

психоневрологічними захворюваннями при дослідженні за опитувальником К. Роджерса – Р. Даймона спостерігалася зміна всіх показників соціально-психологічної адаптації в бік нормалізації. За опитувальником Г. Айзенка також отримано певні відмінності в показниках основної та контрольної досліджуваних груп, однак вони виявилися статистично не значимими, показник нейротизму зменшився з 17 лише до 15 балів. Втім, це свідчить також про виявлену тенденцію до нормалізації цього показника в результаті психокорекції. Також позитивною після психокорекції виявилася динаміка образу «Я» та самооцінки матерів дітей із психоневрологічними захворюваннями, досліджена за методикою Q-сортування в модифікації С.А.Будасі (коефіцієнт кореляції (задоволеності собою) після психокорекції:  $r_{кор} = 0,61$ ).

Отримані нами результати досліджень дозволяють стверджувати, що, такі психодіагностичні методики, як Тест-опитувальник батьківського ставлення (ОРО) А.Я. Варги та В.В. Столина, методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса-Р. Даймонда, особистісний опитувальник Г. Айзенка є валідними для дослідження психологічних особливостей матерів, які виховують дітей із психоневрологічними захворюваннями. Такиим чином, дані методики можна рекомендувати для застосування медичним психологам, шкільним психологам, психологам-консультантам з метою визначення особистісних і внутрішньосімейних проблем таких матерів.

В разі роботи психолога з дитиною, яка має психоневрологічне захворювання, не варто обмежуватися зосередженням уваги лише на дитині, допомогу слід надавати комплексно, працювати з усією родиною, насамперед з матір'ю проблемної дитини, психологічне здоров'я якої знаходиться в прямій залежності від материнського ставлення. Психологічна корекція, спрямована на оптимізацію психологічних особливостей матерів дітей із психоневрологічними захворюваннями, повинна бути спрямована на нормалізацію батьківських відносин, психологічного стану матері, сприйняття нею себе та своєї дитини, соціальну адаптацію, та вміщувати елементи психодрами, арт-терапевтичні методики, «командні» ігри, групові заняття.

**ШЕВЧЕНКО С.В.,**

*к.психол.н., доцент кафедри психології Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького*

## **АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНИХ ПРОЯВІВ У КОНТЕКСТІ ВІКОВИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТУДЕНТІВ: ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНИЙ АСПЕКТ ВИВЧЕННЯ**

В студентському віці молодь володіє великими можливостями для напруженої розумової праці, цей період є заключним етапом вікового

розвитку психофізіологічних і рухових можливостей організму, він характеризується інтенсивною роботою над формуванням своєї особистості та виробленням стилю поведінки. Це час пошуку відповідей на різноманітні етичні, естетичні, загальнокультурні, політичні та інші питання. Навчання у вищій школі потребує від студентів значних нервово-емоційних напружень, що сягають в період екзаменаційної сесії найвищої межі. Крім цього, ці напруження, поєднуючись з соціальними, побутовими, екологічними та іншими факторами, можуть призвести до різних функціональних та психічних зривів.

Практична і наукова актуальність проблеми емоційних проявів студентів полягає в необхідності розробки широкого спектру заходів медичного, соціально-психологічного та педагогічного плану, що, у свою чергу, передбачає виявлення невідомих раніше механізмів і закономірностей емоційних проявів на психологічному рівні.

Отже, мета даної роботи – дослідити емоційні прояви у студентів в контексті їх вікових особливостей.

Вимоги вищої освіти нерідко перевершують можливості студентів, що призводить до академічної неуспішності, низької професійної зацікавленості, викликають стан незадоволення, тривожності, психічної напруженості, що іноді призводить до стресу і депресії. Студентський вік характеризується розмаїттям емоційних переживань. Проте, сильна орієнтація на переживання сьогодення, висока мотивація досягнень витісняють зі свідомості студента можливі побоювання, пов'язані з наслідками тривалого стресу. У цей час обмежені також здібності до релаксації та відпочинку через ті ж переконання у невечерпності власних фізичних і психічних ресурсів. Стан внутрішньої напруги, як будь-яка надто емоційна подія або явище в житті людини, негативно впливає як на розумовий, так і на особистісний розвиток студента. Якщо психічна напруга буде продовжуватися досить довго, то разом з розвитком негативного досвіду може виникнути ситуація, у якій студент не захоче чи не зможе продовжити навчання у ВНЗ. Це пов'язано з тим, що психологічна напруга може впливати на розвиток психічних процесів, а наслідком цього може бути відсталість у навчанні, ускладнення стосунків у групі та небажання відвідувати заняття.

Необхідно підкреслити, що перевищення інформаційного навантаження в процесі навчання, невідповідність його якості та кількості психофізіологічним та особистісним можливостям студентів, виникнення емоційно-стресових ситуацій (переживання у зв'язку з незадоволеністю вибором професії, дефіцит часу тощо) можуть негативно вплинути на його успішність, самопочуття та здоров'я. Найбільш часто доводиться стикатися зі станом стомлення.

На наявності стресового навантаження на особистість студентів в умовах навчання у вузах наголошувала й Т.І. Пашукова. На її думку, у студентів вони породжуються ситуаціями заліково-екзаменаційної сесії. Під час сесії зростає як тривожність, так і егоцентризм. У студентів-заочників

стресові й дістресові стани виражені ще в більшій мірі, ніж у студентів стаціонарного відділення. Причиною тому служить більша кількість чинних стресорів, серед яких несформовані стосунки з викладачами, непорядкованість побуту в приїжджих і порушення норм психічної гігієни в наслідок особливостей складання навчального плану (у першій половині дня студенти здають іспити або заліки, а в другій – зобов'язані бути присутніми на трьох-чотирьох лекційних парах).

Відповідно поставленій меті, нами було проведено експериментальне дослідження із залученням 283 студентів МДПУ імені Богдана Хмельницького за наступними методиками.

Методика «Опитувальник визначення рівня соціально-психологічного стресу»(авт. Л. Рідер, адапт. О.С. Копіною, Є.А. Суисловою, Є.В. Заїкіним)спрямована на виявлення рівня прояву соціально-психологічного стресу у студентів.Після обробки даних у студентів були виділені 3 рівні прояву цього стану. У 50,18% студентів виявлено середній рівень соціально-психологічного стресу. Це студенти, для яких є наявним переживання стресу, але разом із цим вони готові до подолання цього стану. 45,96% респондентів продемонстрували низький рівень за цим показником. Для 3,86% досліджувальних характерним є високий рівень соціально-психологічного стресу. В них чітко виявлений стан стресової напруги й вони не завжди можуть оцінити всі позитивні й негативні сторони ухвалених рішень.

Методика«Самооцінка психічних станів» (авт. Г. Айзенк, адапт. Є.П. Ільїним). Її мета - визначити серед студентів рівень прояву тривожності, фрустрованості, агресивності й ригідності, які в ряді випадків виступають проявами стресових. Обробка даних методики дала можливість одержати наступні результати. У 54,39% опитаних виявлений середній рівень тривожності, що вказує на деяке уникнення ними ситуацій, які можуть порушити рівновагу та пов'язані з відчуттям безвихідності. У 42,81% студентів домінує низький рівень цього стану. Вони не відчувають напруги або нервозності у зв'язку з навчанням у вузі. Для 2,80% респондентів характерний високий рівень тривожності. В них спостерігається наявність негативних емоцій, занепокоєння, тривога та розчарування у процесі навчання. Дослідження виявило, що 66,32% респондентів продемонстрували середній рівень фрустрації, що свідчить про впевненість у правильності вчинків, відсутність коливань та сумнівів щодо правильності своїх дій лише за сприятливих умов середовища. У 25,61% досліджуваних привалює низький рівень фрустрації, що вказує на стійкість їх до невдач, відсутність страху перед труднощами та впевненість їх в ситуації невизначеності. Для 8,07% студентів характерне високий рівень прояву цього стану. Вони прагнуть уникати труднощів і бояться невдач, на шляху до досягнення конкретної цілі при наявності перешкод в них спостерігається домінування негативних переживань. Для 65,61% опитаних характерним є середній рівень агресивності, що проявляється у варіативності їх поведінки, від стриманого стану до відновлення активності та нападу на оточуючих). У 27,37%

студентів виявлений низький рівень прояву цього стану, вони доброзичливі, привітні у взаєминах, відкриті для спілкування. Попри це, у 7,02% респондентів діагностовано високий рівень агресивності. Ці студенти мають труднощі в спілкуванні й взаємодії з людьми, проявляючи недоброзичливість та озлобленість відносно інших. Встановлено також, що у 52,98% опитаних домінує середній рівень ригідності, демонструючи спілкування та взаємини за старими стереотипами, що втратили функціональність, та використовуючи при цьому старі психологічні техніки. Для 42,46% студентів характерним є низький рівень ригідності, вони проявляють динамічність, альтернативність при прийнятті рішень та готовність до змін своєї особистості в новому освітньому просторі. У 4,56% опитаних домінує високий рівень ригідності. Для них характерним є незмінність поведінки, поглядів і переконань, навіть якщо вони розходяться й не збігаються з реальними обставинами життя. Вони не здатні відійти від стереотипних дій у нових ситуаціях.

Отже, в сучасних умовах зростання емоційної інтенсивності та напруженості життя студентів, коли різноманітні емоційні стреси стали з особливою силою діяти на особистість, виникло багато проблем, пов'язаних із зниженням рівня інтелекту, погіршенням емоційного стану та зниженням стресостійкості особистості. В зв'язку з цим, вбачаємо перспективу подальших досліджень в розробці й впровадженні ефективної системи заходів з покращення емоційних станів й проявів студентів.