

## SECTION 13.

### PSYCHOLOGY AND PSYCHIATRY

**Тертишна Софія Олександрівна**

здобувачка вищої освіти спеціальності: 053 Психологія,  
*Київський університет інтелектуальної власності та права  
Національного університету "Одеська юридична академія", Україна*

**Науковий керівник: Чернякова Олеся Володимирівна** 

канд. психол.наук, доцент, доцент кафедри філософії та психології  
*Київський університет інтелектуальної власності та права  
Національного університету "Одеська юридична академія", Україна*

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Діагностика психічного здоров'я студентів в умовах воєнного стану пріоритетна задача сьогодення. Оскільки війна, новини, брак часу, небезпека, тривога, страх смерті призводять до небажаних проявів в психіці студентів, які при довготривалій дії на організм можуть призвести до хронічних захворювань. Тому ми повинні завжди тримати руку на пульсі в напрямку подолання цих негативних впливів на психіку сучасного студента, бо кожен студент це майбутнє нашої України.

Психічне здоров'я, способи його формування вивчало багато науковців: Фромм Е.З., Бек А.Т., Гусев А.І., Цибух Л.М., Сидоренко О.Б., Титаренко Т.М.

Військовий конфлікт має значний вплив на психологічний стан і благополуччя учнів, особливо в контексті стресу, тривоги та нестабільності. Актуальними сучасними дослідженнями психічного здоров'я студентів в умовах воєнного стану займаються багато вчених, а саме: Абатурова О., Бабій М., Блохіна І., Волков Д., Гришко О., Калюжна О., Коць М., Мотозюк Л., Москаленко О., Співак Л., Чернякова О. і багато інших сучасних дослідників.

Психічне здоров'я залежить від низки факторів, які можуть мати негативний вплив на людину. До них відносяться пригнічений або піднесений настрій (ейфорія), безпричинна тривога, дратівливість і злість на себе та інших, байдужість до всіх видів діяльності, відсутність важливості, погана концентрація уваги, домінування негативних думок і нав'язливість. Соціальні фактори включають труднощі у встановленні та підтримці комунікації, взаємодії, небажання спілкуватися, невміння підтримувати стосунки з оточуючими, конфліктність, реальну активність у соціальному міражі (інтернет-залежність), інші види залежності (наркозалежність, вживання алкоголю, медикаментів), будь-які види діяльності, відсутність інтересу до діяльності, зниження працездатності, відсутність цілей та інтересу до життя, незадоволеність життям [2, с.247].

Повсякденне життя студентів в умовах воєнного стану зазнає значних змін. Війна спричинила певні потрясіння у звичному житті студентів і призвела до певних втрат різного ступеня, призвела до переоцінки багатьох сторін життя та стала причиною великого стресу, та відчуттям втрати мирного життя.

Водночас війна вплинула на усвідомлення студентської молоді важливості життя. Студенти змушені адаптуватися до нових реалій. Вони стикаються із такими ускладненнями, як міграція, внутрішнє переміщення чи важкі економічні умови, стають свідками смерті, зникнення родичів, переживають різні види втрат або змушені жити в окупації. Це все супроводжується такими факторами, як стрес, агресія, депресія.

Наразі оточення ставить занадто багато вимог до людей. Амбіції, прагнення, розчарування, конкуренція, конкретні цілі, це все нескінченна низка фруструючих факторів для психологічної стійкості індивіда. Студентський вік – це час великих змін у житті людини. З новими умовами життя, новою позицією в колективі студенти починають виступати в новій для себе ролі: як організатор, керівник і навіть вихователь. У сучасних реаліях війна являється однією із основних причин стресу [2].

Студенти, які пережили травматичні події під час війни, можуть зіткнутися з наслідками ПТСР. До них відносяться повторювані спогади про жахливі події, хвилювання й інші симптоми, що мають значний вплив на здоров'я та навчання [3,с. 239].

Часті стреси знижують здатність студентів до концентрації уваги, що ускладнює виконання завдань. Війна – це стрес, однак українці змогли об'єднатися в цих умовах. Студенти почали займатися волонтерством, приймати біженців, які втратили свої домівки, збирати гроші для армії, постачати транспортні засоби та спорядження для армії. Війна не змогла розділити, навпаки, вона зблизила український народ [3,с.239].

Метою нашого дослідження було визначення особливостей психічного здоров'я сучасних студентів 1 курсу спеціальності: 053 Психологія Київського університету інтелектуальної власності та права Національного університету «Одеська юридична академія» в умовах війни.

В нашому дослідженні ми використовували онлайн тести: «Що ви знаєте про психічне здоров'я», «Прогноз» (оцінка нервово-психічної стійкості за В.Бодровим), «Як Ваше психічне здоров'я» (цей тест відповідає опитувальникам для пацієнтів PHQ-9 та GAD-7 – доказовим інструментам, розробленим на основі скринінгової методики Primary Care Evaluation of Mental Disorders (PRIME-MD)).

За результатами тесту «Що ви знаєте про психічне здоров'я» ми отримали наступні дані: низький рівень знань мають 30% студентів, середній рівень знань – 45 %, високий рівень знань у 25% студентів, що свідчить про обізнаність в питанні у більшості студентів, але бажано звернути увагу на профілактичні заходи щодо покращення знань студентів в цьому питанні, тому що теоретичні знання – це запорука пошуку шляхів практичного втілення знань для покращення психічного здоров'я.

Стан, відомий як нервово-психічна напруга (НПН), відноситься до схильності нервової системи до зривів під час інтенсивного фізичного та розумового навантаження. За допомогою методу „Прогноз” можна ідентифікувати осіб, які демонструють ознаки осіб з нервово-психічною нестійкістю (НПН). У результаті нашого дослідження ми виявили несприятливий прогноз нервово-психічної стійкості серед студентів (30%) та здатність передбачати подальший розвиток подій, який може виявитися у виявах нервово-психічних розладів, малосприятливий прогноз у 40% студентів і сприятливий прогноз всього у 30% студентів.

Отриманні данні за результатами онлайн тесту «Як Ваше психічне здоров'я» свідчать про те, що більшість студентів, а саме 65% мають присутність симптому тривожного розладу легкого ступеню і симптому легкої депресії, 25% студентів мають ознаки тривожного розладу середньої важкості і депресії і тільки 10% студентів, у яких відсутні симптоми тривожних розладів і відсутня депресія. І це дуже тривожні результати! Наслідки воєнного стану в Україні щодо психічного здоров'я сучасних студентів відчуються і мають нажалі не позитивну динаміку, про це свідчать отримані нами результати емпіричного дослідження.

Війна торкнулася всіх українців і її вплив особливо відчули студенти, що демонструють результати нашого дослідження. Зараз студенти розвиваються як особистості та професіонали на обраному ними шляху. Вони зіткнулися з величезними викликами, такими як активні бойові дії, повна невизначеність, страх за близьких та невпевненість у завтрашньому дні. Знаходження шляхів збереження психічного здоров'я сучасних студентів в умовах бойових дій є важливою умовою особистісного та професійного розвитку молоді нашої України.

Отже, збереження психічного здоров'я студентів в умовах воєнного стану є важливим фактором для їхнього подальшого гармонійного життя. Всі труднощі з якими стикаються студенти, вимагають комплексного підходу задля забезпечення їхнього психологічного благополуччя та успіху. Всі напрямки, які будуть направлені на пошук шляхів реалізації, як теоретичного напрямку так і практичного втілення цього актуального питання обов'язково відобразяться в роботі психологічного консультативно-тренінгового центру Київського університету інтелектуальної власності та права Національного університету «Одеська юридична академія».

### Список використаних джерел:

1. Гришко О., Чернякова О. (2024). ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ НЕГАТИВНИХ ЕМОЦІЙНИХ СТУДЕНТОВ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ. *Грааль науки*, (37), 416–418. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.15.03.2024.069>
2. Кузнецов М. А., Фоменко К. І., Кузнецов О. І. Психічні стани студентів у процесі навчально-пізнавальної діяльності : монографія. Харків : Діса плюс, 2015. 338 с.
3. Олійников, О. А. Про основні напрямки досліджень антропогенного психоемоційного стресу в сучасних умовах розвитку екстремальної та кризової психології. Проблеми екстремальної та кризової психології : зб. наук. пр. Харків : НУЦЗУ, 2012. Вип. 12, ч. 2. 25–33с.
4. Лазаренко В., Саніна Н. психологічний стан студентів закладів вищої освіти під час війни. Матеріали конференції МНЛ 22 квітня 2022. Тернопіль. 2022, С. 239-240.
5. Чернякова, О., & Лукашук, А. (2023). Особливості психічного здоров'я сучасних студентів Київського університету інтелектуальної власності та права Національного університету «Одеська юридична академія» в умовах воєнного стану. *Scientific Collection «InterConf»*, (141), 186-188.