

**НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ІМЕНІ Г. С. КОСТЮКА
Лабораторія вікової психофізіології
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ХАРКІВСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ Г. С. СКОВОРОДИ
Кафедра здоров'я людини, реабілітології і спеціальної психології
МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ ДОНЕЦЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Лабораторія психології репродуктивної сфери, пренатальної
і перинатальної психології**

ОСОБИСТІСНІ ТА СИТУАТИВНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ЗДОРОВ'Я

**Матеріали
VII Всеукраїнської науково-практичної конференції**

17 листопада 2022 року

м. Київ

УДК 159.922:61(06)

***Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я: [Текст] :
Матеріали VII Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Київ,
17 листопада 2022 р.) : матеріали і тези доповідей / за заг. ред. проф.
О. В. Бацилєвої. – Київ, 2022. 163 с.***

Збірник містить матеріали і тези доповідей учасників VII Всеукраїнської науково-практичної конференції «Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я», яка проводилася на базі Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України

У представлених матеріалах висвітлено широке коло актуальних проблем дослідження феномену здоров'я в сучасній психологічній науці та інших наукових галузях.

Збірник адресований науковцям, викладачам вищої школи, аспірантам, студентам, спеціалістам у галузі психології здоров'я, а також усім тим, хто цікавиться сучасними науковими дослідженнями у галузі психології здоров'я.

Редакційна колегія

О. М. Кокун, д-р психол. наук, професор, член-кор. НАПН України

В. М. Астахов, д-р мед. наук, професор

О. В. Бацилєва, д-р психол. наук, професор

О. М. Корніяка, д-р психол. наук, професор

А. І. Галій, канд. біол. наук, доцент

І. В. Пузь, канд. психол. наук, доцент

***Рекомендовано до друку на засіданні вченої ради
Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України
(протокол № 14 від 27.10.2022 року)***

***© Інститут психології імені Г. С. Костюка
НАПН України, 2022***

ЗМІСТ

Максименко С. Д. ПСИХІЧНА АДАПТАЦІЯ ТА ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ: СУЧАСНИЙ ВИМІР	9
Астахов В. М. МЕДИКО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ ДОЗОВАНИХ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ В АКУШЕРСЬКІЙ ПРАКТИЦІ	11
Атаманчук Н. М. ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ЗВО: РЕСУРС АРТ-ПРАКТИК	13
Базиль Т. С. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ДО ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	17
Бахмутова Л. М., Неска А. ПСИХОЛОГІЧНІ ПОРУШЕННЯ ТА ЇХ НАСЛІДКИ ДЛЯ ЛЮДЕЙ, ЩО ПЕРЕЖИВАЮТЬ ВІЙНУ	20
Бацилєва О. В. ДОСЛІДЖЕННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ	23
Бойко А. О., Климпуш А. Р. ФАКТОРИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ- ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	26
Болотнікова І. В. ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ ЯК ФАКТОР ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ФАХІВЦІВ ПРОФЕСІЙ ТИПУ «ЛЮДИНА – ЛЮДИНА»	29
Бондаренко Н. О. ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПРЕВЕНЦІЇ ІНСУЛЬТУ ПІСЛЯ ТРАНЗИТОРНОЇ ІШЕМІЧНОЇ АТАКИ	31

попередження розвитку тяжких наслідків війни та збереження фізичного і психологічного здоров'я мільйонів людей.

ДОСЛІДЖЕННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

О. В. Бацилєва,

*доктор психологічних наук, професор,
Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди*

Будучи складним та багатогранним феноменом, здоров'я людини виступає необхідним ресурсом для гармонійного та ефективного функціонування особистості, а стан здоров'я населення є одним з головних індикаторів благополучного розвитку суспільства в цілому. Враховуючи умови сьогодення, коли країна вже багато місяців знаходиться в умовах воєнного стану, а її населення постійно знаходиться під дією різноманітних додаткових стресогенних чинників, стає зрозумілим, що існують значні ризики для здоров'я та благополуччя особистості. На превеликий жаль, сьогодні із впевненістю можна констатувати той факт, що кожна людина отримала та продовжує отримувати свій власний травматичний досвід, який безперечно негативно відбивається на стані (як поточному, так і майбутньому) її психічного і соматичного здоров'я. Отже, питання щодо збереження здоров'я, пошук шляхів його покращення та відновлення, зокрема через формування відповідального ставлення до здоров'я сьогодні, як ніколи, є вкрай актуальними та важливими.

Особливої соціальної значущості окреслена проблематика набуває, коли стосується молодого покоління. Аналіз власних попередніх досліджень, які співпадають з результатами літературних даних показує, що у молодіжному середовищі спостерігаються негативні тенденції, які пов'язані із ставленням до здоров'я як до невичерпного ресурсу, нехтуванням власним здоров'ям, недотриманням здорового способу життя, що виступає підґрунтям для виникнення та поширення цілої низки проблем. Враховуючи наявну ситуацію сьогодення, пов'язану з військовими діями, можемо зробити припущення, що проблема відповідального ставлення до здоров'я зараз має ризик до суттєвого загострення, оскільки саме в екстремальних умовах характерним є зниження значущості власного здоров'я.

Отже, метою роботи стало емпіричне дослідження особливостей відповідального ставлення до здоров'я молоді в сучасних умовах.

Період молодості, виступаючи одним з найбільш складних в онтогенезі, висуває до людини підвищені вимоги, оскільки це час прийняття відповідальних рішень, отримання нових знань та опанування багатьох

соціальних ролей. Саме від ефективності проходження даного періоду багато в чому залежить подальший професійний та особистісний розвиток молодої людини.

Відомо, що рівень здоров'я особистості залежить від багатьох чинників: спадкових, екологічних, соціально-економічних, організації та діяльності системи охорони здоров'я, способу життя. При цьому одним із провідних чинників, який детермінує спосіб життя та відповідно стан здоров'я людини, особливо у молодому віці, виступає відповідальне ставлення до власного здоров'я, що являє собою певну позицію людини, яка впливає на реакції та вольові дії щодо факторів здоров'я для оптимального поєднання особистих можливостей особистості та навколишнього середовища для досягнення її благополуччя (Гресько І. М., 2022). Будучи багатокомпонентним особистісним утворенням, що включає когнітивно-пізнавальний, емоційно-оцінний, потребнісно-ціннісний, мотиваційно-вольовий, практично-діяльнісний, рефлексивно-результативний компоненти, відповідальне ставлення до здоров'я поєднує у собі як наявність потреби у здоров'ї в загальній системі цінностей особистості, усвідомлення сутності здоров'я, своєї ролі у його збереженні й зміцненні, так і дії по її реалізації (О. В. Бацилєва, І. В. Пузь, 2018).

З метою виявлення особливостей відповідального ставлення молоді до власного здоров'я в сучасних умовах нами було проведено емпіричне дослідження на базі Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Вибірку досліджуваних склали 67 здобувачів різних факультетів у віці 18-22 років. Всі досліджувані були повідомлені про мету дослідження та надали згоду взяти в ньому участь. В якості психодіагностичних методик використано опитувальник «Ставлення до здоров'я» та тест «Індекс ставлення до здоров'я» (О. В. Бацилєва, І. В. Пузь, 2018; Л. М. Карамушка, О. В. Крецендер, К. В. Терещенко, 2019).

Аналіз отриманих результатів показав, що у 56,7% досліджуваних за показником інтенсивності (за методикою «Індекс ставлення до здоров'я») мають місце низькі значення, що свідчить про недостатньо дбайливе ставлення до власного здоров'я, а також про можливість потенційного включення їх до групи ризику щодо нездорового способу життя. У 20,9% досліджуваних були виявлені високі показники, що говорить про їх достатню інформованість щодо здоров'я та його роль у функціонуванні особистості, вони проявляють адекватне ставлення до власного здоров'я та намагаються дотримуватися здорового способу життя. Оцінка результатів за методикою «Ставлення до здоров'я» свідчить про те, що у 50,7% досліджуваних наявним є адекватне ставлення до здоров'я, у 49,3% – неадекватне ставлення до здоров'я.

Порівнюючи отримані дані за методиками, нами було виявлені наступні характерні особливості окремих компонентів ставлення до здоров'я у досліджуваних. Так, щодо *когнітивного компоненту* було виявлено, що 68,7% респондентів не проявляють особливого інтересу до проблем здоров'я та не

завжди усвідомлюють дію тих чи інших чинників на власне здоров'я. У 17,9% учасників відзначається стійкий інтерес до проблем, пов'язаних зі здоров'ям, вони демонструють зацікавленість в обговоренні відповідних питань та отриманні знань, що торкаються здоров'я, та мають чітке розуміння значення здоров'я у життєдіяльності людини. Результати оцінки *емоційного компоненту* показали, що 58,2% досліджуваних демонструють достатньо формальне ставлення до власного здоров'я, не завжди вчасно реагують на ті чи інші прояви та симптоми, які вказують на початок захворювання. Характерним для 26,9% досліджуваних є позитивне та дбайливе ставлення до здоров'я, вчасне та чітке реагування на зміни у діяльності власного організму. Отримані дані щодо показників *поведінкового компоненту* ставлення до здоров'я свідчать, що 22,4% досліджуваних прагнуть до прояву активної турботи про власне здоров'я, в першу чергу завдяки дотриманню принципів здорового способу життя; при цьому для 65,7% учасників характерним є відсутність прояву ініціативи щодо турботи про власне здоров'я та схильність до нехтування основними принципами здорового способу життя.

Досліджуючи місце здоров'я в ієрархії цінностей студентської молоді було виявлено, що для 23,9% досліджуваних здоров'я має першочергове значення. Цікаво, що недбайливе ставлення до власного здоров'я та нехтування принципами здорового способу життя більшість з досліджуваних (71,6%) пов'язують як з об'єктивними чинниками, зокрема наявністю багатьох насущних проблем, які потрібно постійно вирішувати, відсутністю часу та необхідних умов, так і з суб'єктивними – небажанням стримувати актуальні свої потяги та потреби, а також впевненістю у відносній безмежності здоров'я як ресурсу та у можливості виправити все за більш сприятливих обставин.

Отже, узагальнюючи результати проведеного емпіричного дослідження, можна зробити висновок, що у більшості досліджуваної молоді було виявлено недостатньо відповідальне ставлення до власного здоров'я, що виявляється у зниженні цінності власного здоров'я, недотриманні базових принципів здорового життя, ігноруванні симптомів порушення здоров'я. На жаль така ситуація є вкрай несприятливою та викликає серйозне занепокоєння, оскільки молоде покоління є активними учасниками як сьогоdnішніх подій, так і майбутнього нашої країни. Тому, важливим та необхідним є проведення системної комплексної роботи фахівців із молоддю, яка має бути спрямована не тільки на підвищення знань про важливість відповідального ставлення до власного здоров'я, але й на усвідомлення наслідків своєї поведінки, формування ресурсів для відновлення власної особистості, зокрема протидії стресовим чинникам, пов'язаних із військовими подіями. Орієнтація на активне залучення молоді до різних форм роботи, а саме проведення інтерактивних лекцій, соціально-психологічних тренінгів з тематики збереження та зміцнення здоров'я, сприятиме формуванню цінності здоров'я, що, безумовно, виступатиме значущим чинником відновлення та зміцнення благополуччя як окремої особистості, так і молодого покоління в цілому, яке

виступає економічним, інтелектуальним, демографічним, культурним та духовним потенціалом нашого суспільства.

ФАКТОРИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

А. О. Бойко,

*асистент кафедри теоретичної та
практичної психології,*

А. Р. Климпуш,

*студент 3 курсу спеціальності «Психологія»,
Національний університет «Львівська політехніка»*

Однією з актуальних тем в українській психології наразі є психологічне благополуччя. Потреба та важливість цього питання характеризується тим, що відбулось повномасштабне вторгнення росії, що особливо гостро поставило питання щодо благополуччя та здоров'я людей в нашому суспільстві в реаліях сьогодення. Розгортається велика кількість процесів у сучасній Україні, що характеризується значними трансформаціями сучасності та це все впливає на здоров'я нашого суспільства й на психологічне благополуччя зокрема.

Отож, з метою покращення розуміння особливостей підтримування ментального здоров'я серед молоді, було здійснено емпіричне дослідження факторів психологічного благополуччя студентів-психологів в умовах воєнного стану. Психологічне благополуччя завжди було значимою та актуальною темою, тож до окреслення контурів цього питання долучались, зокрема, такі вчені-психологи як Дж. Бюдженталь, А. Маслоу, К. Роджерс, Е. Фромм, Г. Олпорт. тощо. У рамках евдемоністичного підходу, на основі досліджень К. Ріффа та інших вчених була розроблена багатовимірна модель психологічного благополуччя. До неї входять основні шість частин або ж складових психологічного благополуччя: наявність мети в житті, позитивні стосунки з іншими, особистісне зростання, управління оточенням, самоприйняття та автономія. Для визначення факторів психологічного благополуччя було використано опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріффа (Карсканова С. В., 2011). В даній методиці, під «психологічним благополуччям», мається на увазі суб'єктивне самовідчуття цілісності, осмисленості індивідом свого існування та буття, що певною мірою відрізняється від психічного здоров'я. Це поняття активно розвивається й поширення набуло завдяки працям Н. Брадбурна, Е. Дінера, К. Ріффа тощо. А само воно походить з категорії екзистенційно-гуманістичної психології.

Для виявлення певних зв'язків факторів благополуччя з чинниками, що є частиною особистості, було використана Українська адаптація короткого п'ятифакторного опитувальника особистості (TIPI-UKR), за авторством