

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

Анастасія Курова

кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної психології

Одеський Національний університет імені І.І. Мечникова

65082, Україна, м. Одеса, вул. Дворянська, 2

nastusha-k@ukr.net, <https://orcid.org/0000-0001-6595-492X>

Researcher ID: [AAB-3476-2022](https://orcid.org/0000-0001-6595-492X); Scopus Author ID: 57222469846

Анотація

Мета статті полягає в презентації результатів емпіричного дослідження особливостей психологічного здоров'я студентської молоді в умовах невизначеності. *Методи дослідження*. Теоретичні: аналіз, узагальнення, систематизація вітчизняних та зарубіжних досліджень; емпіричні: тестування. *Результати та висновки*. Сучасна українська психологічна наука в умовах війни актуалізує увагу на розв'язанні нагальних питань підтримки та збереження психологічного здоров'я молодого покоління, оскільки після перемоги докорінно зміняться вектори індивідуального та соціального існування особистості. На порядку денному перед молоддю будуть поставлені питання відновлення та розбудови потужної держави та пошук свого місця в цьому процесі. У вітчизняній та зарубіжній науці особлива дослідницька увага приділяється розробці прийомів та методів підтримки психосоматичного здоров'я та надання психологічних послуг населенню, розумінню психологічного здоров'я як критерію внутрішньої свободи та умови професійного розвитку особистості. Констатовано, що у представників студентської молоді основні особистісні конструкти сформовані на достатньому рівні, що дозволяє підтримувати їх психологічне здоров'я в умовах невизначеності. Розвинута саморегуляція та достатній рівень нервово-психічної стійкості сприяють формуванню та просоціальної реалізації особистісної адаптивності, а такі важливі компоненти як: лабільність психіки, високий рівень саморегуляції, адекватна самооцінка та самосприйняття, продуктивна соціалізація суттєво зменшують негативні впливи емоційних станів, попереджують формування стресу, сприяють готовності до дій у невизначеній ситуації. Найбільш виразними та стабільними особистісними характеристиками, які розкривають продуктивність процесу адаптації в умовах невизначеності в сучасній молоді, є поведінкова регуляція та нервово-психічна стійкість. Особистісний адаптаційний потенціал молоді в нашій вибірці є високим, що можна розглядати як позитивний показник активності їхнього пристосування до невизначених умов середовища. Подальші наукові розвідки будуть спрямовані на семантичне наповнення кожного компонента психологічного здоров'я молоді в ситуації невизначеності.

Ключові слова: психологічне здоров'я, студентська молодь, ситуація невизначеності, адаптаційний потенціал, локус контролю, вольовий контроль.

Вступ

Активне протистояння України загарбницькій російській агресії та перебування українців у складних соціально-економічних та психологічно-побутових умовах, формують принципово новий тип особистості – національно свідомої, патріотичної, здатної до тривалого автономного функціонування в умовах невизначеності. Перемога нашої держави у війні та

відновлення українських міст актуалізують розвиток саме такого психотипу. Тому сьогодні на порядку денному української психології постає питання підтримки та збереження психологічного здоров'я молоді, для якої війна стала новою реальністю. Відповідно, головним орієнтиром індивідуального та соціального функціонування молоді після перемоги буде пошук способів відновлення себе та Батьківщини.

Саме тому підвищеної дослідницької уваги потребує вивчення ресурсної сфери особистості, яка перебуває в умовах невизначеності, а саме, її психологічного здоров'я. У зв'язку з цим в сучасній українській науці про людину психологія здоров'я набуває інноваційного змісту та громадського значення.

Українські вчені, досліджуючи особливості психологічного здоров'я особистості в умовах невизначеності, виділяють наступні важливі теоретико-методологічні та практичні аспекти: співвідношення категорій психологічного та психічного здоров'я (Двіжона, 2019; Шаронова, 2013; Штифурак, 2019); домінування емоційно-особистісної сфери психологічно здорової людини (Максименко, 2021; Курова, 2022); виділення комунікативних, морально-етичних та духовних компонентів психологічного здоров'я особистості (Тимофієва, 2018); висвітлення психологічного здоров'я як важливої умови соціальної активності (Коцан 2009; Ложкін, 2009;) та професійного розвитку особистості (Білозерська, 2017; Павлик, 2008), як критерій внутрішньої свободи (Галецька, 2014; Завгородня, 2017) та ін. Окрім того, в умовах невизначеності актуальними стають питання розробки нових прийомів та методів підтримки психосоматичного здоров'я, надання психологічних послуг населенню (Корнієнко, 2017).

В зарубіжній психології основний дослідницький акцент ставиться на можливості підтримки психологічного здоров'я шляхом зменшення особистого занепокоєння (Hardy, 2000), зниження тривожності (Gould & Udry, 2004; Gould & Krane, 1992) та рівня стресу (Willis & Campbell, 1992), або його покращення шляхом підвищення мотивації та самооцінки (Scanlan & Stein, 2005). У структурі психологічного здоров'я особистості зарубіжні вчені виділяють такі основні компоненти: добре душевне та фізичне самопочуття; сформовану самоактуалізацію і повагу до себе та інших (Becker & Diamond, 2003). Основними критеріями психологічного здоров'я в умовах невизначеності вважають адаптивність у комунікативній сфері, здатність до саморегуляції, адекватність цілепокладання та сенсоприйняття, активність на шляху до досягнення поставлених цілей, критичну самооцінку (Kahn & Wolfe, 2010; Scanlan & Stein, 2005).

Враховуючи вище зазначене, основною **метою** нашої статті стала презентація результатів емпіричного дослідження особливостей психологічного здоров'я студентської молоді в умовах невизначеності. Відповідно до мети були сформульовані **завдання** дослідження: 1) провести теоретичний аналіз вітчизняних та зарубіжних наукових досліджень для визначення ступеня розробленості проблеми у сучасній науці; 2) емпірично дослідити особливості психологічного здоров'я студентської молоді в умовах невизначеності.

Методи дослідження

Для проведення емпіричного дослідження нами був укладений методичний комплекс, який містив: багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна; тест-опитувальник вольового самоконтролю О.Г. Зверкова та Е.В. Ейдемана; опитувальник «Мотивація успіху та страху невдач» А.О. Реана; методика «Рівень суб'єктивного контролю» Е.Ф. Бажіна, Є.А. Голинкіної та О.М. Еткінда; тест-опитувальник довільного самоконтролю Г.С. Никіфорова, В.К. Васильєва та С.В. Фірсової.

Для можливості порівняння в єдиній системі отримані дані були переведені нами у відсотки та виділені рівні їхнього розвитку. Високий (0-40%) та середній (41-60%) рівні: якщо

респондент набирає означену кількість балів, можна констатувати, що процес адаптації до умов невизначеності відбувається успішно. Низький рівень (61-100%) свідчить, що респондент потребує підвищеної психологічної уваги та підтримки під час перебування у невизначеній ситуації.

Емпіричну вибірку нашого дослідження склали студенти закладів вищої освіти денної та заочної форм навчання м. Одеси, 400 осіб у віці від 17 до 32 років.

Результати та дискусії

Розглядаючи психологічне здоров'я як потенційну можливість повноцінного особистісного розвитку, усвідомлення неповторності себе та інших, адекватне ставлення до себе та до оточуючих, здатність до цілепокладання, наявність сенсу життя, розвинені навички особистісної саморегуляції, усвідомлення відповідальності за події та результат власного життя, в основну структуру психологічного здоров'я молоді ми включили розвинені здібності, навички вольового самоконтролю, адекватне переживання власних успіхів та невдач, інтервальну локалізацію відповідальності за значущі події свого життя.

Аналіз табл. 1 дозволив нам констатувати, що за результатами опитувальника «Адаптивність» кількісні показники таких важливих шкал, як «Поведінкова регуляція та нервово-психічна стійкість», «Комунікативний потенціал» та «Морально-етична нормативність» фіксуються в межах середніх значень. Водночас, найбільш виразною особистісною характеристикою, яка є стабільною та визначає ефективність процесу адаптації в умовах невизначеності в респондентів, є поведінкова регуляція та нервово-психічна стійкість (5,684±0,205).

Таблиця 1

Описові статистики структурних компонентів психологічного здоров'я

Методичний комплекс	M	m	SD	min	max
<i>Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність»</i>					
Поведінкова регуляція та нервово-психічна стійкість	5,684	0,205	2,343	1	11
Комунікативний потенціал	5,017	0,107	1,224	2	9
Морально-етична нормативність	4,816	0,103	1,177	2	7
Особистісний потенціал адаптації	7,431	0,185	2,135	2	10
<i>Тест-опитувальник вольового самоконтролю</i>					
Наполегливість	9,295	0,176	1,998	2	12
Самовладання	8,140	0,178	2,018	2	11
Вольовий самоконтроль	17,442	0,302	3,430	5	23
<i>Опитувальник «Мотивація успіху та страху невдач»</i>					
Рівень мотивації	14,823	0,248	2,770	2	19
<i>Методика «Рівень суб'єктивного контролю»</i>					
Загальна інтервальність	5,017	0,065	0,728	2	7
Інтервальність в галузі досягнень	5,968	0,068	0,761	4	8
Інтервальність в галузі невдач	3,606	0,047	0,492	3	4
Інтервальність в галузі виробничих відносин	5,017	0,058	0,674	4	7
Інтервальність в галузі міжособистісних відносин	5,598	0,046	0,539	3	6
Інтервальність в сімейних відносинах	5,828	0,045	0,503	5	7
Інтервальність відносно здоров'я і хвороби	4,094	0,052	0,578	3	5

Продовження таблиці 1

Методичний комплекс	M	m	SD	min	max
<i>Тест-опитувальник довільного самоконтролю</i>					
Самоконтроль в емоційній сфері	13,442	0,278	3,148	4	21
Самоконтроль в діяльності	19,166	0,378	4,243	4	25
Соціальний самоконтроль	16,839	0,277	3,113	6	24
Загальний самоконтроль	49,408	0,743	8,335	20	66гл

Примітка: **M** – середнє арифметичне, **m** – стандартна помилка середнього, **SD** – стандартне відхилення, **min** - мінімальне значення варіаційного ряду, **max** – максимальне значення варіаційного ряду.

Отримані результати підтверджують наше припущення щодо особливої особистісної значущості компонентного складу психологічного здоров'я студентської молоді та необхідності розробки спеціальних технологій його підтримки. Так одержані показники вказують, що в даній вибірці розвинута саморегуляція й достатній рівень нервово-психічної стійкості забезпечують реалізацію особистісної адаптивності та такі її важливі компоненти як: лабільність психіки, високий рівень саморегуляції, адекватна самооцінка та самосприйняття, продуктивна соціалізація. Сформованість та вияв зазначених компонентів високої адаптивності суттєво зменшують негативні впливи емоційних станів, попереджають формування стресу, сприяють готовності до дій у невизначеній ситуації.

Отже, у нашій вибірці студентської молоді важливими характеристиками *адаптивного потенціалу* є здатність контролювати власну поведінку, адекватно оцінювати себе та події реального життя.

Показник «Особистісний потенціал адаптації» продемонстрував максимальний розкид балів, а «Морально-етична нормативність» – мінімальний. Наша вибірка щодо поведінкової регуляції гетерогенна, а за рівнем соціалізації, усвідомленням своєї ролі в групі, прагненням дотримуватися норм поведінки вони однорідні. Орієнтуючись на виявлені особливості у досліджуваній вибірці, можемо стверджувати, що особистісний потенціал адаптації студентів був підвищеним, що в свою чергу є позитивним маркером активності їхнього пристосування до невизначених умов середовища.

Таблиця 2

Рівень розвитку адаптаційних здібностей як компоненту психологічного здоров'я

Показник		Рівні		
		Низький	Середній	Високий
Поведінкова регуляція та нервово-психічна стійкість	n	0	15	118
	%	0	11,278	88,722
Комунікативний потенціал	n	9	27	96
	%	6,818	20,455	72,727
Морально-етична нормативність	n	4	8	45
	%	7,018	14,035	78,947
Особистісний потенціал адаптації	n	0	15	118
	%	0	11,278	88,722

Результати емпіричного дослідження, наведені у табл. 2, доводять, що рівень адаптаційних здібностей студентської молоді переважно *високий*, що свідчить про здійснену адаптацію до умов невизначеності. Вияв *середнього рівня* можна розглядати як потенційний компонент реалізації адаптивних здібностей та психологічного здоров'я в умовах невизначеності.

Пильність дослідницької уваги до показників адаптаційних можливостей молоді не випадкова, оскільки, на наш погляд, саме вона складає важливу характеристику психологічного здоров'я – вміння продуктивно переживати та діяти у невизначених ситуаціях. У нашій емпіричній вибірці відсутній *низький рівень* поведінкової регуляції та нервово-психічної стійкості, *середній рівень* складає 11,278 а високий – 88,722%.

Отже, спираючись на отримані дані, ми можемо констатувати не тільки високий рівень нервово-психічної стійкості та поведінкової регуляції, але й розвинену здатність адекватно сприймати ситуацію невизначеності та оцінювати себе в ній.

Комунікативний потенціал наших респондентів в структурі психологічного здоров'я є також значущим, оскільки комунікативні здібності як важлива умова збереження психологічного здоров'я в ситуації невизначеності створюють підстави для застосування принципово нового підходу до формування психологічно здорової особистості у специфічних умовах сьогодення. Виявлені у наших респондентів *високий* (72,727%), *середній* (20,455%) та *низький* (6,818%) рівні комунікативного потенціалу розкривають можливості щодо формування психологічного здоров'я.

В умовах війни, яку ми розглядаємо як приклад ситуації невизначеності, особливого значення набуває моральний розвиток особистості і це торкається не лише законів ведення війни, але й активного волонтерства, допомоги сусідам, односельцям, навіть тваринам, які постраждали від війни. Тому ми й розглядаємо морально-етичну нормативність як важливий компонент психологічного здоров'я сучасної молоді. Дотримання загальнолюдських моральних норм та вимог до моральної поведінки входять в саму сутність психологічно здорової особистості, формують емпатійні переживання, створюють нові потреби та просоціальну активність молоді людини.

Серед наших респондентів *низький рівень* розвитку морально-етичної нормативності складає 7,018%, *середній* – 14,035%, а *високий* – 78,947%, що підтверджує значення моральної складової у формування психологічного здоров'я.

Усереднені дані по нашій вибірці за *особистісним потенціалом* як складним симптомокомплексом, розкривають здатність особистості до усвідомленої, проактивної взаємодії з соціумом на соціальному, культуральному та життєстворювальному рівнях. Було констатовано, що *низький рівень* особистісного потенціалу у студентської молоді не зафіксований (0%), *середній* складає 11,278%, а *високий* – 88,722%. Ці дані переконливо доводить наявність потенціалу тих особистісних утворень, які в подальшому лежать в основі підтримки належного рівня психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

Ми можемо припустити, що в ситуації невизначеності особистісний потенціал як важлива складова частина психологічного здоров'я студентської молоді може реалізовуватися у трьох основних векторах – щодо критичного усвідомлення нової інформації або в умовах її відсутності, щодо адекватної оцінки невизначеного явища та щодо продуктивної діяльності в умовах невизначеності.

Аналіз кількісних даних за методикою «*Вольовий самоконтроль*» доводить, що вираженість показників довільності досліджуваних вище за середній. Необхідно підкреслити,

що наполегливість студентів незначно, але домінує над їхнім самоконтролем, саморегуляцією, що вказує на відносну перевагу прагнення до завершення дії над рівнем довільного контролю власних емоційних реакцій. Водночас це доводить достатню розвиненість здатності контролювати власні вчинки, емоції та потяги в ситуації невизначеності. Така характеристика вольової сфери позитивно впливає на психологічне здоров'я молоді та сприяє його збереженню.

В цілому, узагальнюючи результати діагностики здатності до вольового самоконтролю, можна констатувати притаманні сучасній студентській молоді упевненість, відповідальність, реалістичність соціальних настанов, розвинене почуття громадського обов'язку. Наші респонденти зріло розподіляють власні зусилля щодо подолання невизначеної ситуації з дотриманням морально-етичних норм, просоціально спрямовані. Наполегливість та самовладання як специфічні складові психологічного здоров'я в умовах невизначеності, відображені достатнім рівнем розвитку, що емпірично підтверджує працездатність, активне прагнення до подолання невизначеної ситуації. Основною метою молоді в умовах війни є прагнення до завершення розпочатих справ, подолання перешкод на цьому шляху, виконання свого соціального обов'язку. Але, при надмірній активності у цьому напрямку є ризики зниження пластичності реагування на швидкозмінні умови.

Прояв *самовладання*, як показника розвиненості довільного контролю станів та емоцій відображено на достатньому рівні. Це дозволяє нам констатувати розвинену нервово-психічну стійкість, упевненість в собі, готовність до сприйняття нового, з одночасною наявністю традиційних поглядів та внутрішньою збалансованістю.

Результати діагностики за методикою «*Мотивація успіху та страху невдач*» показали яскраву тенденцію домінування мотивації на досягнення успіху: в наших респондентів констатована орієнтація на наполегливість у цілепокладанні досягнення конструктивних, позитивних цілей, упевненість в успіху своєї справи, активність, відповідальність та ініціативність.

У досліджуваній групі студентської молоді високий рівень мотивації досягнення констатовано у 29,18% вибірки, середній – у 42,95%, низький – у 25,73%, а орієнтація на уникнення невдач у 2,14%. Такий позитивний рівень їхньої мотивації досягнення успіху ми можемо пояснити особистісною та суспільною зрілістю, яка проявилася в період російської агресії (абсолютна більшість наших респондентів мають виражену проукраїнську позицію, багато з них займаються волонтерською діяльністю).

Вивчення специфіки *локусу контролю* студентської молоді продемонструвало тенденцію до рівноваги між інтернальністю та екстернальністю, на що вказує середній рівень загальної інтернальності ($5,016 \pm 0,064$ степеню).

Важливо зауважити, що специфіка локалізації відповідальності сучасної студентської молоді має значення не тільки для формування психологічного здоров'я в ситуації невизначеності, але й у зрозумілих, стандартних життєвих подіях, оскільки індивідуальний локус контролю є універсальним маркером для розуміння поведінки суб'єкта у будь-яких ситуаціях.

Можна припустити, що в мирний час студенти частіше схильні приписувати збігу обставин результати виникнення подій, тоді як в умовах війни вони розуміють, що всі події, які відбуваються в державі (просування ЗСУ, звільнення від загарбників населених пунктів, взагалі шлях до перемоги) є результатом персональної участі та відповідальності кожного громадянина, тому вони відчують власну приналежність до подій в Україні. Більш того,

студенти з нашої емпіричної вибірки не тільки вважають, що більшість подій є результатом їхньої громадянської відповідальності, але й можуть управляти власними діями.

Вказані особливості стосуються всіх вивчених компонентів інтернальності, за винятком інтернальності в галузі невдач, середні значення по всій вибірці були достатньо низькими ($3,60 \pm 0,047$). Низькі показники свідчать про те, що студенти адекватно сприймають усі події свого життя, розуміють, що не завжди людина здатна впливати на виникнення та розвиток негативних подій, але може їх адекватно оцінювати та гідно поводитися.

Найбільш вираженим показником *довільного самоконтролю* в групі студентської молоді є самоконтроль в діяльності (показники вищі за середні). Тобто, самоконтроль в діяльності сучасної молоді базується на розвиненій рефлексії зворотних зав'язків, здатності оцінювати, порівнювати, спиратися на найкращі зразки у професійній сфері. Але наша група за цим показником є гетерогенною, що свідчить про розходження інтересів та пріоритетів в даній соціальній ситуації.

Показник *соціального самоконтролю* в нашій вибірці також вище за середній: студенти добре усвідомлюють соціальні вимоги до себе як до громадянина, прагнуть їх ретельно дотримуватися, піклуються про власну соціальну репутацію. Середній рівень самоконтролю в емоційній сфері доводить, що студенти ефективно опановують власні емоції та переживання, але індивідуальний репертуар цих переживань дещо обмежений. Як позитивне можна вказати підвищений загальний рівень довільного самоконтролю, що дозволяє фіксувати стійкість у планах сучасної молоді, їхню реалістичність та соціальну спрямованість.

Висновки

Таким чином, особливого значення в умовах російської агресії набувають питання формування та збереження психологічного здоров'я молоді. Вивчаючи різні аспекти психологічного здоров'я, вітчизняні психологи висвітлюють такі теоретико-методологічні та практичні аспекти, як: співвідношення психологічного та психічного здоров'я, специфіку афективної сфери психологічно здорової особистості, виявлення основних комунікативних, морально-етичних та духовних конструктів у складі психологічного здоров'я як важливого підґрунтя просоціальної активності, розробка ефективних прийомів та методів підтримки психосоматичного здоров'я як критерію внутрішньої свободи та умови професійного розвитку особистості тощо.

В умовах невизначеності особистісний потенціал як складова частина психологічного здоров'я студентської молоді може реалізовуватися у трьох основних векторах – щодо критичного усвідомлення нової інформації або в умовах її відсутності, щодо адекватної оцінки невизначеного явища та щодо продуктивної діяльності в умовах невизначеності.

Констатовано, що у представників студентської молоді основні компоненти психологічного здоров'я сформовані достатньо та сприяють його підтримці в умовах невизначеності. Виражена мотивація на досягнення успіху підтверджує, що молодь орієнтована на наполегливість у досягненні конструктивних цілей, упевнена в успіху своєї справи, активна, відповідальна та ініціативна. В даній вибірці студентської молоді важливими ознаками адаптивного потенціалу є здатність до самоконтролю власної поведінки, адекватного оцінювання себе та події реального життя.

Крім того, емпірично доведено, що вираженість показників довільності в даній вибірці вище за середню, наполегливість незначно домінує над самоконтролем та саморегуляцією, що свідчить про відносну перевагу прагнення до завершення дії над рівнем довільного контролю

власних емоційних реакцій. Водночас це доводить достатню розвиненість здатності контролювати власні вчинки, емоції та потяги в ситуації невизначеності. Така характеристика вольової сфери позитивно впливає на психологічне здоров'я молоді та сприяє його збереженню.

Подальші наукові розвідки будуть спрямовані на семантичне наповнення кожного компонента психологічного здоров'я молоді в ситуації невизначеності.

Література

1. Білозерська, С. (2017). Психічне здоров'я педагога як умова ефективної професійної діяльності. *II Всеукраїнська наук.-практичної конференція. «Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві».*(м. Львів, 2017 рік), (с. 33–39). Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ.
2. Галецька, І.І. (2014). Психологічне здоров'я як критерій внутрішньої свободи. *Психологічні студії Львівського університету, 1*, 79–85.
3. Двіжона, О.В. (2019). Вплив чинників на порушення психічного здоров'я дітей із дискантних сімей. *Психологічні перспективи, 13*, 107 – 114. Луцьк : РВВ Вежа Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки.
4. Завгородня, О.В. (2017). Проблема психологічного здоров'я. Теоретичні та прикладні аспекти. *Психологія і суспільство, 3*, 124–137.
5. Корнієнко, О.В. (2017). *Підтримання психосоматичного здоров'я практично здорових людей.* Київ : ВПЦ «Київський університет».
6. Коцан, І.Я., Ложкін, Г.В., & Мушкевич, М.І. (2018). *Психологія здоров'я людини.* Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки.
7. Курова, А.В. (2022). Емоційно-ціннісна парадигма дослідження психологічного здоров'я в умовах невизначеності. *Габітус, 39*, 217–223.
8. Максименко, С.Д. (2021). Теоретико-методологічні засади психологічного проектування, розвитку, самоздійснення особистості дитини: майбутнє нації необхідно вирішувати. *Наукова доповідь загальним зборам НАПН України (19 листопада 2021 р).* *Вісник Національної академії педагогічних наук України, 3(2)*, 1–7. <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-2-1-5>
9. Павлик, Н. (2020). Психологічне здоров'я як передумова конструктивного особистісного розвитку педагога. *Психологічне здоров'я, 2(5)*, 83–109.
10. Тимофієва, М.П. (2018). Проблема комунікативних, морально-етичних чинників збереження психічного здоров'я молоді. *Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія, X(7)*, 498– 509.
11. Штифурак, В.С., & Шпортуна, О.М. (2019). *Феноменологія, практика та корекція психологічного здоров'я особистості* (Монографія). Вінниця.
12. Ярема, Н.Ю. (2017). Психологічне здоров'я особистості. *Юридична психологія, 2*, 106– 113.
13. Becker, M., & Diamond, R. (2003). A new patient focused index for measuring quality of life in person with severe and persistent mental illness. *Qual. Life Re, 2*, 239–251.
14. Gould, D., & Udry, E. (2004). Psychological skills for enhancing performance: Arousal regulation strategies. *Medicine and Science in Sport and Exercise, 26*, 478–485.
15. Gould, D., & Krane, V. (1992). The arousal–athletic performance relationship: Current status and future directions. In T. S. Horn (Ed.). *Advances in sport psychology.* (pp. 119–142). Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
16. Kahn, R.L., & Wolfe, D.M. (2010). *Organizational stress: Studies in role conflict and ambiguity.* New York : John Wiley & Sons, Inc.
17. Hardy, L. (1990). A catastrophe model of performance in sport. In J. G. Jones & L. Hardy (Eds.). *Stress and performance in sport,* (pp. 81–106).
18. Scanlan, T.K., & Stein, G.L. (2005). An in-depth study of former elite figure skaters. Part 3. Sources of stress. *Journal of Sport Exercise Psychology, 13(2)*, 103–120.

19. Willis, J.D., & Campbell, L.F. (1992). *Exercise psychology*. Champaign, Illinois : Human Kinetics.

References

1. Bilozerska, S. (2017). Psykhichne zdorovia pedahoha yak umova efektyvnoi profesiinoi diialnosti [Teacher's mental health as a condition for effective professional activity]. *II Vseukrainska nauk.-praktychnoi konferentsiia. «Psykhichne zdorovia osobystosti u kryzovomu suspilstvi» – II All-Ukrainian Scientific and Practical Conference. “Mental health of the individual in a crisis society”*. (Lviv, 2017), (pp. 33–39). Lviv : Lviv State University of Internal Affairs [in Ukrainian].
2. Haletska, I.I. (2014). Psykholohichne zdorovia yak kryterii vnutrishnoi svobody [Psychological health as a criterion of inner freedom]. *Psykholohichni studii Lvivskoho universytetu – Psychological studies of Lviv University, 1*, 79–85 [in Ukrainian].
3. Dvizhona O.V. (2019). Vplyv chynnykiv na porushennia psykhichnoho zdorovia ditei iz dyskantnykh simei [The influence of factors on mental health disorders of children from low-income families]. *Psykholohichni perspektyvy – Psychological perspectives, 13*, 107 – 114. Lutsk : RVV Vezha Volyn. national untu named after Lesya Ukrainka [in Ukrainian].
4. Zavorodnia, O.V. (2017). Problema psykholohichnoho zdorovia. Teoretychni ta prykladni aspekty [The problem of psychological health. Theoretical and applied aspects]. *Psykholohiia i suspilstvo – Psychology and Society, 3*, 124–137 [in Ukrainian].
5. Korniienko, O.V. (2017). *Pidtrymannia psykhosomatychnoho zdorovia praktychno zdorovykh liudei [Maintenance of psychosomatic health of practically healthy people]*. Kyiv : VOC “Kyiv University” [in Ukrainian].
6. Kotsan, I.Ia., Lozhkin, H.V., & Mushkevych, M.I. (2018). *Psykholohiia zdorovia liudyny [Psychology of human health]*. Lutsk : RVV Vezha Volyn. national untu named after Lesya Ukrainka [in Ukrainian].
7. Kurova, A. (2022). Emotsiino-tsinnisna papadyhma doslidzhennia psykholohichnoho zdopovia v umovakh nevyznachenosti [Emotional and value paradigm of psychological health research in conditions of uncertainty]. *Habitus – Habitus, 39*, 217 – 223 [in Ukrainian].
8. Maksymenko, S.D. (2021). Teoretyko-metodolohichni zasady psykholohichnoho proektuvannia, rozvytku, samozdiisnennia osobystosti dytyny: maibutnie natsii neobkhidno vyrishuvaty [Theoretical and methodological principles of psychological design, development, self-realization of the child's personality: the future of the nation must be decided]. *Naukova dopovid zahalnym zboram NAPN Ukrainy (19 lystopada 2021 r). Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy – Scientific report to the general meeting of the National Academy of Sciences of Ukraine (November 19, 2021). Bulletin of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, 3(2)*, 1–7 [in Ukrainian].
9. Pavlyk, N. (2020). Psykholohichne zdorovia yak peredumova konstruktyvnoho osobystisnoho rozvytku pedahoha [Psychological health as a prerequisite for constructive personal development of a teacher]. *Psykholohichne zdorovia – Psychological Health, 2(5)*, 83–109 [in Ukrainian].
10. Tymofiiieva, M.P. (2018). Problema komunikatyvnykh, moralno-etychnykh chynnykiv zberezhenia psykhichnoho zdorovia molodi [The problem of communicative, moral and ethical factors of preserving the mental health of young people]. *Aktualni problemy psykholohii: Psykholohiia navchannia. Henetychna psykholohiia. Medychna psykholohiia – Actual problems of psychology: Psychology of learning. Genetic psychology. Medical psychology, X(7)*, 498–509 [in Ukrainian].
11. Shtyfurak, V.S., & Shportun, O.M. (2019). *Fenomenolohiia, praktyka ta korektsiia psykholohichnoho zdorovia osobystosti [Phenomenology, practice and correction of psychological health of the individual]*. Vinnytsia [in Ukrainian].
12. Iarema, N.Iu. (2017). Psykholohichne zdorovia osobystosti [Psychological health of the individual]. *Yurydychna psykholohiia – Legal psychology, 2*, 106–113 [in Ukrainian].
13. Becker, M., & Diamond, R. (2003). A new patient focused index for measuring quality of life in person with severe and persistent mental illness. *Qual. Life Re, 2*, 239–251.
14. Gould, D., & Udry, E. (2004). Psychological skills for enhancing performance: Arousal regulation strategies. *Medicine and Science in Sport and Exercise, 26*, 478–485.

15. Gould, D., & Krane, V. (1992). The arousal–athletic performance relationship: Current status and future directions. In T. S. Horn (Ed.). *Advances in sport psychology*. (pp. 119–142). Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
16. Kahn, R.L., & Wolfe, D.M. (2010). *Organizational stress: Studies in role conflict and ambiguity*. New York : John Wiley & Sons, Inc.
17. Hardy, L. (1990). A catastrophe model of performance in sport. In J.G. Jones & L. Hardy (Eds.). *Stress and performance in sport*, (pp. 81–106).
18. Scanlan, T.K., & Stein, G.L. (2005). An in-depth study of former elite figure skaters. Part 3. Sources of stress. *Journal of Sport Exercise Psychology*, 13(2), 103–120.
19. Willis, J.D., & Campbell, L.F. (1992). *Exercise psychology*. Champaign, Illinois : Human Kinetics.

PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL HEALTH OF STUDENT YOUTH IN CONDITIONS OF UNCERTAINTY

Anastasiia Kurova

PhD in Psychology, Associate Professor of Department of Social Psychology

I.I. Mechnikov Odesa National University

2, Academichna Str., Odessa, Ukraine, 65009

nastusha-k@ukr.net, <https://orcid.org/0000-0001-6595-492X>

Researcher ID: [AAB-3476-2022](https://orcid.org/0000-0001-6595-492X); Scopus Author ID: 57222469846

Abstract

The purpose of the article is to represent the results of an empirical study of the psychological health of student youth in conditions of uncertainty. Research methods. Theoretical: analysis and generalization, systematization of domestic and foreign research; empirical: testing. Results and conclusions. Modern Ukrainian psychological science in the conditions of war is aimed to solve the urgent issues of supporting and preserving the psychological health of the young generation, since after the victory the vectors of the individual and social existence of the individual will fundamentally change, the issues of restoring and building a powerful state will be put on the agenda for the youth and finding their place in this process. In domestic and foreign science, special research attention is paid to the development of techniques and methods for maintaining psychosomatic health and providing psychological services to the population, understanding psychological health as a criterion for internal freedom and conditions for the professional development of an individual, etc. It was established that the main personal constructs of student youth representatives are formed at a sufficient level and able to support psychological health in conditions of uncertainty: developed self-regulation and a sufficient level of neuropsychological stability contribute to the formation and prosocial implementation of personal adaptability, and such important components as: mental lability, a high level of self-regulation, adequate self-esteem and self-perception, productive socialization significantly reduce the negative effects of emotional states, prevent the formation of stress, and promote readiness to act in an uncertain situation. The most expressive and stable personal characteristics that reveal the productivity of the adaptation process in conditions of uncertainty in modern youth are behavioral regulation and neuropsychological stability. The personal adaptation potential of young people in this sample is high, which can be considered as a positive indicator of the activity of their adaptation to uncertain environmental conditions. Further research will be aimed at the semantic content of each component of the psychological health of young people in a situation of uncertainty.

Keywords: psychological health, student youth, situation of uncertainty, adaptation potential, locus of control, volitional control.

Подано 2.12.2022

Рекомендовано до друку 10.12.2022