

Раннє виявлення поведінкових проблем у підлітків, системний аналіз характеру їх виникнення й адекватна корекційно-виховна робота дають шанс запобігти асоціалізації підлітків.

### Список використаних джерел

1. Тимошенко В. І. Агресивна поведінка: її сутність та причини. *Бюлетень Міністерства юстиції України*. 2015. № 6. С. 55–63.
2. Файдюк О. В. Сутність соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків у загальноосвітніх навчальних закладах. URL: <http://studscientist.kubg.edu.ua/index.php/journal/article/.../54> (дата звернення 18.05.2020).
3. Козак М. Агресивна поведінка підлітків. URL: [http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/25227/2/MSNK\\_2018v2\\_Kozak\\_M\\_M-Aggressive\\_behavior\\_in\\_101-102.pdf](http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/25227/2/MSNK_2018v2_Kozak_M_M-Aggressive_behavior_in_101-102.pdf) (дата звернення: 18.05.2020).
4. Саратова Л. М. Психолого-педагогические особенности подростков с особыми образовательными потребностями. *Молодой ученый*. 2011. Т. 2. С. 102–104.

**Костюк Ю. Г.**, здобувач вищої освіти,  
*Донецький національний університет імені Василя Стуса,*  
*Україна*  
**Науковий керівник – Зарішняк І. М.**, канд. пед. наук, доц.,  
*Донецький національний університет імені Василя Стуса,*  
*Україна*

### ПРОЯВИ ДЕСТРУКТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ НАВЧАННЯ У ВИЩІЙ ШКОЛІ

На сьогоднішній день соціальні та економічні умови перебувають у стані перманентних змін, що закономірно спричиняє суттєві зміни у житті суспільства, його структурі та соціальних нормах. Невпевненість у завтрашньому дні, нестабільні умови праці та навчання із постійним зростанням напруження можуть мати негативний вплив на психічне здоров'я молодих спеціалістів та студентів ЗВО, що є дуже небажаним, оскільки у цей період відбувається інтенсивний розвиток особистості, формування її інтелектуальної, емоційно-вольової, мотиваційної сфер, системи ціннісних орієнтацій, а також професіоналізація та самовизначення у життєвому просторі. Оскільки тиск зазначених

вище факторів на молоду особистість невпинно зростає, то наше дослідження є актуальним для сучасної психологічної науки.

Проблема професійної підготовки майбутніх фахівців різних галузей є однією з центральних для широкого кола досліджень, пов'язаних із визначенням психологічної структури та механізмів регуляції поведінки і діяльності. Аналіз численних джерел літератури показує, що й українські, і зарубіжні вчені-психологи присвятили дослідження вивченню деструктивних психічних станів особи у різних життєвих умовах, зокрема: М. Боришевський, В. Вілюнас, А. Генкін, М. Дяченко, Л. Кандибович, М. Левітов, В. Медведєв та багатьох інших. Як зазначає А. Власенко, процес навчальної діяльності студентів (особливо молодших курсів) часто супроводжується виникненням деструктивних психічних станів [1, с. 1–2].

Отже, метою цього дослідження є класифікація негативних психічних станів студента та визначення їх проявів, а також огляд можливих шляхів корекції цих станів.

Зазначимо, що психічна напруга, втома, цілковите перевтомлення, а також різноманітні стресові ситуації і невміння правильно спілкуватися з людьми найчастіше спричиняють деструктивні психічні стани. Ф. Василюк зазначав, що певні життєві події здатні викликати фрустрацію, конфлікт, стрес і кризу водночас. Абсолютно типовою психічною реакцією на складну ситуацію є такі деструктивні психічні стани – стрес, тривога, хвилювання та агресія [2, с. 31–49].

Розглянемо кожен психічний стан окремо. Поняття «*стрес*» описує стан людини в екстремальних умовах на трьох рівнях: *фізіологічному*, *психологічному* і *поведінковому*. Психологічний стрес також поділяється на *інформаційний* та *емоційний*. Інформаційні перевантаження, умови невизначеності та ситуації, коли людина нездатна упоратися із поставленою задачею і приймає неправильні рішення через брак часу та утому призводять до інформаційного стресу. Відчуття небезпеки та загрози призводять до емоційного стресу.

Аналіз наукової літератури засвідчує те, що «*страх*» і «*тривога*» – стани, ідентичні за своєю природою, різницю становлять витoki стресу та процеси, що його породжують. М. Левітов стверджує, що тривога – це психічний стан, виражений переживанням небезпеки і порушення спокою, які викликають можливі (потенційні) неприємності, та неможливість отримати бажане. Якщо співвіднести тривогу та психічну адаптацію, важливим є залежність між цим переживанням та зміною звичного оточення. Виникнення тривоги посилює активність у поведінці, змінює характер поведінки та включає механізми психічної адаптації. Зменшення інтенсивності тривоги свідчить про достатність і адекватність реалізованих форм поведінки, поновлення порушеної раніше

адаптації [3, с. 251–280]. Фактори певної особистості в цей момент можуть мати більш суттєве значення, аніж ситуаційні фактори, тобто інтенсивність тривоги залежить від особистості людини, а не від рівня реальної загрози [3, с. 191–218].

Поняття «хвилювання» охоплює такі почуття, як схвильованість, страх, невпевненість у собі та інші ознаки, які викликає негативне передчуття у певних ситуаціях. Хвилювання – це один із психічних станів, що характеризується специфічним переживанням страху, який пов'язаний із негативними передчуттями, побоюванням за наслідки своїх дій та рішень. По суті, цей термін доволі вдало означає специфічний психічний стан, який виникає у людини в процесі суспільного життя, де до неї висуваються певні вимоги щодо дій та поведінки. Найчастіше цей стан виникає у студентів під час проходження практики (виробничої), коли студент опиняється у ситуації, що потребує активної взаємодії із людьми. Тобто виникає стан ситуаційного страху та стривоженості, напруження зростає настільки, що перешкоджає нормальній діяльності людини, охоплюючи її думки побоюваннями потенційної невдачі. Тому хвилювання також характеризується підвищеною збудженістю та напруженістю.

До деструктивних психічних станів ми віднесли й «агресію», яка може виникати у людини внаслідок образи та звинувачення. Дослідник А. Власенко, базуючись на роботах Дж. Долларда та Р. Брауна, визначає агресію як акт, метою якого є нанесення шкоди живому організму. У цьому розумінні дія належить до категорії агресивності, якщо вона «Включає в себе обмеження можливостей поведінки іншого» [1, с. 3–4].

Тепер оглянемо «симптоми» деструктивних станів студента:

- недовіра до інших;
- відчуття самотності, яке студент не може пережити;
- постійна тривожність, непевність у спілкуванні з людьми, сором'язливість та страх осуду з боку оточуючих;
- проблеми із самооцінкою та самоповагою (занижена або завищена);
- підвищені вимоги до себе;
- проблеми із вибором партнера або друга;
- пасивність, що перешкоджає ініціативам у навчанні та особистому житті;
- нереалістичні очікування («мене не розуміють...», «до мене ставляться несправедливо...» тощо).

О. Ігуманова зазначає, що модель психокорекції негативних психічних станів студентів охоплює основні форми психокорекційної роботи: індивідуальну, групову та самотійну [4, с. 143–145].

Як зазначає інша дослідниця, І. Мостова, в індивідуальній роботі зі студентом вирішальне значення має підтримка, допомога, увага з боку куратора і викладачів, а саме:

- порада щодо встановлення режиму праці і відпочинку;
- порада з питань організації самостійної навчальної роботи;
- допомога у пізнанні товаришів, у становленні ділових і дружніх стосунків [5, с. 75].

На старших курсах ЗВО студентам допомагає адаптуватися студентська група – колектив, в якому панує позитивна психологічна обстановка. Чуйне ставлення один до одного всередині групи зроблять процес входження в нове навчально-професійне середовище та новий колектив комфортнішим, успішнішим для кожного студента. На зміну адаптації до середовища приходить індивідуалізація власної діяльності та поведінки. Індивідуалізація – це потреба людини відрізнятись від інших так або інакше, що дає змогу відчувати себе особливим, не надто подібним до решти. Хоча усі прагнуть у чомусь бути схожими на інших, однак більшість людей цінує почуття індивідуальності. Молоді люди також можуть прагнути індивідуальності, бажаючи мати більший контроль над своїм життям, краще розпоряджатися ним. Якщо студент або інша особа починає «бунтувати» проти суспільних норм, це означає, що ця людина втрачає почуття особистої свободи, а такі нетипові, індивідуальні моделі поведінки та самовираження підтримують відчуття власної значущості. Студент активно включається в навчально-виховні структури групи, факультету та університету. Відбувається інтенсивний розвиток таких особистісних якостей: нові інтереси, настанови; набувається самостійність і розвивається творчість, професіоналізація особистості та входження у професійну роль.

Отже, типовими негативними психічними станами студентів вважаємо стрес, тривогу, хвилювання та агресію. Для корекції цих станів важливу роль відіграє індивідуальна та групова робота. Для успішної боротьби із цими психоемоційними чинниками необхідними є посильний рівень навантаження, дружня атмосфера у колективі, а також готовність до діалогу як самих студентів, так і викладачів та кураторів.

### **Список використаних джерел**

1. Власенко А. Б. Деструктивні психологічні стани студента як проблема сучасної психологічної науки. URL: [https://novyn.kpi.ua/2005-2/01\\_Vlasenko.pdf](https://novyn.kpi.ua/2005-2/01_Vlasenko.pdf) (дата звернення 04.05.2020).
2. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М. : Изд-во при Моск. ун-те, 1984. 200 с. URL: [http://mhp-journal.ru/upload/Library/Vasilyuk\\_FE\\_\(1984\)\\_Psychology\\_of\\_Experience.pdf](http://mhp-journal.ru/upload/Library/Vasilyuk_FE_(1984)_Psychology_of_Experience.pdf), (дата звернення 04.05.2020).

3. Левитов Н. Д. О психических состояниях человека. М. : Изд-во «Просвещение», 1964. 343 с.
4. Ігуманова О. Б. Генеза негативних психічних станів студентів та їх психокорекція. Хмельницький : Вид-во при ХНУ, 2014. С. 143–145.
5. Мостова І. Поради психолога першокурснику. К. : Тандем, 2000. 76 с.

**Кузнєцова О. В.**, здобувач вищої освіти,  
*Донецький національний університет імені Василя Стуса,*  
*Україна*

*Науковий керівник – Кушнір Ю. В.*, канд. пед. наук, доцент.,  
*Донецький національний університет імені Василя Стуса,*  
*Україна*

### **ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КРЕАТИВНОСТІ У СТАРШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПІДХОДІВ**

У сучасному світі відбувається стрімкий розвиток новітніх інформаційних технологій, які передбачають творчий підхід під час оцінки проблеми та її вирішення, актуалізується потреба у фахівцях, які здатні швидко адаптуватися до умов життя й орієнтуватись у швидкоплинному інформаційному полі, здатні до самостійного творчого розв'язання проблем. У психологічній науці досить часто постає питання формування творчої особистості, звідси й велика увага до дослідження креативності людини, до особливостей її формування й розвитку при навчанні та вихованні, зокрема в період підготовки старшокласників до дорослого життя, їх професійного самовизначення, самореалізації та саморозвитку.

Ранній юнацький вік є найбільш сенситивним для формування професійно орієнтованих знань, умінь та навичок. Характерним саме для інтелекту старшокласника є розвиток творчих здібностей. Це виявляється в інтелектуальній ініціативі та створенні чогось нового. Саме тому, на наш погляд, важливим є вивчення творчої сфери особистості в період старшого шкільного віку, що включає дослідження особливостей розвитку креативності.

Сфера креативності складна для досліджень і викликає безліч суперечок, оскільки емпіричне поле фактів, які належать до цієї проблеми, дуже широке. Феномен креативності багатогранний, і на сьогодні не існує жодної думки щодо його змісту. Англійський термін «creativity» перекладається як «здатність до творчості». Вперше термін «креативність» використав Д. Сімпсон у 1922 р.