

ефективності персоналу, поліпшення взаємодії між ними [3, с. 29].

Професійне вигорання створює значні проблеми для особистого благополуччя та ефективності професійної самореалізації спеціалістів служб у справах дітей, що вимагає комплексних втручань на індивідуальному, міжособистісному та організаційному рівнях. Впроваджуючи психологічні стратегії, такі як практики самодопомоги, уважність, соціальна підтримка, встановлення меж та організаційні втручання, можна досягти створенню сприятливого та сталого робочого середовища, яке сприяє життєстійкості та підвищенню задоволеності роботою серед працівників. Крім того, інтеграція цих стратегій у програми професійної підготовки та практичну діяльність має важливе значення для забезпечення спеціалістів служб у справах дітей навичками та ресурсами, необхідними для ефективного подолання складнощів їхньої професії, враховуючи умови воєнного часу. Зрештою, надаючи пріоритет психічному здоров'ю та життєстійкості працівників, стане можливим оптимізувати ресурсний потенціал спеціалістів та сприяти довгостроковій стійкості їхньої професійної реалізації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Главацька О. Попередження та подолання професійного вигорання соціальних працівників. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Педагогіка. Соціальна робота, 2019. Вип. 2 (45). С. 41-45.
2. Льошенко О., Кондратьєва В. Діагностика, профілактика, корекція синдрому «емоційного вигорання». Вісник Львівського університету. Серія : Психологічні науки. 2021. Вип. 10. С. 105-112.
3. Рурик Г. Запобігання виникненню синдрому професійного вигорання та синдрому емоційного вигорання – шлях до збереження психічного здоров'я : методичні рекомендації. Миколаїв, 2020. 41 с.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТА СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Мац О.В.

Полтавський національний педагогічний університет

імені В. Г. Короленка

mats.oksana@pdmu.edu.ua

Студентський період відзначається найбільшою активністю у психологічному плані, коли формуються професійні навички та цінності, що визначають життєві цілі та смисли особистості [1].

Під час навчання у вищих навчальних закладах багато студентів стикаються зі значним погіршенням стану здоров'я через навчальні та побутові навантаження, недостатній руховий режим і невідповідне використання своїх сил. Близько 65% студентів відчують підвищений рівень психоемоційного навантаження на початковому етапі навчання [2].

Для отримання більш об'єктивного уявлення про психологічне

благополуччя студентів важливо зрозуміти умови, в яких вони опиняються під час вступу до навчального закладу. Зараз спостерігається розрив між інтенсивністю соціальних, економічних, політичних та духовних змін у суспільстві та нездатністю людей адаптуватися до цих змін, що призводить до зростання соціальної тривожності та невпевненості у майбутньому [3]. Саме тому виникає потреба в емпіричному вивченні психічного та суб'єктивного благополуччя здобувачів вищої освіти.

Нами було проведено дослідження, що включало 52 здобувача вищої освіти. Для оцінки психологічного благополуччя нами було використано «Шкалу психологічного благополуччя» (за К. Ріфф, адаптація С.В. Карсканової), суб'єктивне благополуччя вимірювали за допомогою «Шкали суб'єктивного благополуччя» (за Perrudet-Badoux, Mendelsohn і Chiche, адаптація М.В. Соколової).

За результатами опитувальника «Шкала психологічного благополуччя» (за К. Ріфф, адаптація С.В. Карсканової) у студентів закладу вищої освіти переважає високий рівень позитивних стосунків з оточуючими, а саме у 44%, що характеризується задоволеністю від взаємодії з іншими, здатністю до знаходження компромісів, турботи та емпатії. Середній рівень був характерним для 35%, в той час як низький рівень – для 21%, що відображалось у відчуженості, ізольованості та недовірливості по відношенню до інших.

За шкалою «Автономія» переважав середній рівень, що склав 50%. Високий рівень спостерігався у 38%, опитаним були притаманними ментальний супротив соціальному тиску, незалежність, адекватність оцінювання та функціонування в суспільстві. 12% респондентів мали низький рівень автономії, що проявлявся у спробах відповідати думці суспільства, нездатності прийняти самостійне рішення та відстоювати власну думку.

У здобувачів вищої освіти переважав високий рівень за шкалою «Управління середовищем» у 12%, що супроводжувалось організованістю, вмінням задовольняти власні потреби, легкістю вирішувати проблеми і створювати необхідні умови для поліпшення якості життя. Середній та низький рівень за даною шкалою складав по 44%, проте низькому рівню було притаманно відсутність компетентності, відчуття впевненості, а також нездатність впоратися з повсякденними справами.

Опитування продемонструвало, що респонденти не мали статистично значущих відмінностей за показником особистісного зростання. Високий рівень був властивий для 35% опитаних, що в свою чергу стимулювало їх до самотрансценденції та безперервного розвитку. Середній рівень було виявлено у 28%, а низький рівень спостерігався у 37% студентів під виглядом відсутності спроб до самореалізації, нездатності встановлювати нові відносини чи змінювати власне життя.

Майже у половини здобувачів за показником «Цілі у житті» спостерігався середній рівень – 41%. Високе значення було властиве 38% опитаних, що мали свідоме ставлення до майбутнього, переконання що минуле та теперішнє

осмислені. Низький рівень спостерігався у 21%, серед яких досліджувані відзначали відсутність спрямованості, перспектив та переконань у своєму житті.

За шкалою «Самосприйняття» високий показник спостерігався у 73%, що характеризує студента як людину, котра позитивно налаштована по відношенню до себе, знає і бере до уваги всі свої сторони. У 17% опитуваних мав місце середній рівень самосприйняття. Низький рівень був притаманний 10% досліджуваних, що містить у собі незадоволеність самими собою, розчарування у власному минулому.

За результатами опитувальника «Шкала суб'єктивного благополуччя» (за Perrudet-Badoux, Mendelsohn і Chiche, адаптація М.В. Соколової) виявлено, що високий рівень напруженості та чутливості був притаманний 17% опитаних, що свідчило про їх емоційний дискомфорт в суспільстві. Середній рівень спостерігався у 27%, проте низький – 56% респондентів, що відповідало помірному суб'єктивному благополуччю, але про цілковитий емоційний комфорт у групі говорити не можна.

За шкалою ознак, що супроводжували основну психіатричну симптоматику високі значення були притаманні 25% студентів, що мали схильність до закритості, песимістичності та втрати довіри та надії до оточення. У 33% здобувачів переважав середній рівень ознак, у 42% ознаки були майже відсутні.

Високий рівень зміни настрою мали 19% досліджуваних, що свідчило про нездатність контролювати власні почуття та емоції при стресових ситуаціях. Середні значення були у 31% опитаних, а низькі у 50% респондентів.

Для 31% здобувачів високе значення мала значимість соціального оточення, що говорило про залежність від суспільства. Середній рівень характерний для 52% досліджуваних, проте 17% опитаних є досить упевненими у своїх здібностях, щоб низькі значення соціального оточення.

За шкалою самооцінки здоров'я високі значення спостерігали у 39% студентів, майже така ж частина – 40% – демонструють середній рівень, що свідчить про позитивне ставлення до свого здоров'я. Низьке значення самооцінки здоров'я мали 21% опитаних, які були схильні до незадоволення власним станом.

Високий ступінь задоволення повсякденною діяльністю був властивим для 35% респондентів, що відчували повне благополуччя від своєї діяльності протягом дня. Середній ступінь був притаманний 28% опитаних, проте більша частина досліджуваних (37%) має низький ступінь задоволеності повсякденною діяльністю, що свідчить про незадоволені своїм становищем.

Отже, за результатами дослідження можемо зробити висновок про переважання у здобувачів вищої освіти низького рівня схильності до різного типу емоційних порушень у структурі психологічного благополуччя, а також переважання високого рівня психологічного благополуччя у групі досліджуваних студентів денної і заочної форми навчання. Так, поряд з високим рівнем позитивних стосунків з оточуючим, гарним самосприйняттям,

самооцінкою здоров'я та суб'єктивним благополуччям, низьким рівнем частоти ознак психіатричної патології чи змін настрою, у здобувачів вищої освіти спостерігається недостатній рівень управління середовищем, особистісного зростання та незадоволеності повсякденною діяльністю. Задля покращення показників психологічного благополуччя необхідне впровадження корекційно-розвивальних заходів, що сприятимуть формуванню відчуття впевненості та компетентності, готовності до змін, кращої самореалізації та адаптації в суспільстві.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Моргун В.Ф., Тітов І.Г. Основи психологічної діагностики. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Видавничий Дім «Слово», 2013. 464 с.
2. Волинець Н. Структурні, рівнені та типологічні моделі психологічного благополуччя особистості. Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України Серія: психологічні науки. Хмельницький: Видавництво НАДСПУ, 2017. №3(8). С.28-31
3. Олефір В. О. Взаємозв'язок життєстійкості, копінг – стратегій та психологічного благополуччя. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія. 2011. № 981. Вип. 47. С. 168–172.

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ТОЛЕРАНТНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Мельничук М.М.

кандидат психологічних наук доцент

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

м. Полтава, Україна

igopolt@ukr.net

Важливою якістю, яка свідчить про соціальну зрілість особистості та сприяє її повноцінній адаптації у суспільстві є міжособистісна толерантність. Саме тому проблема психологічного вивчення причин, механізмів і наслідків толерантності особистості є актуальною суспільною проблемою.

Проведений огляд соціально-філософських, релігійних та етичних концепцій дозволяє говорити про відповідні засади вивчення толерантності у психології. У цих джерелах толерантність розглядається як певний гуманістичний ідеал і важлива морально-етична норма людських взаємовідносин, як світоглядна позиція і водночас певна діяльнісна настанова, що реалізується через любов та повагу до «іншого». Толерантність може розглядатися і у призмі взаємовідносин, і як культура толерантної свідомості, що дозволяє співіснувати різним точкам зору, різним за значенням і розміром соціальним групам [1, 9, 10, 11, 12, 13].

Безсумнівний інтерес являє собою дослідження гендерних особливостей взаємозв'язку показників системи толерантності. Ціннісні орієнтації особистості являють собою складну динамічну структуру, яка не тільки залежить від цінностей соціуму, але й підвержена закономірним змінам у процесі онтогенезу і несе на собі