression among medical students of a private medical university in Malaysia. *Education in Medicine Journal*. 2015. № 7(2). P. 44-52.
3. Lovitts B. E. Being a good course taker is not enough: A theoretical perspective on the transition to independent research. *Studies in Higher Education*. 2005. № 30(2). P. 137-154.
4. Ludban M. Psychological Well-Being of College Students. *Undergraduate Research Journal for the Human Sciences*. 2015. № 14(1). P. 47-58.
5. Panahi S., A.S.B.M. Yunus and S.B. Roslan. Correlates of Psychological Well-being amongst Graduate Students in Malaysia. *Life Science Journal*. 2013. № 10(3) :1859-70.
6. Ryff C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. № 57(6) : 1069-81.
7. Yusoff M.S.B., A.F.A. Rahim and M.J. Yaacob. Prevalence and sources of stress among Universiti Sains Malaysia medical students. *Malaysian Journal of Medical Sciences*. 2010. № 17(1). P. 30-37.
8. Zaid Z., S. Chan and J. Ho. Emotional disorders among medical students in a Malaysian private medical school. *Singapore Medical Journal*. 2007. № 48(10): 895-9.
9. Zulkefl y N.S. and R. Baharudin. Using the 12-item General Health Questionnaire (GHQ-12) to assess the psychological health of Malaysian college students. *Global Journal of Health Science*. 2010. № 2(1). P. 73-80.