

## ДО ПИТАННЯ ПРО ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО СКЛАДНИКА ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Кічук Антоніна

Ізмаїльський державний гуманітарний університет  
м. Ізмаїл Україна  
tonya82kichuk@gmail.com

У статті здійснено теоретико-методологічний аналіз концептуальних засад проблем здоров'язбереження особистості в психологічній сфері. Деталізовано сучасні наукові уявлення про таке позиттєве явище інтегрованого характеру, яким постає психологічне здоров'я особистості. Описано результати деяких емпіричних досліджень, що актуалізують потребу в поглибленні наукових уявлень про психологічне здоров'я сучасного студентства. Здійснено теоретичний аналіз конструктивності наукових підходів і концепцій щодо структурно-компонентного складу поняття «психологічне здоров'я» в розрізі динаміки людини від «біо» до «соціо». Описано ключове значення здатності особистості юнацького віку до самопроекування в контексті змістовного наповнення поняття «психологічне здоров'я» та визначальну роль духовності як ціннісного змісту свідомості особистості. Акцентовано увагу на рефлексуванні щодо внутрішнього світу оточення й суб'єктного «Я». Актуалізовано питання про емоційний складник психологічного здоров'я студентської молоді. Проаналізовано деякі емпіричні дані, що відображають самооцінні судження студентів щодо емоційно-особистісних проявів свого психологічного здоров'я в розрізі двох параметрів: «бакалавр-магістр» і «майбутній фахівець гуманітарного або технічного профілю». Зроблено узагальнення, яке обґрунтовує необхідність поглиблення сформованих наукових уявлень про феномен «психологічне здоров'я», а також потребу в спеціальному вивченні саме емоційного компонента здоров'я в психологічній сфері сучасного студентства.

У намаганні визначити абриси емоційного складника психологічного здоров'я особистості юнацького віку, доведено конструктивність континуально-ієрархічної моделі в аспекті впливовості емоційності на формально-динамічний, змістовно-особистісний та соціально-імперативні рівні розвитку особистості студента. На підґрунті визначеного теоретико-методологічного концепту перспективною вбачаємо розробку діагностувального інструментарію задля проведення емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення емоційно-особистісних особливостей психологічного здоров'я студентської молоді.

**Ключові слова:** психологічне здоров'я; особистість юнацького віку; здатність до самопроекування; емоційність.

**Kichuk Antonina. To the Question of the Emotional Component's Outlines of Student Youth's Psychological Health.** The article presents a theoretical and methodological analysis of the conceptual foundations of the problem of personal healthcare saving in the psychological sphere. Modern scientific representations of an integrative nature, which subject the psychological health of the individual, are detailed. The results of some empirical studies are described, which justify the need to deepen scientific ideas about the psychological health of modern student youth. Theoretical analysis of the constructiveness of scientific approaches and concepts was carried out in the context of the parameter of the structural and competent composition of psychological human health, where the context is the transition from «bio» to «socio». The key importance of the readiness of young person to self-design is described, where psychological health and spirituality as a value content of consciousness is considered contextually. The attention is drawn to the ability to reflection relative to the inner world of others and the subgenic «I». The relevance of studying the emotional component of psychological health of student youth is justified. Some empirical data are analyzed, reflecting students' self-esteem judgments regarding the emotional and personal manifestations of their psychological health in the context of two parameters: «bachelor-master», and «future specialist in humanitarian or technical profile». A generalization is made that justifies the need to deepen the existing scientific ideas about the phenomenon of «psychological health», as well as the need for a special study of the emotional component of health in the psychological sphere of modern students.

In order to outline the identity of the emotional component of the psychological health of young person's period, the constructiveness of the hierarchical continuum model in terms of the impact of emotionality on the formal-dynamic, content-personal and social imperative levels of the student's personality development is justified. On the basis of the detailed theoretical and methodological concept, the development of diagnostic tools, the use of which will allow identifying emotional and personal peculiarities of psychological health of student youth, is seen as promising.

**Key words:** psychological health; young person's period; self-development readiness; emotionality.

**Кичук Антонина Валерьевна. К вопросу об особенностях эмоционального компонента психологического здоровья студенческой молодежи.** В статье представлен теоретико-методологический анализ концептуальных основ проблемы сохранения личности в психологической сфере. Детализируются современные научные представления интегративного характера, которым представляется психологическое здоровье личности. Описываются результаты некоторых эмпирических исследований, позволяющие обосновать необходимость углубления научных представлений о психологическом здоровье современной студенческой молодежи. Осуществляется теоретический анализ конструктивности научных подходов и концепций в разрезе параметра структурно-компетентного состава психологического

здоров'я людини, де контекстом виступає перехід від «біо» до «соціо». Описується ключове значення готовності особистості юнацького віку до самопроєктування, де контекстним розглядається психологічне здоров'я та духовність як ціннісне змістове свідомості. Концентрується увага на здатності особистості до рефлексії стосовно внутрішнього світу оточуючих, а також власного «Я». Підкреслюється актуальність дослідження емоційної складової психологічного здоров'я студентської молоді. Аналізуються деякі емпіричні дані, що відображають самооцінні судження студентів стосовно емоційно-особистісних проявів свого психологічного здоров'я за двома параметрами: «бакалавр–магістр», та «майбутній спеціаліст гуманітарного чи технічного профілю». Робиться узагальнення, що підтверджує необхідність поглиблення складісних наукових уявлень про феномен «психологічне здоров'я», а також потребу спеціального дослідження саме емоційної складової здоров'я в психологічній сфері сучасного студентства. Стремлять окреслити особливості емоційної складової психологічного здоров'я особистості юнацького вікового періоду, підкреслюється конструктивність континуально-ієрархічної моделі в ракурсі впливу емоційності на формально-динамічний, змістовно-особистісний та соціально-імперативний рівні розвитку особистості студента. На основі деталізованого теоретико-методологічного поняття перспективної уявляється розробка діагностичного інструментарію, використання якого дозволить виявити емоційно-особистісні особливості психологічного здоров'я студентської молоді.

**Ключові слова:** психологічне здоров'я; особистість юнацького вікового періоду; готовність до самопроєктування; емоційність.

**Постановка проблеми.** У пошуках психологічних детермінант, котрі визначають здатність особистості вже в юнацькому віці виробляти особистісні практики конструювання життя, науковці здебільшого звертають увагу на ті новоутворення, що мають позитивний характер. Із-поміж них посилено є увага, зокрема, до тих, що зберігають лінії становлення суб'єктності – упродовж біологічного та соціального розвитку, збагачуючи психологічну базу підвищення якостей суб'єктності. У зазначеній площині конструктивним, але й досі недостатньо оціненим як науковцями, так і практиками, видається зосередження на психологічному здоров'ї, адже йдеться про незаперечність самоцінності такого утворення в структурі особистості впродовж життя. До того ж такий локус дослідницької уваги зберігає можливість утримувати надто складний параметр – «повсякденна практика життя», сукупність ознак (структурна, процесуальна, функціональна) стосовно розвитку в молодій людині рефлексії щодо

власного «психологічного світу», розводити поняття «суб'єктивності» та «активність суб'єкта» (тобто враховуючи в другому випадку аспект активності як діяльності, а в першому – те, що спрямовує відповідну дільність особистості).

**Аналіз останніх досліджень.** Наш час психологи характеризують як несприятливий, насамперед, щодо здоров'я пересічної людини в психологічній сфері. Загрозами, зокрема, вважають турбулентні соціальні трансформації, екологічну та політичну кризи, інформаційно-емоційне перевантаження (Бочелюк, 2019: 68). На основі проведеного теоретичного аналізу наукового фонду з проблематики психологічного здоров'я особистості створюється можливість для певних зауваг, а саме: конструкт «психологічне здоров'я» ще й досі зберігає свою невизначеність, а накопичений емпіричний дослідницький матеріал уже дає підставу окреслити абриси теорії психологічного здоров'я особистості, що забезпечує передумови поглиблення наукових уявлень про певні особливості процесу здоров'язбереження в психологічній сфері з урахуванням своєрідності її вікових особистостей та етапності життєдіяльності.

До зазначеного треба додати і встановлений у результаті проведених емпіричних досліджень високий рівень особистісної безпорадності, котрий властивий, насамперед, її юнацькому віковому періоду, і де емпіричними референтами виступає симптомокомплекс певних діагностичних показників, що безпосередньо або опосередковано вказують на проблематику здоров'я в психологічній сфері. Щодо цього дослідники апробовують різні ідеї, розгортання яких, зокрема, в освітньому процесі вищої школи сприятиме здоров'язбереженню здобувачів вищої освіти в психологічній сфері. Наприклад, задля зниження домінуючого серед студентської молоді стану тривожності, деякі науковці звернулися до пропедевтичного підходу: виходячи з розуміння ваги «м'яких навичок» особистості, що трактуються ними як соціально-емоційні здатності, у межах проекту (зокрема Passport.Unito) проведено дослідження, респондентами якого були 1048 студентів різних програм навчання в університеті Турини, Італія, а метою – отримання даних валідації щодо розробленої моделі м'яких навичок і вироблення інструментарію їх самооцінки студентами (Ricchiardi, Emanuel, 2018). Отож, через визначення описаного психологами рівня різних «м'яких навичок» (здатність до стійкості, управління конфліктами, емоційної саморегуляції тощо), за певними

сферами життєдіяльності сучасної молоді людини (сфер самості, прийняття рішень, міжособистісних відносин та ін.) дослідники розширюють соціально-емоційні здібності особистості – важливий аспект психологічного здоров'я; при цьому розуміючи цей конструкт у широкому трактуванні, тобто як принципово важливий особистісний ресурс.

Не менш цікавим нам видається й підхід, спрямований на збереження здоров'я студентства в психологічній сфері через стимулювання суб'єктної активності, зокрема в аспекті розвитку здатності розпізнавати вже наявну спроможність розробляти «внутрішні сценарії» соціальної регуляції, а також регулюючи зовнішній вплив соціуму, доповнювати свій потенціал у цьому плані (Splichal, Oshima, 2018). Дослідники пропонують розроблений ними інструментарій («CSCL», де задіяні і проектна діяльність першокурсників, і аналіз комп'ютерного середовища освіти) задля підтримки важливого чинника здоров'язбереження особистості особистості в психологічній сфері – студентське врегулювання співдружності.

Вищезазначене дає змогу зауважити на домінуючому серед дослідників «неосяжному» змісті, який укладається в поняття «психологічне здоров'я особистості», визнанні (з опорою на емпіричні дані) важливості окресленої особистісної властивості, потребі в поглибленні наукових уявлень, принаймні щодо «одиниці» окресленого психологічного явища. Це дасть змогу не лише науково довести змістове наповнення, а й уточнити структурно-компонентний склад (з'ясувати, зокрема, емоційні детермінанти психологічного здоров'я особистості) та науковий статус поняття з-поміж близьких до нього. Адже ж аналіз наукового фонду в означеній площині уможлиблює констатацію, що неосяжність змісту, який здебільшого вкладається в конструкт «здорова особистість у психологічній сфері», з одного боку, не сприяє чіткості в теоретико-методологічних орієнтирах дослідницьких розвідок, а з іншого – не дає змоги впритул вивчати саме феноменологію психологічного здоров'я в пошуках відповіді на питання динаміки людини від «біо» до «соціо».

**Формування мети й завдань статті.** Об'єктом дослідження виступало студентство, а предметом – контури відображення емоційно-особистісної своєрідності його психологічного здоров'я як прижиттєвої інтегрованої властивості. Отже, мета полягала в здійсненні аналітичної роботи, базою якої були теоретичні джерела з порушеної

проблематики. Передбачено виконання таких завдань: проаналізувати стан вивчення психологічного здоров'я особистості в науковій літературі; деталізувати деякі загальні обриси, котрі окреслюють саме емоційний складник психологічного здоров'я особистості в юнацький період життєдіяльності.

**Методи та методики.** Для досягнення означеної мети та виконання локальних завдань здійснено порівняння, систематизація, інтеграція та узагальнення наукової інформації; проведено теоретико-методологічний аналіз категорійно-понятійного сегмента порушеної проблеми; застосовано діагностичну методику частотного аналізу емпіричних даних опитування студентів (вибірку становили 145 осіб), які набувають у закладах вищої освіти гуманітарні (Ізмаїльський державний гуманітарний університет; Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка) та технічні (Національний університет «Одеська морська академія», Ізмаїльський факультет; Державний університет інфраструктури та технологій «Київський інститут водного транспорту ім. гетьмана Петра Конашевича-Сагайдачного, дунайський факультет») спеціальності задля вияву ознак, котрі відтворюють саме емоційні особливості психологічного здоров'я особистості юнацького віку.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Аналіз наукових джерел, які висвітлюють проблематику здоров'я особистості в юнацькому віці та саме в психологічній сфері, переконливо засвідчує наполегливе намагання дослідників обґрунтувати те особистісне новоутворення, котре правомірно розглядати як базове. До того ж у пошуках методологічних орієнтирів небезпідставно звернуто увагу на пояснювальну спроможність різних концепцій, різнорівневих особистісних утворень (що інтегруються у властивість, котрою постає психологічне здоров'я), різновекторних проявах, які фокусуються на суб'єктивному благополуччі – чи не найвиразнішому прояві «внутрішньої узгодженості» особистості. Деталізуємо деякі наукові позиції, які характеризуються найбільш переконливою, на наш погляд, аргументацією.

По-перше, не підлягає сумніву доречність розрізняти поняття «психічне» й «психологічне» здоров'я, оскільки мають рацію дослідники, стверджуючи, що психічно здорова людина може бути небезпідставно схарактеризована як нездорова в психологічній сфері, адже тут акцентовано на соціокультурному вимірі її здоров'я (Юдін, 2000).

Дійсно, хвороба постає не лише як біль, а й обмеженість у діях, виборі тощо. Наприклад, за результатами опитування Українського інституту соціальних досліджень учнівської молоді м. Києва, саме психологічний дискомфорт відчуває кожний 14-й респондент віком десять років; натомість, це характеризує кожного 5-го віком вісімнадцять років (Токман, Немченко, 2015: 39). Вочевидь, проблемним постає не лише суто науковий зміст поняття «здоров'я», а й психологічний супровід – підтримка процесу прищеплення в молоді установок на усвідомлення самоцінності здоров'я в психологічній сфері.

По-друге, бракує теорії психологічного здоров'я, що зумовлює безліч наявних думок щодо базових характеристик психологічного здоров'я особистості. Ідеться й про ресурс для прийняття змін у психологічній сфері (Хлевіна, 2007), і про різнорівневність здатності контролювати, захищати та розвивати психологічний простір, тобто гіперсуверенний, суверенний, депривований рівні психологічної суверенності (Нартова-Бочевар, Трофімова, 2012), і про інтенсивність смислотворчої активності (Радчук, 2014), і про здатність трансформувати психологічні знання про здоров'я в досвід (Бурлакова, Наконечна, 2019) та ін.

Зважаючи навіть на зазначене, усе ж наголосимо на спільності дослідницьких позицій щодо визнання такого: приріст позитивного в психологічному здоров'ї особистості є суттєвим її кроком до життєвого успіху. З огляду ж на особистісно-професійну своєрідність юнацького вікового періоду правомірним видається судження про ущільненість зв'язку між динамікою накопичення позитивних ознак у здоров'ї студента в психологічній сфері та структурою й типологією почуття цінності власного життя (Набіл, 2019). Маються на увазі цілісність і системність такої структури, що є релевантною усьому життю людини в цілому. Так, за Е. Шпангером, почуття цінності власного життя має певну типологію залежно від цінності, що домінує в людині, – теоретичний, економічний, естетичний, соціальний, власний та релігійний «типи людей» (Шпангер, 2014). Згідно з К.-Г. Юнгом, цінність вимірюється тією енергією, що «вкладається в певний елемент особистості» (Юнг, 2010). У зв'язку із зазначеним вище інтерес становлять такі результати емпіричного дослідження: експериментальним способом встановлено шість інтегрованих факторів, які є визначними у тій моделі смислової структури, котра забезпечує переживання студентством цінності власного життя (актив-

ність – багатство – влада – престиж; згуртованість – дружба – любов – сім'я; тілесність – здоров'я – відпочинок; контроль – інформація – саморозвиток; вибір – екзистенціальність – задоволеність; запобігання – відсторонність – потайність), а таким чином видалося за можливе окреслити найтипівіші варіанти (кластерні профілі), де в студентів, яких умовно віднесено до першого типу, домінує ідея здоров'я-зберігальної поведінки; відповідно до другого – дистанція в спілкуванні; до третього – намагання бути вільним; до четвертого – усамітнення (Набіл, 2019: 60). На нашу думку, цей емпіричний матеріал радше створює уявлення про спроможність сучасної молоді визначати сенс у викликах, що віддзеркалюють життєві ситуації. Якщо ж розмірковувати дотично сутності здоров'я особистості в психологічній сфері, то йтиметься про те, що фокусується на ресурсності конструювання власної ідентичності, тобто здатності до самопроектування. У цьому плані зацікавлює думка науковців щодо доцільності розрізняти основні рівні дискурсивного самопроектування («плагіатор», «читач», «автор»), оскільки вона узгоджується з визнаними в психології вимірами розвитку особистості та дає змогу схарактеризувати психологічні особистості суб'єкта до самопроектування на кожному з таких вимірів (Чепелева, Рудницька, 2018).

Отже, є сенс у якості «одиниці» психологічного здоров'я як властивості особистості студента розцінювати його здатність до самопроектування – «породження нового контексту життя». Ми поділяємо думку (Чепелева, 2018) про те, що самопроектування «задає» вектори розвитку особистості, що будуються на «відкритті» нового досвіду; отож, ідеться про особистісну здатність, яка визначається ресурсністю (не лише щодо наявної, а й із проекцією на майбутнє). В окресленій науковій позиції нам особливо імпонує базова ідея: принципово важливим є усвідомлення молодою людиною невичерпності (а отже, можливості докладати зусилля, спрямовані на збагачення особистісної ресурсності) того, що «задано» культурою, тими «зразками», із яких «зітканий» соціум; ідеться про вагу усвідомлення особистості на рівні переконань тієї істини, що власна духовність створює нові «культурні сенси» для саморозуміння, самоідентифікації, саморозвитку. Отож, конструктивність психолого-герменевтичного підходу вбачаємо в розрізі щонайменше таких параметрів, як спроможність урахувати всі виміри розвитку особистості («біо – соціо»), пояснити роль особистісної зрілості в успішному самопроектуванні



імперативу здоров'язбереження в психологічній сфері, довести визначальну роль духовності як «ціннісного змісту» свідомості особистості (у тому числі й в аспекті набуття позитивних якісних ознак психологічного здоров'я як особистісної властивості). Дійсно, зріла особистість може бути осмислена як така, якій властиве психологічне здоров'я в найвищому якісному вимірі. У ракурсі розгортання ідеї здатності до самопроектування ідеться про такі сегменти спроможності, як самостійно ставити завдання, спрямовані на саморозвиток; брати на себе відповідальність за наслідки дій; контролювати вмотивованість зробленого вибору. Отож, ідеться про провідну психологічну характеристику особистості, спроможної до самопроектування – становлення «людини, пов'язаної зі смыслом» (Чепелева, 2018: 74).

Із метою систематизації наукових уявлень про базову категорію психології здоров'я та диференціацію сучасного наукового знання про психологічне здоров'я особистості доцільно по-новому оцінити конструктивність й особливої психологічної реальності – рефлексії. Принагідно зауважимо, що нині рефлексія з пояснювального принципу перетворилася в окрему наукову галузь – психологію рефлексії; остання ж уже набула відповідних маркерів як із теоретико-методологічного погляду, так і в експериментально-прикладному ракурсі. А підвищений науковий інтерес до предметної специфіки психології рефлексії зумовлений її потужністю, адже ж науковці довели провідну функцію рефлексивних процесів – на підґрунті критичного аналізу рефлексивних процесів, актуалізується творчість особистості (Семенов, 2005). При цьому саме рефлексія розглядається як системоутворювальний фактор творчого мислення, котрий забезпечує не лише смислову організацію та саморегуляцію, а ще й самореалізацію й саморозвиток особистості в конкретних умовах «мікророзвитку мислення» (вислів М. Семенова) в ситуаціях, які вимагають самообілізації. Відтак створюється можливість пояснити онтогенез (тобто процеси становлення та розвитку в напрямі збагачення здоров'я особистості в психологічній сфері) через «кристалізацію» результатів самообілізації; у нашому розумінні, останнє доцільно осмислювати як показник психологічного здоров'я особистості.

Як відомо, засновник психології рефлексії О. Бузман ще в першій чверті нинішнього тисячоліття базову категорію визначив як «будь-яке перенесення» особистістю переживань із зовнішнього світу

на себе; саме за таким маркером ідеться й про рефлексивне мислення, і про спілкування, і про «особистість як про вершину всіх особистісних властивостей» (Ананьєв, 2008). Отже, можна припустити, що, аналізуючи, наприклад, таке явище, як психологічне здоров'я, у площині психології рефлексії, у край не просто його ідентифікувати, абстрагуючись від разових і видових щодо нього. Водночас саме контекстність рефлексивної психології дає змогу (за Г. Щедровицьким) акцентувати на «виході на зовнішню позицію», посилюючи тим самим результативність саме наукового осмислення феноменології здоров'я особистості в психологічній сфері. Це набуває виняткового значення з огляду на ключову роль контролю (самоконтролю) у змістовному наповненні поняття «психологічне здоров'я», а також домінанті рефлексії – переосмисленні (наприклад виконавчих функцій і функції контролю). Отже, якщо йдеться про особистість студента, то, дбаючи про здоров'я в психологічній сфері, припускається рефлексування й щодо внутрішнього світу оточення, і суб'єктного «Я», а також розвитку визначених сучасною психологією типів рефлексії (кооперативний, комунікативний, особистісний, інтелектуальний).

До вищезазначеного додамо ще й пояснювальну ресурсність психології рефлексії в одному з найпроблемніших питань, як-от емоційно особистісна особливість психологічного здоров'я. Численні дослідження проблемного поля саморегуляції (Чебикін, 2009; Ядов, 2013; Балашов, 2018 та ін.) підтвердили вмотивованість розглядати саморегуляцію як особливу форму поведінки особистості, де відбувається інтеграція результатів самопізнання та емоційно-ціннісного її ставлення до себе. Отож, актуалізується механізм рефлексії в процесі самоаналізу етапів діяльності, ваги й змісту вчинків і взаємин.

Зважаючи на визнання, що психологічне здоров'я як явище чи не найбільш повноцінно асоціюється з поняттями «цілісність», «гармонійність», а духовність особистості виступає тим утворенням, що вбирає єдність об'єктивного й суб'єктивного, актуалізується важливий канал, через який психіка регулює сфери життя – емоційна сфера. Виняткова її вагомість убачається психологами, зокрема, в ракурсі підтримання балансу психологічного здоров'я та його поновлення й збагачення. Так, експериментальним шляхом доведено, що особи з високим рівнем стресу «мають схеми провини й некерованості», отримують більш високі показники «в когнітивних схемах безкомпромісних стандартів/гіперкритичності» (Сардарзаде, 2019: 236). Ува-

жаємо, що в площині порушеної проблематики суттєве значення має сучасна інтерпретація терміна «емоційний інтелект», а саме: не лише в сенсі, котрий позиціонують його автори (за Дж. Мейерром і П. Соловей, це когнітивна здібність міркувати про емоції та використувувати їх задля поліпшення розумової діяльності); ідеться про механізми впливу емоційного інтелекту на процес забезпечення особистістю і власного суб'єктивного благополуччя, і підтримування доброзичливих стосунків з оточенням, і працю як засіб самореалізації та повного розкриття особистісного потенціалу (Четверик-Бурчак, 2015: 63).

У намаганні окреслити абриси саме емоційного складника в такому інтегративному явищі, яким постає психологічне здоров'я сучасної молодшої людини, привертає посилену увагу розгляд науковцями емоцій та емоційного інтелекту крізь призму стратегій життєздійснення. Зокрема, визнано виправданим таке зауваження: «...відчуття, почуття, емоції та афекти сповіщають як про наближення особистості до себе, так і про її самовіддалення» (Карпенко, 2019: 70).

Важко переоцінити роль емоційного складника в такому утворенні, яким постає психологічне здоров'я у зв'язку з прийнятим у психологічній науці положення про його зв'язок із потребами особистості – в емоціях відображається ступінь задоволення потреб. Як відомо, у контексті різних психологічних концепцій нараховано науковцями різний їх перелік (наприклад, за А. Маслоу, ідеться про 15 потреб, а за Мак-Дугаллом – 18). Учені дійшли згоди, власне, щодо того, що в психологічно здорової людини діє єдиний механізм «апарату» емоцій, що дало їм змогу припускати можливість вибудовування моделі системи його функціонування. Так, за О. Злобіним (Злобін, 1991), правомірно системоутворювальною вважаємо емоцію страху; наявний перелом негативних емоцій у такій системі в напрямі позитивних (до речі, властивих лише людині, як-от сором, емоція рішучості, радість). Через дію закону інтегративності, як зауважує розробник моделі «Хвилі емоцій», можемо побудувати й матрицю (поле) емоцій людини (Злобін, 1991: 98–99). Отже, проблематика потреб (як основ емоцій людини) становить предмет наукових дискусій, де за основу взято психологічний факт щодо того, що в психологічно здорової людини впродовж її життєвого шляху інтегративно й послідовно виникають матеріальні (фізіологічні, побутові, репродуктивні) та духовні (самовираження, спілкування, самоутвердження) потреби, а тому логічно припускати таке: відповідному рівню потреб властива й домінуюча емоція.

З огляду на провідний вид діяльності студентства – навчально-професійну – науковий інтерес становить таке утворення, як «емоційний мозок», оскільки науковці стверджують, що саме в ньому відбувається найвища когнітивна активність особистості. Справа в тому, що тут здійснюється процес «відбору» всієї сенсорної інформації, котра надходить до особистості, а вже сигнали «емоційного мозку» впливають на діяльність і ендокринної, і рухової, і імунної, і соматичної, і вісцеральної систем (Пейн, Купер, 2008).

Природне зацікавлення становив характер самооцінних суджень студентів щодо емоційного складника їхнього психологічного здоров'я. Використавши методику частотного аналізу отриманих результатів опитування, можемо зробити принаймні такі узагальнення. По-перше, найчастіше респонденти характеризують цей складник сукупністю таких явищ, як тривожність, нервозність, агресивність. Якщо в судженнях здобувачів освітнього ступеня «бакалавр» перше рангове місце посідає «нервозність», то в магістрантів – «тривожність». Можна припустити, що така ситуація пов'язана з дорослішанням особистості, котра зумовлює більш ущільнений зв'язок її емоційної сфери з відповідальністю особистості та її очікуваннями в процесі життєдіяльності.

По-друге, порівняння набутих емпіричних даних за параметром «майбутні фахівці гуманітарного та технічного профілю» засвідчують наявність у них незначних розбіжностей: кожний другий студент, який навчається у вищій школі на технічних спеціальностях, вважає, що йому притаманна агресивність, а таку позицію окреслює 39 % (із 67 осіб), які опановують у вищій школі гуманітарні спеціальності. Можемо припустити, що це зумовлено віддзеркаленням гендерної своєрідності, адже ж більшість майбутніх фахівців технічного профілю – представники чоловічої статі.

Розуміємо відносність дослідницької значущості набутого емпіричного матеріалу, оскільки йдеться про самооцінні судження респондентів. Водночас означене все ж доводить актуальність проблеми, пов'язаної з поглибленням наукових уявлень про емоційні особливості психологічного здоров'я сучасного студентства задля розвитку їхньої здатності до емоційної саморегуляції на найсуттєвішому етапі особистісно-професійного становлення – в умовах університетської освіти.

Як зазначено, у нашому розумінні психологічне здоров'я особистості – це прижиттєва інтегративна особистісна властивість. А від-

так, нашу дослідницьку увагу сконденсовано на концепціях, які дають змогу, з одного боку, одночасно утримувати в полі зору і інтегративність явищ «особистість» та «властивість» з урахуванням сучасних психологічних уявлень про макроструктурний вияв особистості (тобто «індивід – суб'єкт – особистість – індивідуальність»), і емоційність, що відтворює індивідуальне «емоційне прочитання» (зокрема сучасним студентом) певної емоціогенної ситуації. Ми дійшли висновку, що такою концепцією виступає континуально-ієрархічна модель особистості (Саннікова, 2018). Такий підхід у повному обсязі відповідає окресленим параметрам, а тому дає змогу в процесі дослідження впритул підійти до вивчення емоційного складника психологічного здоров'я; до того ж, експериментальним шляхом установити впливовість емоційності на рівнях розвитку особистості студента – формально-динамічному, змістовно-особистісному та соціально-імперативному (тобто зберігаючи структурну цілісність особистості) і її інтегрованої властивості – психологічне здоров'я (у розрізі позитивної динаміки якісних ознак – збереження, зміцнення, покращення (розвиток)).

**Висновки.** Здоров'я особистості сучасної молоді людини в психологічній сфері становить нині, як ніколи раніше, актуальну соціально-психологічну проблему. Її розв'язання – у площині розробки теорії психологічного здоров'я особистості, у межах теоретико-методологічних орієнтирів якої уможливленим стало б розширення наукових уявлень про складові частини психологічного здоров'я особистості юнацького віку. Зваживши на психологічну характеристику такого вікового періоду становлення особистості, бачимо загострення проблематики саме емоційно-особистісних особливостей її психологічного здоров'я. У результаті проведеної аналітичної роботи доведено конструктивність, зокрема, теоретичних концептів психології рефлексії в аспекті уточнення наукового статусу поняття «психологічне здоров'я особистості» та континуально-ієрархічної моделі особистості, що сприяє поглибленню наукових уявлень саме про емоційно-особистісні особливості психологічного здоров'я студентської молоді.

Перспективи подальших наукових розвідок убачаються у визначенні діагностувального інструментарію як основи емпіричного дослідження емоційного складника здоров'я студентів у психологічній сфері.

### **Література**

1. Ананьев, Б. Г. (2008). *Личность, субъект деятельности, индивидуальность*. Москва: Директмедиа Паблишинг, 134 с.
2. Бочелюк, В. Й. (2019). Особливості психологічної допомоги особистості в ситуації життєвої кризи в період глобальних соціально-економічних змін. *Стан та перспективи розвитку педагогіки та психології в Україні та освіті*: зб. тез наук. праць. Київ, 68–71.
3. Карпенко, Є. В. (2019). Аксіологічний зміст емоційного інтелекту як запорука конгруентного життєздійснення особистості. *Психологія і суспільство*, № 1(75), 67–73.
4. Набил, Диаб (2019). Ценность собственной жизни у студентов: структура и типология. *Стан та перспективи розвитку педагогіки та психології в Україні та світі*: зб. наук. праць. Київ, 56–60.
5. Пейн, Р., Купер, К. (2008). Эмоции и работа. *Теории исследования и методы применения*/пер. с англ. Харьков: Изд-во «Гуманитарный центр», 544 с.
6. Саннікова, О. П. (2018). Континуально ієрархічна модель особистості *Психологія і суспільство*, № 3–4 (73–74), 166–177.
7. Сардарзаде, Сурена (2019). Роль когнітивних й емоційних схем у стресі *Психологічні перспективи*, Вип. 33. Луцьк, 235–247.
8. Семенов, И. Н. (2005). Рефлексивная психология творчества: концепции, экспериментатика, практика. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, Т. 2, № 4, 65–73.
9. Токман, А. А., Немченко, Н. В. (2015). *Психология способу життя*: навч. посіб., Ч. I. Київ: ДП «Вид. дім «Персонал», 344 с.
10. Чепелева, Н. В., Рудницька, С. Ю. (2018) Психологічна характеристика особистості, здатної до самопроектувння, *Педагогіка і психологія*, № 1, 71–77.
11. Четверик-Бурчак, А. (2015). Механізм впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості (Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01). Дніпропетровськ, 187 с.
12. Шпрангер, Э. (2014). *Формы жизни: гуманитарная психология и этика личности* (Пер. с нем.). Москва: «Канок»; РООИ «Реабилитация», 400 с.
13. Юдин, Б. Г. (2000). Здоровье как акт, норма и ценность. *Мир психологии*, № 1, 54–68.
14. Юнг, К.-Г. (2010). Об энергетике души (Пер. с нем.). Москва: Академ. проект, Фонд «Мир», 297 с.
15. Ricchiard, P., Emanuel, F. (2018). Soft skill assessment in higher education (Valuare le soft skill in universita). *Journal of Educational. Cultural and Psychological Studies*, 18, 21–53.
16. Splichal, J. M., Oshima, J., Oshima, R. (2018). Regulation of collaboration in project-based learning mediated by CSCL scripting reflection. *Computers and Education*, 125, 132–145.

### **References**

1. Anan'yev, B. G. (2008). *Lichnost', sub'yekt deyatel'nosti, individual'nost'* [Personality, subject of activity, individuality]. Moskva: Direktmedia Publishing, 134 p. [in Russian].

2. Bochelyuk, V. Y. (2019). Osoblyvosti psykholohichnoyi dopomohy osobystosti v sytuatsiyi zhyt'tyevoyi kryzy v period hlobal'nykh sotsial'no-ekonomichnykh zmin. *Stan ta perspektyvy rozvytku pedahohiky ta psykholohiyi v Ukrayini ta osviti [Features of psychological assistance to the individual in the situation of life crisis in the period of global socio-economic changes, Status and prospects of development of pedagogy and psychology in Ukraine and education: Coll. of theses of sciences]*. Kiyev, 68–71 [in Ukrainian].

3. Karpenko, Ye. V. (2019). Aksiolohichnyy zmist emotsiynoho intelektu yak zaporuka konhruentnoho zhyt'tyezdiysnennya osobystosti [Axiological content of emotional intelligence as a pledge of congruent life realization of personality]. *Psykholohiya i suspil'stvo*, 1 (75), 67–73 [in Ukrainian].

4. Nabil, Diab (2019). Tsennost' sobstvennoy zhizni u studentov: struktura i tipologiya [Students' own life value: structure and typology] *Stan ta perspektyvy rozvytku pedahohiky ta psykholohiyi v Ukrayini ta sviti*. Kiyev, 56–60 [in Russian].

5. Peyn, R., Kuper, K. (2008). Emotsii i rabota. *Teorii issledovaniya i metody primeneniya [Emotions and work. Theories of research and methods of application]*. Khar'kov: Gumanitarnyy Tsentr [in Russian].

6. Sannikova, O. P. (2018). Kontynual'no iyerarkhichna model' osobystosti [Continuous Hierarchical Model of Personality]. *Psykholohiya i suspil'stvo*, 3–4 (73–74), 166–177 [in Ukrainian].

7. Sardarzade, Surena (2019). Rol' kohnityvnykh y emotsiynykh skhem u stresii [The role of cognitive and emotional circuits in stress]. *Psykholohichni perspektyvy*, 33, 235–247 [in Ukrainian].

8. Semenov, I. N. (2005). Refleksivnaya psikhologiya tvorchestva: kontseptsii, eksperimentatika, praktika, Psikhologiya [Reflective psychology of creativity: concepts, experimentation, practice, Psychology]. *Zhurnal Vysshey shkoly ekonomiki*, (Vols 2), 4, 65–73 [in Russian].

9. Tokman, A. A., Nemchenko N. V. (2015). *Psykholohiya sposobu zhyt'tya [Psychology of lifestyle]*. Kiyev: Personal [in Ukrainian].

10. Chepelyeva, N. V., Rudnyts'ka, S. YU. (2018). Psykholohichna kharakterystyka osobystosti, zdatnoyi do samoproektuvnnya [Psychological characteristics of self-projecting personality]. *Pedahohika i psykholohiya*, 1, 71–77 [in Ukrainian].

11. Chetveryk-Burchak, A. (2015). *Mekhanizm vplyvu emotsiynoho intelektu na uspishnist' zhyt'tyedyal'nosti osobystosti [The mechanism of the influence of emotional intelligence on the success of a person's life activity]*. Candidate's thesis. Dnipropetrovs'k [in Ukrainian].

12. Shpranger, E. (2014). *Formy zhizni: Gumanitarnaya psikhologiya i etika lichnosti [Life Forms: Humanitarian Psychology and Ethics of Personality]*. Moskva: Kanok; ROOI Reabilitatsiya [in Russian].

13. Yudin, B. G. (2000). *Zdorov'ye kak akt, norma i tsennost' [Health as an Act, Norm and Value]*, *Mir psikhologii*, 1, 54–68 [in Russian].

14. Yung, K.-G. (2010). *Ob energetike dushi [On the energy of the soul]*. Moskva: Akademicheskiiy proyekt, Fond «Mir» [in Russian].

15. Ricchiard, P., Emanuel, F. (2018). Soft skill assessment in higher education (Valutare le soft skill in university). *Journal of Educational. Cultural and Psychological Studies*, (18), 21–53 [in English].

16. Splichal, J. M., Oshima, J., Oshima, R. (2018). Regulation of collaboration in project-based learning mediated by CSCL scripting reflection. *Computers and Education*, 125, 132–145 [in English].

Received: 24.10.2019

Accepted: 18.11.2019