

Хоменко Наталія,
викладач кафедри соціальної
психології та психотерапії
НПУ імені М.П.Драгоманова
м. Київ

Особливості прояву негативних психічних станів у студентському віці

Психічний стан конкретної особистості залежить від багатьох чинників. У сукупності конкретних обставин особливе місце посідають умови життєдіяльності особистості: міра задоволення особистих потреб, система сталих взаємин тощо, що й виступають такими чинниками.

Дослідження вказують, що у студентському віці на виникнення та перебіг негативних психічних станів особистості впливає організація навчального процесу, побуту, відпочинку й дозвілля. Адже, в цих видах діяльності задовольняються багато потреб студентів, а психічні стани органічно пов'язані з потребами. Зменшення часу для улюблених занять, порівняно обмежене коло спілкування, ускладнені звичні зв'язки з рідними й близькими, неминуча відмова від деяких своїх бажань і звичок заради інтересів суспільства та виконання формальних групових вимог – все це впливає на психічний стан людини.

Б. Г. Ананьєвим студентський вік характеризується як особлива онтогенетична стадія соціалізації індивіда на якій відбувається опанування та консолідація багатьох соціальних функцій, формування професійної майстерності. Основними завданнями цього вікового періоду є виховання спеціаліста, суспільного діяча і громадянина, формуванні особистості та утвердження її потенційних психофізичних можливостей. На студентський вік припадає найвища можливість інтелектуального розвитку, сенсорних процесів і сприймання, загальної реактивності та нейродинаміки, найбільша пластичність в утворенні складних психомоторних навичок. У цей період розвитку особистості проявляється найвища швидкість оперативної пам'яті й переключення уваги, здатність до розв'язання вербально-логічних задач тощо. Вчений вважає, що юність є стартовою порою, яка характеризується входженням людини в суспільне життя як самостійного діяча. Це період “пошуку себе” у різних сферах життя: професійне самовизначення, пошук “супутника життя”, надбання власної лінії поведінки, незалежності від батьків [1].

Насьогодні навчання у ВНЗ поєднується з тими чи іншими видами трудової діяльності у позанавчальний час, окрім того, у студентів старших курсів ця діяльність зазвичай має професійну спрямованість і забезпечує набуття практичних навичок для більш успішного оволодіння майбутньою спеціальністю.

У своїх дослідженнях В. І. Ковальов виділив ряд характерних рис та суперечностей соціально-психологічного характеру, що мають місце у розвитку студентської молоді. У цей період молода людина здійснює вибір професії, оволодіває нею і починає випробовувати себе в інших сферах життя, самостійно планує свою життєдіяльність, активно відстоює самостійність суджень і дій. [3].

В юнацькому віці, як зазначає Л. В. Долинська, зростає почуття обов'язку та людської гідності й вимогливості до себе, самоконтроль і принциповість суджень щодо своїх взаємин у групі. Юнаки і дівчата дорожать своєю честю, звідси прагнення до самовдосконалення, намагання стати повноцінною людиною. На їхні почуття та настрої завжди впливає властива ще в цьому віці підвищена емоційність. І лише самосвідомість і розуміння потреби керувати своїм настроєм дає змогу молодій людині долати труднощі.

С. О. Ставицька, зазначає, що соціальна ситуація розвитку в юнацькому віці — ситуація вибору життєвого шляху. Починається реалізація планів — вдала, яка приносить задоволення, чи невдала, що супроводжується розчаруваннями, розгубленістю чи зміною життєвих цілей [4].

У студентському віці змінюється зміст самосвідомості. Студенти звертають увагу на окремі прояви власного психічного життя та життя інших людей; спеціально ставлять завдання розібратися у собі, пізнати власні сильні й слабкі, позитивні й негативні сторони. Студентський вік характеризується найбільш активним розвитком моральних і естетичних почуттів, завершенням становлення й стабілізації характеру юнаків і дівчат. Особливо важливо, що це період оволодіння повним комплексом соціальних ролей дорослої людини: громадянських, суспільно-політичних, професійно-трудових, статевогендерних, родинно-батьківських та ін. У студентському віці завершується становлення одного з найважливіших особистісних утворень — "Я-концепції" як ядра особистості студента, зокрема формування соціально-професійного її аспекту.

Неврахування особливостей "Я-концепції" майбутнього фахівця при організації навчально-виховного процесу та подоланні негативних психічних станів за допомогою саморегуляції, призводить як до небажаних змін у структурі особистості студента (насамперед у професійній спрямованості), так і до істотних вад у його фаховій підготовці.

Студенти з позитивною «Я-концепцією» відрізняються високою (здебільшого адекватною) самооцінкою професійних здібностей, особистісних якостей і результатів своєї навчально-професійної діяльності; високим рівнем самоповаги та аутосимпатії. У студентському віці особистість здебільшого очікує на позитивне ставлення до себе з боку авторитетних осіб.

І. Д. Бех вважає, що негативна «Я-концепція» у студентському віці окреслюється когнітивною простотою й недостатньою розрізненістю елементів «Образу-Я»; обмеженістю лише формально-функціональними ознаками (успішність, ставлення до навчання тощо); суперечливістю «Образу-Я»,

критичною неузгодженістю між «Я-реальним» і «Я-ідеальним», високою його мінливістю й ситуативністю; переважанням зовнішньо атрибутивних суджень, нерідко з негативним емоційним відтінком; заниженою самооцінкою професійних здібностей і результатів навчально-професійної діяльності; «комплексом неповноцінності», низьким рівнем самоповаги; очікуванням на переважно негативне оцінне ставлення до нього оточуючих; емоційною нестабільністю [2].

Водночас, у багатьох студентів спостерігається затримка професійно-психологічної адаптації; зниження загальної самооцінки й ставлення до себе; прояв загального високого рівня тривожності. Ці тенденції можна пояснити особливостями індивідуального розвитку студентів, а також недоліками в організації навчально-виховного процесу, зокрема у сфері «студент-викладач».

Отже, вплив негативних психічних станів на "Я-концепцію" призводить до зниження продуктивності особистості студента. Негативно позначаються психічні стани і на процесах спілкування та міжособистісній взаємодії у студентському віці.

Загалом, сферами прояву негативних психічних станів у студентському віці є професійне навчання, особистісне зростання та самоствердження, розвиток інтелектуального потенціалу, морально-етичне самовдосконалення та саморозвиток. В цілому, психологічні чинники негативних психічних станів у студентському віці характеризуються досягненням найвищих, „пікових” результатів психофізіологічного розвитку, які базуються на попередніх процесах біологічного, психологічного і соціального розвитку.

Література:

1. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды в 2-х т. / Борис Герасимович Ананьев / под ред. А. А. Бодалева / – М.: Педагогика. - Т.І. – 1980. – 287 с.
2. Бех І. Д. Образ “Я” як мета формування і розвитку особистості // Педагогіка та психологія. – 1998. - № 2. – С. 30-40.
3. Ковалев В. И. Мотивы поведения и деятельности / Василий Иванович Ковалев; отв. ред. А. А. Бодалев; АН СССР, Ин-т психологии. – М. : Наука, 1988. – 191 с.
4. Ставицька С.О. Теоретичний аналіз проблеми становлення і розвитку індивідуально-особистісних характеристик в юнацькому віці// Кутішенко В.П., Ставицька С.О. Психологія розвитку та вікова психологія. К., 2009. - С. 91-98.