

ДИНАМІКА СТАНУ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАКЛАДІВ ПРОФТЕХОСВІТИ ЧЕРНІГІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ У ЗВ'ЯЗКУ З ВІЙНОЮ В УКРАЇНІ

Забаровська Світлана Миколаївна¹, Дубина Лариса Олексіївна²

¹ Викладач ДПТНЗ «Сновське вище професійне училище лісового господарства», аспірантка
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя, м. Сновськ (Україна)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-4642-1172>

² Директор ДПТНЗ «Сновське вище професійне училище лісового господарства», кандидат
педагогічних наук, м. Сновськ (Україна)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0268-7681>

UDC: 159.9.072.432

АНОТАЦІЯ

У статті проаналізовано значення війни Російської Федерації проти України, як гіперстресового фактора, що негативно впливає на психічне здоров'я та психологічне благополуччя людей. Описано динаміку емоційного реагування людини на війну, негативні емоційні й інші психологічні наслідки переживання подій війни.

Представлено аналітичне порівняння результатів психологічного дослідження стану психологічного благополуччя учнівської молоді закладів професійної (професійно-технічної) освіти Чернігівщини у цьому році та попередньому. Виявлене деяке зростання рівня психологічного благополуччя молоді. З'ясовано, що молоді люди частіше відчують позитивні емоції від звичайних речей, бачать більше причин для радості в буднях, стало більш оптимістичним їх уявлення про майбутнє, зросло відчуття соціальної підтримки, покращилось уявлення про власну здатність до саморегуляції, однак, знизилась здатність до цілепокладання, що виявляється у труднощах щодо планування життя, нечіткому баченні віддаленої життєвої перспективи.

Ключові слова: психічне здоров'я, психологічне благополуччя, психотравмуюча подія, психологічна травма, посттравматичне зростання.

Постановка проблеми

З 24 лютого 2022 року українці опинилися у новій реальності – реальності повномасштабної війни Російської Федерації проти України. І ця реальність для більшості стала болучою, травмуючою. Адже вона наповнена такими гіперстресовими подіями, як бомбардування, обстріли, вбивства, тілесні ушкодження, насилля, втрата житла, майна, роботи, вимушена міграція, зубожіння тощо.

Зрозуміло, що ці події негативно впливають на психічне здоров'я людей, яке розуміється як стан благополуччя, при якому людина може реалізувати власний потенціал, долати життєві стреси, продуктивно й плідно працювати й робити внесок у життя своєї спільноти.

Наслідки воєнних подій для кожної особистості

є суто індивідуальними, і залежать як від міри їх дії на людину, так її індивідуальних психологічних і соціально-психологічних факторів. Високою є ймовірність генералізації травми війни на все українське суспільство, оскільки практично нема українців, яких війна не зачепила тим чи іншим чином.

Тому наразі є актуальними дослідження, що визначають вплив війни на українське суспільство. Результати досліджень стають ґрунтом для психологічного осмислення цих подій і їх наслідків, основою для розробки і впровадження реабілітаційних програм, психотерапевтичних підходів щодо допомоги постраждалим. Однак, проведення подібних досліджень є досить етично чутливим, вони потребують детального планування та делікатної реалізації.

Аналіз останніх досліджень та публікацій

Address for correspondence, e-mail: editpsychas@gmail.com
Copyright: © Svitlana Zabarovska, Larysa Dubyna

This is an Open Access journal, all articles are distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0) License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>), allowing third parties to copy and redistribute the material in any medium or format and to remix, transform, and build upon the material, provided the original work is properly cited and states its license.

Суб'єктивна задоволеність життям, повнота функціонування особистості, відчуття щастя знайшли своє втілення у науковому понятті сучасної психології – «психологічне благополуччя особистості». Це поняття за змістом близьке до понять «психічне здоров'я», «психологічне здоров'я», «суб'єктивне благополуччя», «особистісне здоров'я», «задоволеність життям» та ін. Однак має сутнісні особливості й суттєві відмінності.

До питання вивчення суті психологічного благополуччя особистості, його компонентів та чинників звертались як вітчизняні, так і зарубіжні психологи: М. Аргайл, Н. Бредберн, Д. Галаті, М. Дворник, Е. Дінер, С. Карсканова, Ю. Кашлюк, К. Ріфф, М. Селігман та ін.

У сучасних дослідженнях психологічного благополуччя виокремлюються два основні підходи: гедоністичний та евдомоністичний.

Згідно з гедоністичним підходом (розробляли Н. Бредберн, Е. Дінер), психологічне благополуччя розуміється як співвіднесеність позитивного та негативного афектів і переважання позитивного афекту, що виявляється у відчутті щастя, задоволеності життям. Е. Дінер, який оперував поняттям «суб'єктивне благополуччя», вважав його компонентом психологічного благополуччя та виділяв у ньому три компоненти: задоволеність, комплекс приємних емоцій і комплекс неприємних емоцій.

Евдомоністичний підхід (К. Ріфф), виходячи з гуманістичних традицій, в основу поняття поклав показники повноцінного функціонування особистості, повноту самореалізації людини в конкретних життєвих ситуаціях. Американська дослідниця К. Ріфф (Ryff, Keyes, 1995) виділила шість основних компонентів психологічного благополуччя: самоприйняття, позитивні відносини з навколишніми, автономія, управління середовищем, наявність цілей в житті, особистісне зростання.

З'являються психологічні теорії (Кашлюк, 2016), які намагаються інтегрувати основні положення цих підходів та поєднати в єдиній моделі виокремлені в них компоненти: задоволеність життям, відсутність негативних переживань, загальна усвідомленість щодо життя і несуперечливість потреб і можливостей, уміння використовувати свої ресурси для досягнення значущих цілей, наявність соціальної підтримки та сприятливе

соціальне оточення, благополуччя близьких і значущих людей, прийняття особистої відповідальності за власне життя, самоефективність і наявність змістотворчих перспектив.

Досліджуючи психологічне благополуччя особистості в транзитивний період (період переходу від війни до миру) М. Дворник виділяє в ньому наступні складові: позитивні стосунки з іншими, внесок у благополуччя інших, відчуття компетентності та спроможності здійснювати осмислену активність, наявність персональних цілей, самоповага та оптимізм (Дворник, 2020).

У сучасних дослідженнях психологічного благополуччя, зазначають О. Кобець, Ю. Кузьменко (Кобець, Кузьменко, 2022), використовуються два типи індикаторів: об'єктивні та суб'єктивні. Перші індикатори характеризують відносно легко вимірювані процеси, наприклад, тривалість життя людини, рівень достатку, стан здоров'я тощо. Суб'єктивні індикатори відображають психологічні переживання людини: задоволеність життям, відчуття безпеки, психологічної гармонії. При цьому, дослідження свідчать про те, що хоч ці два блоки показників і пов'язані між собою, однак, суб'єктивний аспект якості життя має високу значущість, а психологічний добробут може суттєво варіюватися у людей, які перебувають у схожих життєвих ситуаціях.

Визначеною у психології є категорія «психологічний стан», який традиційно розуміють як таку психологічну характеристику особистості, що показує відносно статичні та перманентні моменти її душевних переживань.

На наш погляд психологічне благополуччя особистості можна розуміти як інтегрований, досить стійкий психологічний стан, який виявляється у переживанні задоволеності від життя та відчутті повноти власного функціонування.

Вважаємо, що у структурі психологічного благополуччя особистості значне місце займає суб'єктивне ставлення, тобто ставлення самої особистості до себе, інших людей, власного життя, майбутнього. У значній мірі ставлення визначає оцінку явищ і подій життя, спосіб реагування та інтерпретацію досвіду.

У сучасних дослідженнях (Матейко, 2021) зна-

чна увага приділяється пошуку чинників, що визначають психологічне благополуччя особистості. Як предиктори і джерела психологічного благополуччя розглядається широке коло феноменів, таких як генетична схильність, соціальні відносини, матеріальний достаток, задоволення потреб, наявність цілей та сенсу життя, індивідуально-психологічні особливості, прийняття себе як особистості та інші.

Безперечно, об'єктивні умови життя, зовнішні події будуть накладати помітний відбиток на стан психологічного благополуччя особистості, хоча інтрапсихологічні чинники залишаються визначальними.

Тому можемо переконливо говорити, що війна в Україні є значним чинником, що впливає на стан психологічного благополуччя різних категорій населення. Відповідно до відомих результатів дослідження психологічного благополуччя можемо говорити про різну варіативність індивідуальних реакцій українців на війну і інші події, зумовлені нею.

У своїй науковій доповіді М. Слюсаревський зазначає, що можлива наступна динаміка емоційного реагування людини на війну: після шоку, ступору та цілковитої розгубленості її перших днів зазвичай настає період граничного емоційного піднесення, солідарності та палкої надії на швидку перемогу, який відтак неминуче змінюється депресивною фазою з домінуванням таких станів, як апатія, песимізм, безнадія.

Постійним емоційним фоном війни для багатьох може бути важке почуття провини, страх та його деривативи (панічні атаки, генералізовані тривожні стани), нестерпний гнів та ненависть до ворога. Люди, які зазнали втрат або травмування, з високою вірогідністю можуть відчувати гострі стресові реакції, патологічний перебіг горювання (Слюсаревський, 2022).

Деструктивний вплив надмірних або патологічних емоційних реакцій на події війни проявляється як у безпосередніх та короткострокових розладах ментального здоров'я, так і в віддалених психологічних наслідках (наприклад, посттравматичні стресові розлади, розлади особистості тощо).

Український психолог Т. Титаренко, займаючись розробкою комплексного підходу до збереження і відновлення психологічного здоров'я особистості, що постраждала внаслідок тривалих воєнних дій, виокре-

мила наступні негативні наслідки тривалої воєнної травматизації:

на соціально-психологічному рівні – падіння довіри до світу, зменшення схильності до співробітництва, здатності співпереживати;

на ціннісно-смисловому рівні – зниження спроможності діставати задоволення від повсякдення, втрата здатності до пошуку нових життєвих перспектив, труднощі в осмисленні досвіду;

на індивідуально-психологічному рівні – переживання розщепленості, порушення цілісності, деструктивні зміни ідентичності, послаблення потреби в самореалізації, зниження збалансованості, адаптивності.

Однак, вона зауважує, що крім негативних наслідків дії психотравми можуть відслідковуватись і позитивні: посттравматичне зростання, активізація життєтворення (Титаренко, 2019).

Аналізуючи вплив травматичного досвіду на учасників бойових дій, Н. Матейко зазначає, що помірний рівень психотравмуючого досвіду провокував позитивні особистісні зміни, на відміну від низького чи занадто високого (Матейко, 2021).

Зарубіжні дослідники Р.Дж. Тедескі і Л.Дж. Калхоун, розробляючи концепт «посттравматичне зростання», вважають, що воно «належить до змін у людях, які виходять за межі здатності протистояти та не зазнавати ушкоджень у вкрай стресових умовах» (Tedeschi, Calhoun, 2004: с. 4). Посттравматичний ріст передбачає якісну трансформацію функціонування людини.

Згідно з Н. Матейко, посттравматичне зростання залежить не від виду психотравмуючої події, а від суб'єктивного ставлення до неї, здатності надавати негативним подіям позитивного сенсу, мислити саногенно (Матейко, 2021: с.3).

Внаслідок пережитої психотравми особистість здатна підніматись на такі рівні буття і осмислення, які до цього були для неї недоступними.

В результаті дії травматичної події у людини руйнується звична картина світу, деякі захисні механізми психіки не спрацьовують і особистість звертається до таких способів опрацювання досвіду, який включає зміну смислів, уявлень про саму себе і життя загалом, пережитий досвід інтегрується у цілісну особистісну історію.

Прийняття реальності та інтегрування досвіду в нову картину світу – основний механізм посттравматичного зростання.

Наразі спостерігаються такі зміни в українському суспільстві, що свідчать не лише про патологічну динаміку, але й про ряд позитивних психологічних зрушень. Відзначається інтенсивний процес формування національної ідентичності, відродження національної свідомості, яскраво проявляється патріотичне піднесення, зміцнення почуттів національної єдності. Екстремальні обставини війни сприяють розширенню сфери спілкування з близькими та рідними, зміцненню родинних зв'язків, нівелюванню звичних конфліктів в ім'я більшої згуртованості під час спільної біди, поглиблюється відчуття особистої приналежності до суспільного цілого, спостерігається широка залученість до допомагальної та волонтерської активності. Ці соціально-психологічні феномени накладають також свій відбиток на самопочуття та стан психологічного благополуччя кожного українця.

Мета статті: проаналізувати динаміку стану психологічного благополуччя учнівської молоді закладів профтехосвіти Чернігівської області у зв'язку з військовою Російської Федерації проти України.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Для вивчення динаміки стану психологічного благополуччя учнівської молоді закладів професійної (професійно-технічної) освіти Чернігівської області нами було проведено емпіричне дослідження. Воно реалізовувалося у два етапи: I етап – травень-червень 2021 року; II етап – травень 2022 року. Висновки про зміну стану психологічного благополуччя учнівської молоді робились на основі аналітичного порівняння результатів I та II етапів дослідження.

Цільовою групою досліджуваних обрано здобувачів освіти трьох закладів професійної (професійно-технічної) освіти Чернігівської області. Загалом продіагностовано 305 осіб віком від 17 до 20 років. У I етапі дослідження взяли участь 120 осіб, у другому етапі – 185 осіб.

Методом наукового дослідження обрано письмове опитування, яке проводилось за допомогою авторської методики на визначення психологічного благополуччя особистості (С. Забаровська).

Авторська методика на визначення психологічного благополуччя особистості пройшла процедуру апробації та валідації. Визначено критерійну (емпіричну) валідність: коефіцієнт кореляції Пірсона між даними, отриманими за авторською методикою та опитувальником «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф становить $r=0,77$ ($p \leq 0,01$), із загальним балом за методикою «Шкала задоволеності життям Е. Дінера»: $r=0,86$ ($p \leq 0,01$), з показниками за Шкалою депресії Бека $r=-0,69$ ($p \leq 0,01$). У ході перевірки надійності методики методом розщеплення отримано коефіцієнт $r=0,812$, що є статистично значущим ($p \leq 0,01$). Коефіцієнт Альфа Кронбаха, що вказує на внутрішню узгодженість шкал методики, становить $\alpha=0,865$.

Результати стандартизації опитувальника викладено у попередніх публікаціях (Забаровська, Кресан, 2021).

Ця методика передбачає можливість підрахувати для кожного досліджуваного кількість набраних балів за визначеними 8 шкалами:

«задоволеність життям» (високі оцінки свідчать про високий рівень задоволеності власним життям, тим, як розгортається свій життєвий шлях);

«позитивні емоції» (переживання позитивних емоцій, здатність людини відчувати позитивні емоції в буденному житті);

«ставлення до себе» (позитивне суб'єктивне ставлення до себе, хороше самовідношення);

«уявлення про майбутнє» (позитивне ставлення до майбутнього, оптимістичне налаштування на майбутнє);

«наявність соціальної підтримки» (відчуття соціальної підтримки, вміння її знаходити за потреби);

«життєві цілі» (у досліджуваного є життєві цілі, до яких він прагне, налаштованість на життєві перспективи);

«здатність до саморегуляції» (вміння керувати своїм емоційним станом, регулювати свій настрій).

Також можна підрахувати загальний показник психологічного благополуччя особистості, виділено його умовні рівні: низький, середній та високий.

Результати дослідження.

Спочатку було обраховано загальний показник психологічного благополуччя для кожного досліджува-

ного та відсотковий розподіл досліджуваних у вибірці за рівнем цього показника на першому та другому етапах вивчення.

У ході першого етапу дослідження (травень-червень 2021 року) було з'ясовано, що 9,2% досліджуваних учнів діагностують низький рівень психологічного благополуччя за методикою, 38,3% - середній рівень та 52,5% - високий рівень цього показника.

У ході другого етапу дослідження (травень 2022 року) отримано дещо інші результати: низький рівень психологічного благополуччя особистості діагностують 4,3% опитаних (що на 4,9% менше ніж на I

З метою диференційованого аналізу динаміки стану психологічного благополуччя молоді було здійснено порівняння середніх показників за всіма шкалами методики на різних етапах вивчення. Для унаочнення порівняння результатів двох діагностичних зрізів скористаємось діаграмою (рис. 2).

Порівняння результатів двох етапів дослідження вказує на те, що *задоволеність життям* у молоді, як таке, не зазнало суттєвих змін (у I та II етапах дослідження середнє значення по вибірці складає 2,2 бали).

Однак, деякою мірою змінились показники за

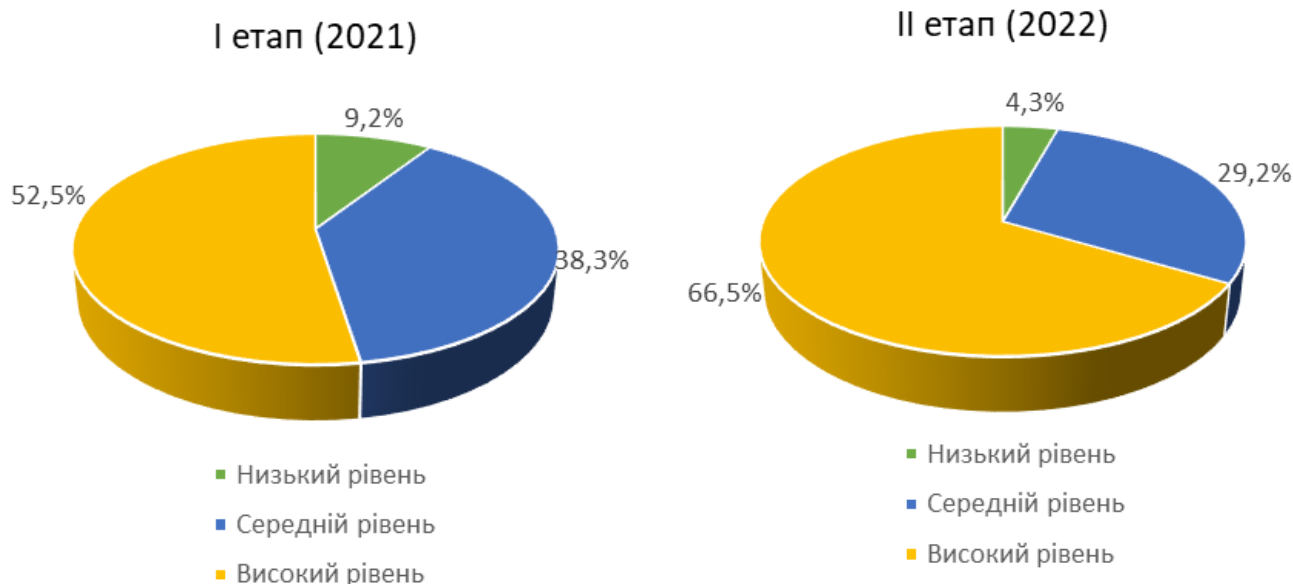


Рис.1. Відсотковий розподіл досліджуваних у вибірці за рівнем психологічного благополуччя у I та II етапах дослідження

етапі), середній рівень – 29,2% (на 9,1% менше), високий рівень – 66,5% (на 14% більше) (рис. 1.).

Порівняння отриманих даних на I та II етапах дослідження вказують на загальну позитивну динаміку стану психологічного благополуччя учнівської молоді закладів професійної (професійно-технічної) освіти. Якщо у 2021 році близько половини учнів діагностували високий рівень благополуччя, то навесні 2022 (після звільнення області від російських загарбників) – більше 60%. Це свідчить про те, що зросла кількість молоді, яка відчуває позитивні емоції в своєму щоденному житті, позитивно ставиться до себе, оточуючих, має оптимістичне уявлення про майбутнє, відчуває соціальну підтримку, власну спроможність до самопомоги.

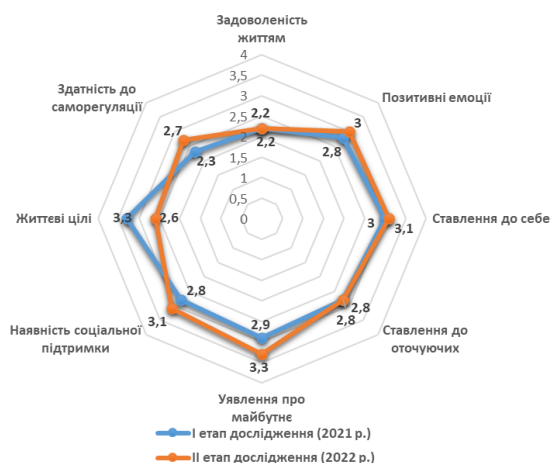


Рис.2. Середні бали по вибірці за шкалами методики у I та II етапах дослідження

шкалою «*позитивні емоції*» (2,8 бали на першому етапі проти 3 балів у другому). Тобто, у молоді змінилась здатність отримувати задоволення від звичайних речей, вони почали бачити інші причини радості, їх багато що цікавить у звичайному житті. Зазначимо, що II етап дослідження припав на період повної деокупації Чернігівської області (квітень-травень 2022 року), що могло спровокувати у населення відчуття емоційного підйому, радості, відчуття щастя від того, що вижили, і задоволеності від того, що мають «тут і зараз».

Дещо покращилось *ставлення молоді до самих себе* (3 бали на I етапі проти 3,1 балів у II етапі). Гіпотетично це пояснюється тим, що війна, як кризова ситуація, певною мірою нівелювала причини для незадоволення самим собою, трансформацією системи цінностей і особистісних смислів. Вірогідно, що такі чинники самоствалення, як зовнішність, навчальна успішність, здібності, статус у навчальній групі тощо, втратили свою значущість, на зміну їм актуальності набули загальнолюдські цінності: життя, здоров'я, сім'я, підтримка, взаємодопомога та ін.

Поряд з цим *ставлення до оточуючих* помітних змін не зазнало і в цілому відповідає середньому рівню.

Суттєво змінилось *уявлення молоді про майбутнє* (2,9 бали на I етапі дослідження проти 3,3 балів на II етапі). Учні бачать своє майбутнє оптимістично, вважають, що майбутнє буде кращим за сьогоднішнє. Переживши пік ризику для власного життя і здоров'я, молоді люди відчули полегшення та оптимізм, налаштовані на позитивні перспективи. Однак, слід зазначити, що такий оптимізм загалом недиференційований і в умовах невизначеності не має чітких обрисів майбутнього.

Ці пояснення підтверджуються зниженням показників за шкалою «*життєві цілі*» (3,3 бали на I етапі дослідження і 2,6 балів на II етапі). Тобто, порівнюючи з минулим, у цьому році здобувачі освіти мають більші труднощі з цілепокладанням, відсутні чіткі плани на майбутнє, розмиті життєві цілі. Це пояснюється невпевненістю в завтрашньому дні, звуженням бачення життєвої перспективи, здатністю до планування лише найближчого майбутнього. Адже в умовах незакінченої війни молодь перебуває в ситуації невизначеності, а пережитий стрес порушив планове розгортання життєвого шляху в часовій перспективі.

Деякою мірою відбулись позитивні зрушення за шкалою «*наявність соціальної підтримки*» (2,8 балів та 3,1 бали відповідно). Ці дані пояснюються тим, що в період ведення активних бойових дій в регіоні та російської окупації значно зросла соціальна взаємопідтримка людей у вигляді співпереживання, турботи, контактів безпосередньо та за допомогою засобів зв'язку (телефону, месенджерів, соціальних мереж), практичної допомоги. Для багатьох українців відчуття соціальної підтримки та звернення до соціально-орієнтованих стратегій копінгу стало значним психологічним ресурсом у переживанні стресу війни.

Також у молоді позитивно змінилось уявлення про свою *здатність до саморегуляції* (2,3 бали на I етапі та 2,7 балів на II етапі). Тобто, молоді люди, переживши критичний період і відчувши свою психологічну стійкість, стали краще оцінювати свої навички щодо регуляції власного психоемоційного стану, здатності до психологічної самопомоги.

Тобто, у структурі психологічного благополуччя молоді, як інтегрованого психологічного стану, більш вираженими стали такі компоненти, як наявність позитивних емоцій, оптимістичне уявлення про майбутнє, відчуття соціальної підтримки, здатність до саморегуляції. Знизилась здатність до цілепокладання, побудови життєвих планів. Ставлення до себе та до інших людей значимих змін не зазнало.

Висновки та перспективи подальших досліджень.

Психологічне благополуччя особистості можна розуміти як інтегрований, досить стійкий психологічний стан, який виявляється у переживанні задоволеності від життя та відчутті повноти власного функціонування. Цей стан зумовлюється як інтра- так і інтерпсихологічними чинниками. Війна, як гіперстресова подія, значно вплинула на стан психологічного самопочуття українців, однак, цей вплив неоднозначний.

Порівняльний аналіз результатів двох етапів емпіричного дослідження показує загальну позитивну динаміку стану психологічного благополуччя учнівської молоді закладів професійної (професійно-технічної) освіти Чернігівської області.

З'ясовано, що у цьому році, порівняно з попереднім, зменшилась кількість здобувачів освіти, які

мають низький та середній рівні психологічного благополуччя, та збільшилась кількість молодих людей, що діагностують високий рівень вияву цього психологічного стану. Тобто, молоді люди частіше почали переживати загальну задоволеність життям, різними його сферами, відчуття повноти власного функціонування.

Така динаміка пояснюється більш детальним аналізом змін за компонентами цього інтегрованого психологічного стану. Так, відмічається, що молоді люди, переживши стресові події війни, почали частіше відчувати позитивні емоції від звичайних речей, бачити більше причин для радості та інтересу в житті. Вірогідно, відбулась певна переоцінка цінностей молоді, трансформація їх ціннісно-сміслової сфери.

У здобувачів освіти стало більш оптимістичним уявлення про майбутнє. Вони почали бачити його більш перспективним, кращим, ніж їх сьогоднішнє, мають оптимістичне уявлення про своє майбутнє життя. Ці зміни можуть бути пов'язані як із загальною динамікою емоційного реагування українців на війну, де після періоду шоку й розгубленості настає період емоційного піднесення та надії, а також з оптимізмом, що переживається у зв'язку з фактом деокупації регіону від російських військ.

У молоді зросло відчуття соціальної підтримки, що виявляється у переживанні близькості з іншими, взаємодопоміжності, взаємодовіри. Динаміка цього переживання може зумовлюватися фактичним зростанням інтенсивності міжособистісної комунікації у воєнний період та соціально-психологічними явищами згуртування українців, солідарності на фоні спільного проживання стресових подій.

Також дещо покращилось уявлення молоді про власну здатність до саморегуляції. Отриманий досвід опанування складних емоцій в цей період може підвищувати власні оцінки щодо своїх навичок регуляції психоемоційного стану.

Однак, у молоді діагностовано зниження здатності до цілепокладання, що виявляється у труднощах щодо планування життя, нечіткому баченні віддаленої життєвої перспективи. Війна, яка триває, є екзистенційною загрозою, що порушує планове розгортання життєвого шляху, в умовах невизначеності особистості важко ставити далекі життєві цілі.

Перспективами подальших досліджень може бути діагностування стану психологічного благополуччя учнівської молоді закладів профтехосвіти регіону після закінчення повномасштабної війни, вивчення гендерних та вікових особливостей реагування на події війни та віддалених наслідків впливу цих подій на психологічне самопочуття українців.

References :

- Dvornik, M.S. (2020). Psihologichne blagopoluchchja osobistosti pid chas perehodu vid vijni do miru. Naukovi studii iz social'noi ta politichnoi psihologii: Zb. statej. Vip. 45 (48). S.79-88.
- Zabarovs'ka, S. M., Kresan, O. D. (2021). Metodika doslidzhennja psihologichnogo blagopoluchchja osobistosti. Psihologichnij chasopis. T. 7. Vip. 9. S.99-107.
- Ivanjuk, G., Mel'nik, I., Proshkuratova, T. (2022). Psihosemantika ponjattja «psihichne zdorov'ja» u movnij svidomosti studentiv pedagogichnih special'nostej. Psycholinguistics. Psiholingvistika. zb. nauk. prac'. Vip. 31(1). S. 44-63.
- Kashljuk, Ju.I. (2016). Osnovni chinniki, jaki vplivajut' na psihologichne blagopoluchchja osobistosti. Zbirnik naukovih prac' K-PNU imeni Ivana Ogiienka, Institutu psihologii imeni G.S.Kostjuka NAPN Ukraïni. Vip. 34. S.170-186.
- Kobec', O. V., Kuz'menko, Ju. V. (2022). Osobisti resursi jak chinniki pidtrimannja psihologichnogo blagopoluchchja v umovah ekzistencijnih zagroz. Visnik Nacional'nogo universitetu oboroni Ukraïni. #2 (66). S.43-49.
- Matejko, N.M. (2021). Peredumovi formuvannja sanogennogo mislennja v uchasnikiv bojovih dij. Vcheni zapiski TNU imeni V.I. Vernads'kogo. Serija: Psihologija. T.32 (71) # 6. S. 1-6.
- Sljusarevs'kij, M.M. (2022). Social'no-psihologichnij stan ukraïns'kogo suspil'stva v umovah povnomasshtabnogo rosij'skogo vtorgnennja: nagal'ni vikliki i vidpovidi. Visnik NAPN Ukraïni. 4(1). S.1-11.
- Titarenko, T.M. (2019). Tehnologii vidnovlennja psihologichnogo zdorov'ja osobistosti v umovah vijni: kompleksnij pidhid. Naukovi studii iz social'noi ta politichnoi psihologii. Vip. 43. S. 54-62.
- Tedeschi, R.G., Calhoun, L.G. (2004). Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. Psychological Inquiry. No. 1. Vol. 15. P. 1–18.
- Ryff, C. D., Keyes, S. (1995). The structure of psychological well-being revisited. Journal of Personality and Social Psychology. Vol.69. R. 719–727.

Забаровська Світлана Миколаївна

Викладач ДПТНЗ «Сновське вище професійне училище лісового господарства», аспірантка Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя, м. Сновськ (Україна)

Дубина Лариса Олексіївна

Кандидат педагогічних наук, директор ДПТНЗ «Сновське вище професійне училище лісового господарства», м. Сновськ (Україна)

ДИНАМІКА СТАНУ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАКЛАДІВ ПРОФТЕХОСВІТИ ЧЕРНІГІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ У ЗВ'ЯЗКУ З ВІЙНОЮ В УКРАЇНІ

АНОТАЦІЯ

У статті розглянуто поняття «психологічне благополуччя особистості», теоретичні підходи до його розуміння: гедоністичний, евдомоністичний та інтегративний. Зроблено спробу визначити складові психологічного благополуччя особистості, об'єктивні та суб'єктивні показники та чинники, що його визначають.

Акцентовано увагу на понятті «психологічний стан». Визначено психологічне благополуччя особистості як інтегрований, досить стійкий психологічний стан, який виявляється у переживанні задоволеності від життя та відчутті повноти власного функціонування.

Зазначено, що у структурі психологічного благополуччя особистості значне місце займає суб'єктивне ставлення, тобто ставлення самої особистості до себе, інших людей, власного життя, майбутнього. У значній мірі ставлення визначає оцінку явищ і подій життя, спосіб реагування та інтерпретацію досвіду.

Проаналізовано значення війни Російської Федерації проти України, як гіперстресового фактора, що негативно впливає на психічне здоров'я та психологічне благополуччя людей. Описано динаміку емоційного реагування людини на війну, негативні емоційні й інші психологічні наслідки переживання подій війни.

Описано можливі позитивні психологічні зміни, які можуть відбутися у особистості внаслідок травматичної події, зокрема такі, як «посттравматичне зростання». Розкрито сутність процесу посттравматичного зростання особистості.

Представлено аналітичне порівняння результатів психологічного дослідження стану психологічного благополуччя учнівської молоді закладів професійної (професійно-технічної) освіти Чернігівщини у цьому

році та попередньому. Виявлене деяке зростання рівня психологічного благополуччя молоді. З'ясовано, що молоді люди частіше відчувають позитивні емоції від звичайних речей, бачать більше причин для радості в буднях, стало більш оптимістичним їх уявлення про майбутнє, зросло відчуття соціальної підтримки, покращилось уявлення про власну здатність до саморегуляції, однак, знизилась здатність до цілепокладання, що виявляється у труднощах щодо планування життя, нечіткому баченні віддаленої життєвої перспективи.

Ключові слова: психічне здоров'я, психологічне благополуччя, психотравмуюча подія, психологічна травма, посттравматичне зростання.

Svitlana Zabarovska

Teacher of Snovsk high vocational school of forestry, aspirant of Nizhyn state university by M. Hohol, Snovsk (Ukraine)

Larysa Dubyna

PhD in Pedagogical Sciences, Director of Snovsk high vocational school of forestry, Snovsk (Ukraine)

DYNAMICS OF THE STATE OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF STUDENT YOUTH IN VOCATIONAL EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF CHERNIGIV REGION IN CONNECTION WITH WAR

ABSTRACT

The article considers the concept of «psychological well-being of the individual», theoretical approaches to its understanding: hedonistic, eudomonistic and integrative. An attempt has been made to determine the components of the psychological well-being of the individual, objective and subjective indicators and factors that determine it.

Emphasis is placed on the concept of «psychological state». The psychological well-being of the individual is defined as an integrated, fairly stable psychological state, which is manifested in the experience of life satisfaction and a sense of fullness of their own functioning.

It is noted that in the structure of the psychological well-being of the individual a significant place is occupied by the subjective attitude, ie the attitude of the individual to himself, other people, his own life, future. To a large extent, the attitude determines the assessment of phenomena and events of life, the way of reacting and interpreting the

experience.

The significance of the war of the Russian Federation against Ukraine as a hyper-stress factor that negatively affects the mental health and psychological well-being of people is analyzed. The dynamics of a person's emotional response to war, negative emotional and other psychological consequences of experiencing war events are described.

Possible positive psychological changes that can occur in a person as a result of a traumatic event are described, in particular, such as «post-traumatic growth». The essence of the process of post-traumatic growth of personality is revealed.

An analytical comparison of the results of psychological research on the state of psychological well-being of students of vocational (vocational) education institutions of Chernihiv region this year and the previous year is presented. There was some increase in the level of psychological well-being of young people.

It was found that young people are more likely to experience positive emotions from ordinary things, see more reasons for joy in everyday life, became more optimistic about their future, increased social support, improved self-esteem, but decreased ability to set goals, which is manifested in difficulties in planning life, a vague vision of distant life prospects.

Key words: mental health, psychological well-being, psycho-traumatic event, psychological injury, post-traumatic growth.

How to cite (як цитувати):

Zabarovska, S., & Dubyna, L. (2022). DYNAMICS OF THE STATE OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF STUDENT YOUTH IN VOCATIONAL EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF CHERNIGIV REGION IN CONNECTION WITH WAR. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 8 (4), 60-68. <https://doi.org/10.31108/1.2022.8.4.5> [in Ukrainian]

Дата отримання статті: 03.03.2022

Дата рекомендації до друку: 10.04.2022

Дата оприлюднення: 30.04.2022