

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ У ПЕРІОД ВІЙНИ: ЕМПІРИЧНИЙ АНАЛІЗ

Коструба Наталія

Волинський національний університет імені Лесі Українки,
м. Луцьк, Україна,

nataliia.kostruba@vnu.edu.ua

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3852-4729>

Поліщук Зорина

Волинський національний університет імені Лесі Українки,
м. Луцьк, Україна,

polischuk.zoryna2020@vnu.edu.ua

Мета. Дослідження спрямоване на емпіричне обґрунтування дослідження особливостей психологічного благополуччя студентів у період війни.

Методи. Для досягнення мети були використані шкала психологічного благополуччя К. Ріфф (адаптація Т. Д. Шевеленкової, П. П. Фесенко), шкала суб'єктивного благополуччя Г.Перуе-Баду (адаптація М.В. Соколової), короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ (українська адаптація М. Кліманської, І. Галецької).

Результати. Здійснений емпіричний аналіз особливостей психологічного благополуччя студентів у період війни дав можливість виявити, що у більшості опитаних зафіксовано середній рівень благополуччя, який проявляється у цілісному, реалістичному погляді на життя, відкритості до нового досвіду, безпосередності і природності переживань. Це свідчить про задоволеність студентами життям в цілому, психологічне благополуччя та оптимістичне світовідчуття не зважаючи на умови військових дій у країні. Було встановлено також, що з п'ятифакторної моделі рис особистості найбільш виражена у студентів дружелюбність, що свідчить про готовність до співчуття, лагідність, скромність та прихильність до інших і готовність допомогти. Виявлено статистично значимі відмінності у двох групах опитаних за такими показниками як позитивні відносини з оточуючими, особисте зростання, ціль у житті, самоприйняття, загальний показник психологічного благополуччя.

Висновки. Здійснений емпіричний аналіз особливостей психологічного благополуччя у війну продемонстрував, що для більшості опитаних притаманний середній рівень психологічного благополуччя. Порівняння показників досліджуваного явища у студентів жіночої та чоловічої статі

дозволило виявити ряд статистично значимих відмінностей. Так, досліджувані жіночої статі мають більш довірливі стосунки з оточуючими, дбають про їхнє благополуччя, постійно працюють над особистісним розвитком та нарощенням свого потенціалу, мають чіткі цілі та наміри у житті, позитивно ставляться до себе, приймають себе. Тоді як чоловікам важче будувати стосунки, бути відкритим, не мають інтересів у житті, не займаються самореалізацією, не бачать сенсу, не формулюють життєвих цілей, незадоволені собою, хочуть здаватися тими, ким не є.

Ключові слова: психологічне благополуччя, криза, війна, молодь.

Natalia Kostruba, Zoryna Polischuk. Students psychological well-being during the war: an empirical analysis.

Purpose. The study is aimed at empirically study of the peculiarities of students psychological well-being during the war.

Methods. To achieve the goal, the scale of psychological well-being by K. Riff (adapted by T. D. Shevelenkova, P. P. Fesenko), the scale of subjective well-being by H. Perue-Badu (adapted by M. V. Sokolova), a short five-factor questionnaire were used TIPI personality (Ukrainian adaptation of M. Klimanska, I. Galetska).

Results. The conducted empirical analysis of the features of the psychological well-being of students during the war made it possible to reveal that the majority of the respondents recorded an average level of well-being, which is manifested in a holistic, realistic view of life, openness to new experiences, immediacy and naturalness of experiences. This testifies to the students' satisfaction with life in general, psychological well-being and optimistic outlook, despite the conditions of military operations in the country. It was also established that from the five-factor model of personality traits, friendliness is the most pronounced in students, which indicates readiness for compassion, meekness, modesty and affection for others and willingness to help. Statistically significant differences were found in the two groups of interviewees in terms of such indicators as positive relationships with others, personal growth, purpose in life, self-acceptance, and a general indicator of psychological well-being.

Conclusions. The conducted empirical analysis of the characteristics of psychological well-being during the war demonstrated that the average level of psychological well-being is characteristic of the majority of respondents. A comparison of indicators of the studied phenomenon in female and male students revealed a number of statistically significant differences. Thus, female students have more trusting relationships with others, care about their well-being, constantly work on personal development and increasing their potential, have clear goals and intentions in life, have a positive attitude towards themselves, accept themselves. Whereas it is more difficult for men to build relationships, be open, have no interests in life, do not engage in self-realization, do not see meaning, do not formulate life goals, are dissatisfied with themselves, want to appear to be someone they are not.

Key words: psychological well-being, crisis, war, youth.

Вступ. В період війни надзвичайно гостро постає проблема психологічного добробуту особистості, задоволення власним життям та відчуття щастя. Війна руйнує базове відчуття безпеки, захищеності, посилює тривогу за себе та близьких, що значно впливає на психологічне благополуччя людей.

У трактуванні змісту поняття психологічного благополуччя прийнято виділяти два основні підходи: гедоністичний та евдемоністичний.

З гедоністичної точки зору суб'єктивне задоволення життям як результат оцінки індивідом життєвих подій вважається таким, що лежить в основі психологічного благополуччя і служить його когнітивним компонентом. Реалізація позитивного афекту та відсутність негативного виступають як «динамічні та афективні компоненти суб'єктивного благополуччя» (Хендерсон та ін., 2013).

Евдемоністичний підхід стверджує, що психічне здоров'я є результатом саморегуляції людиною своїх спонукань до світу, а створення особистого стилю життя є результатом її ідеї про шляхи досягнення щастя. У цьому підході особистісне зростання, спільні особисті ресурси, відкритість світу, готовність вирішувати й долати життєві проблеми є важливими аспектами психологічного благополуччя (Волинець, 2017).

Автор терміну «психологічне благополуччя», Н. Бредбурн порівняв його із суб'єктивними відчуттями благополуччя та загальним задоволенням життям. На його думку, благополуччя особистості досягається через задоволеність життям і відчуття щастя (Bradburn, 1969).

Комплексний підхід до вивчення психологічного благополуччя був запропонований у 90-х роках 20 ст., який пропонує розглядати його як баланс між позитивними і негативними аспектами. Це спроба об'єднати в цілісну модель різні підходи до розуміння заданого феномену: теорії, що розглядають автономність, самодостатність та особистісне зростання як визначальні критерії повноцінного функціонування особи; підходи, що наголошуючи на вагомості позитивних міжособистісних взаєностосунків для суб'єктивного відчуття щастя та благополуччя; концепції, які вважають пошук сенсу життя та здійснення життєвих завдань детермінантами покращення особи (Каргіна, 2015).

Ще один підхід трактує психологічне благополуччя – це складне

цілісне переживання, яке може виражатись у суб'єктивних відчуттях щастя, задоволеністю собою та власним життям, що тісно пов'язується із базисними цінностями і потребами людини (Яворська, Філоненко, 2014).

Негативні наслідки для психічного здоров'я пов'язаних із війною, добре задокументовані в сучасній психологічній літературі. Більшість досліджень, які проводилися серед населення, що постраждало від війни, вказують на зв'язок між військовою травмою та наявністю різних розладів психічного здоров'я. Наприклад, група вчених досліджувала психічні розлади після війни в п'яти країнах (Боснія-Герцеговина, Хорватія, Косово, Республіка Македонія та Сербія) і виявили, що потенційно травматичний досвід під час і після війни пов'язаний з вищими показниками розладів настрою і тривожністю (Gorst-Unsworth, Goldenberg, 1998).

Лише завдяки глибшому розумінню воєнних конфліктів і багатьох проблем психічного здоров'я, які виникають через них, можна розробити послідовні та ефективні стратегії їх вирішення. За оцінками Всесвітньої організації охорони здоров'я у ситуаціях збройних конфліктів у всьому світі «у 10% людей, які пережили травматичні події, виникнуть серйозні проблеми з психічним здоров'ям, а ще у 10% розвинеться поведінка, яка перешкоджатиме їхній здатності ефективно функціонувати. Найбільш поширеними станами є депресія, тривога та психосоматичні проблеми, такі як безсоння, біль у спині та животі» (World Health Organization, 2005).

Є декілька досліджень щодо наслідків травм пов'язаних із повстаннями «арабської весни» у 2010-2012 роках. Ці дослідження вивчають зв'язок симптомів ПТСР з тортурами та іншими травматичними подіями серед курдських біженців, які живуть у регіоні Курдистан, Ірак. Результати показали, що оцінені рівні симптомів посттравматичного стресового розладу були високими: від 35 до 38%. Гендерні відмінності у виникненні симптомів ПТСР не виявлені. Були значні позитивні кореляції між ПТСР і травматичними подіями та катуваннями (Amowitz et al., 2004).

Мета нашого дослідження - це обґрунтувати та емпірично дослідити особливості психологічного благополуччя студентів у період війни.

Методи та процедура дослідження. Для реалізації мети дослідження був підібраний інструментарій дослідження, який

дозволяє вивчити психологічні основи психологічного благополуччя студентів у період війни. Методологічну базу дослідження склали такі методики: шкала психологічного благополуччя К. Ріфф (адаптація Т. Д. Шевеленкової, П. П. Фесенко) (Карсканова, 2011), шкала суб'єктивного благополуччя Г.Перуе-Баду (адаптація М.В. Соколової), короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ (українська адаптація М. Кліманської, І. Галецької) (Кліманська, 2019).

Експериментальну базу дослідження склали студенти факультету психології Волинського національного університету імені Лесі Українки. В опитуванні взяло участь 30 осіб, студентів 1-4 курсів, факультету психології, віком 17-21 роки. Вибірка дослідження включає в себе 73,33 % осіб жіночої статі та 26,67 % чоловічої. Щодо вікового розподілу респондентів дослідження, у ньому взяли участь 16,67 % віком 17 років, 36,67% – 18 років, 33,33% – 19 років, студентів віком 20 років – 3,33 %, 21 років – 10,00 %.

Обговорення результатів. Для оцінки рівня психологічного благополуччя була використана шкала психологічного благополуччя К. Ріфф (адаптація Т. Д. Шевеленкової, П. П. Фесенко). Психологічне благополуччя має стосунок до евдемоністичної традиції в психології щастя, і вимірюється методикою в якості «інтегрального показника ступеня спрямованості людини на реалізацію основних компонентів позитивного функціонування, що виокремлюються в контексті теорії психологічного благополуччя К. Ріфф як базові», а також «ступеню реалізованості цієї спрямованості, що суб'єктивно виражається в відчутті щастя, задоволеності собою та власним життям». Отримані результати методики у відсотковому значенні представлені на рисунку 2.

На рисунку 1 ми бачимо, що за отриманими даними опитування, серед 30 студентів 26,67 % мають низький рівень психологічного благополуччя, середній рівень спостерігаємо в 66,67%, та високий рівень у 6,67%. Такі результати свідчать, що більшість опитаних задоволені життям в цілому, відчувають психологічне благополуччя та оптимістичне світовідчуття.

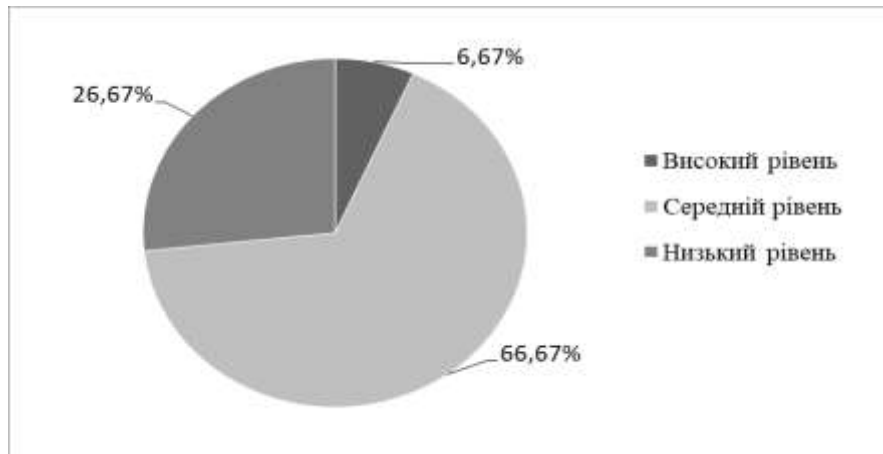


Рис.1. Розподіл відповідей за рівнями психологічного благополуччя (у %)

На рисунку 2 зображені отриманні результати по кожній шкалі. Так, за шкалою 1 низький рівень мають 30 % опитуваних, середній рівень – 70%, і 0% мають високий рівень. За шкалою 2 низький рівень мають 13,33%, середній – 56,67%, високий рівень є у 30% студентів. За шкалою 3 низький рівень є у 40% досліджуваних, середній рівень – 60%, високий – 0%. За шкалою 4 низький рівень мають 16,67% студентів, середній – 63,33%, а високий – 20,00%. За шкалою 5 низький рівень у 30,00%, середній – 66,67%, високий рівень у 3,33%. За шкалою 6 низький рівень мають 16,67% опитуваних, середній 73,33%, високий – 10,00%.

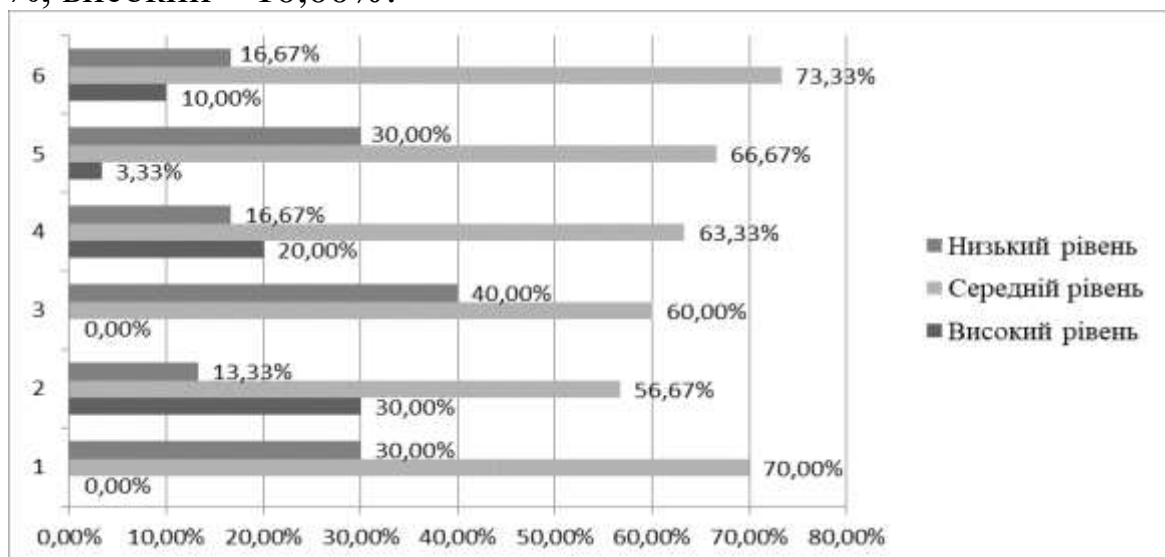


Рис. 2. Особливості психологічного благополуччя студентів

Примітка 1 – шкала «Позитивні відносини з тими, що оточують». 2 – шкала «Автономія». 3 – шкала «Управління середовищем». 4 – шкала «Особистісне зростання». 5 – шкала «Цілі у житті». 6 – шкала «Самоприйняття».

За шкалою «Самоприйняття» незначний відсоток студентів показали низький результат, а середні бали за цією шкалою найвищі.

Це означає, що студенти позитивно ставляться до себе, знають і приймають різні сторони свого «Я», включаючи гарні й погані якості, позитивно оцінюють своє минуле. Також за шкалою «Позитивні відносини з тими, що оточують» маємо 70% середнього рівня, що означає, що досліджувані мають задовільні, довірчі взаємини з оточуючими, піклуються про благополуччя інших, здатні співпереживати, допускають прихильність і близькі стосунки. В загальному, по кожній шкалі переважає середній рівень.

Наступним кроком дослідження була робота з шкалою суб'єктивного благополуччя Г. Перуе-Баду (адаптація М.В. Соколової). Методика є скринінговим психодіагностичним інструментом для вимірювання емоційного компонента суб'єктивного благополуччя, для оцінки якості емоційних переживань людини в діапазоні від оптимізму, бадьорості і впевненості в собі до пригніченості, дратівливості та відчуття самотності.

На рисунку 3 зображено, що за отриманими даними 13,33% мають низький рівень суб'єктивного благополуччя, 46,67% – середній, а 40,00% - високий. Більшість опитаних студентів мають середній або високий рівні суб'єктивного благополуччя. Особи з середнім рівнем характеризуються помірним суб'єктивним благополуччям. Серйозні проблеми у них відсутні, але про повний емоційний комфорт говорити не можна. А високий рівень свідчить про повне емоційне благополуччя досліджуваного та заперечення їм серйозних психологічних проблем. Така людина, швидше за все, має позитивну самооцінку, не схильна висловлювати скарги на різні нездужання, оптимістична, товариська, впевнена у своїх здібностях, ефективно діє в умовах стресу, не схильна до тривоги.

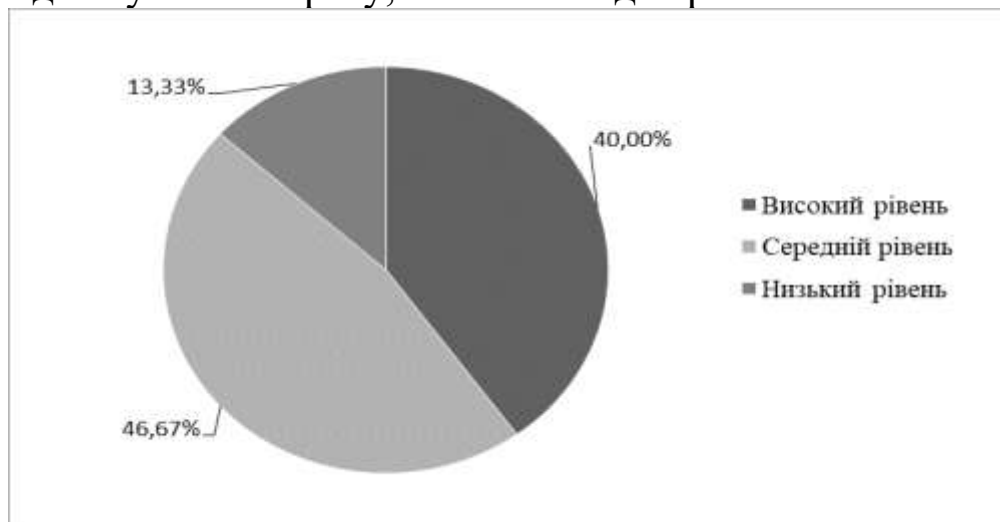


Рис. 3. Розподіл відповідей за рівнями суб'єктивного благополуччя (у %)

Далі, в ході дослідження, було використано короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ в адаптації М. Кліманської, І. Галецької для визначення п'яти фундаментальних рис особистості: екстраверсія, дружелюбність, добросовісність, емоційна стабільність та відкритість новому. Це найбільш загальні характеристики, що дозволяють отримати повні та всебічні характеристики особистості. Розподіл оцінок за середніми значеннями відображено на рисунку 5.

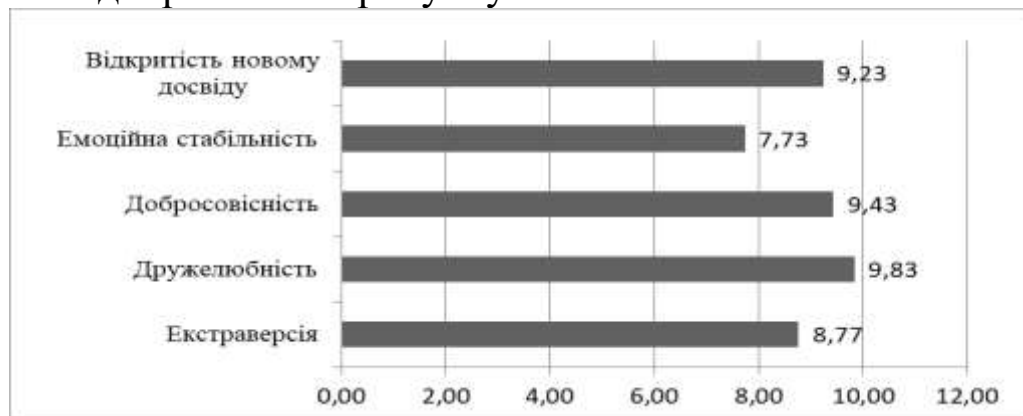


Рис. 4. Середні показники короткого п'ятифакторного опитувальника особистості

Розгляньмо середні показники короткого п'ятифакторного опитувальника особистості на рисунку 4. Порівнюючи середні показники за шкалами методики, бачимо, що у студентів домінує дружелюбність (9,83). Це характеризується багатством і яскравістю емоційних проявів, природністю і невимушеністю поведінки, готовністю до співпраці, чуйного, уважного ставлення до людей, доброти і м'якосердя. Такі особи товариські, мають багато близьких друзів, а в дружбу дбайливі, чуйні, теплі у відносинах, завжди виявляють жваву участь у долі своїх товаришів, знають про їхні переживання, радощі і турботи. Друге місце посідає добросовісність (9,43). Добросовісні люди, як правило, працьовиті і надійні. Якщо довести до крайності, вони також можуть бути «трудоголіками», перфекціоністами, і компульсивними у своїй поведінці. Дещо менше – відкритість новому досвіду (9,23). Студенти прагнуть шукати нового особистого досвіду і творчо уявляють своє майбутнє, відкриті для переживань, мають плавні стосунки зі своєю уявою, цінують мистецтво та естетику та відповідають своїм емоціям та почуттям оточуючих. За отриманими результатами, спостерігаємо найменше балів мають шкали екстраверсія (8,77) та емоційна стабільність (7,73). Низькі бали в шкалі емоційна стабільність можуть бути пов'язані зі

станом дезадаптації, тривожністю, втратою контролю над потягами, вираженою дезорганізацією поведінки.

Для більш детального опису отриманих даних ми здійснили пошук відмінностей у показниках психологічного благополуччя за статевою ознакою з вирахуванням t-критерій Стьюдента. Результати представлено у таблиці 1.

Таблиця 1

Статистично значимі відмінності у показниках психологічного благополуччя у чоловіків та жінок за результатами вирахування t-критерія Стьюдента

	Чоловіки		Жінки		t-критерій Стьюдента
	Mean	Standard Error	Mean	Standard Error	
Шкала 1. Позитивні відносини з тими, що оточують	51,88	2,56	60,91	1,95	-2,81**
Шкала 2. Автономія	52,25	3,51	59,23	1,79	-1,77
Шкала 3. Управління середовищем.	50,25	3,44	56,32	1,79	-1,56
Шкала 4. Особистісне зростання	54,63	4,55	65,00	1,91	-2,10*
Шкала 5. Ціль у житті	51,50	3,64	61,09	2,04	-2,30*
Шкала 6. Самоприйняття	46,88	3,23	60,50	2,52	-3,33**
Загальна шкала. Психологічне благополуччя	307,38	18,68	363,05	10,06	-2,62*

Примітка: ** - значущість результатів на рівні 0,01; * - значущість результатів на рівні 0,05.

Виявлено статистично значимі відмінності у двох групах опитаних за такими показниками як позитивні відносини з оточуючими ($t=-2,81$; $p<0,01$), особисте зростання ($t=-2,10$; $p<0,05$), ціль у житті ($t=-2,30$; $p<0,05$), самоприйняття ($t=-3,33$; $p<0,01$), загальний показник психологічного благополуччя ($t=-2,62$; $p<0,05$). Таким чином, досліджувані жіночої статі мають більш довірливі стосунки з оточуючими, дбають про їхнє благополуччя, постійно працюють над особистісним розвитком та нарощенням свого потенціалу, мають чіткі цілі та наміри у житті, позитивно ставляться до себе, приймають себе. Тоді як чоловікам важче будувати стосунки, бути відкритим, не мають інтересів у житті, не займаються самореалізацією, не бачать сенсу, не формулюють життєвих цілей, незадоволені собою, хочуть здаватися тими, ким не є.

Висновки і перспективи. Проведений теоретичний аналіз дає можливість зробити висновок про те, що психологічне благополуччя тлумачать крізь призму безпеки і комфортності домашнього середовища, атмосфери любові, що характеризується сімейними радощами, близькістю і гармонією, відкритістю і довірливістю міжособистісних взаємин, переконаннях у власних можливостях досягнення успіху в конкретній сфері життєдіяльності та соціальної взаємодії, її здатності долати перешкоди і труднощі на шляху до досягнення поставленої значущої особистісної мети.

Здійснений емпіричний аналіз особливостей психологічного благополуччя студентів у період війни дав можливість виявити, що у більшості опитаних зафіксовано середній рівень благополуччя, який проявляється у цілісному, реалістичному погляді на життя, відкритості до нового досвіду, безпосередності і природності переживань. Це свідчить про задоволеність студентами життям в цілому, психологічне благополуччя та оптимістичне світовідчуття не зважаючи на умови військових дій у країні. Було встановлено також, що з п'ятифакторної моделі рис особистості найбільш виражена у студентів дружелюбність, що свідчить про готовність до співчуття, лагідність, скромність та прихильність до інших і готовність допомогти. Здійснений статистичний аналіз з використанням t-критерія Стьюдента продемонстрував, що у жінок значно вищі показники психологічного благополуччя у війну, ніж у чоловіків. Така тенденція спостерігається за показниками: позитивні відносини з оточуючими, особисте зростання, ціль у житті, самоприйняття.

Перспективою нашого дослідження є розробка програми оптимізації психологічного благополуччя студентів під час війни. Також потребує уваги вивчення співвідношення складових психологічного благополуччя та особистісних особливостей студентської молоді.

Література

1. Волинець, Н.В. (2017). Теоретичний аналіз категорії «Психологічне благополуччя особистості» у сучасній психологічній науці. *Теорія і практика сучасної психології*, 1, 4-17.
2. Каргіна, Н.В. (2015). Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя: теоретичний аспект. *Наука і освіта*, 3, 48-55.
3. Карсканова, С.В. (2011). Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*, 1(142), 1-9.

4. Кліманська, М.Б. (2019). Українська адаптація короткого п'ятифакторного опитувальника особистості TIPI (TIPI-UKR). *Психологічний часопис*, 5(9), 57–74. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.9.4>
5. Хендерсон, Л.У., Тесс, Н., Бен Р. (2013). Дослідження переваг добробуту від гедонічної та евдемонічної поведінки. *Журнал позитивної психології*, 8(4), 322-336.
6. Яворська, Л.М., Філоненко, Г.С. (2014). Фактори становлення психологічного благополуччя особистості. *Наука і освіта*, 12, 212–220.
7. Amowitz, L.L., Kim, G., Reis, C. et al. (2004). Human rights abuses and concerns about women's health and human rights in southern Iraq. *JAMA*, 291, 1505-6.
8. Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
9. Gorst-Unsworth, C., Goldenberg, E. (1998). Psychological sequelae of torture and organised violence suffered by refugees from Iraq. Trauma-related factors compared with social factors in exile. *Br J Psychiatry*, 172, 90-4.
10. World Health Organization. (2005). *Resolution on health action in crises and disasters*. Geneva: World Health Organization.

References

1. Volynets, N.V. (2017). Teoretychnyi analiz katehorii «Psykhologichne blahopoluchchia osobystosti» u suchasni psykhologichni nauksi [Theoretical analysis of the category "Psychological well-being of the individual" in modern psychological science]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykhologii - Theory and practice of modern psychology*, 1, 4-17.
2. Karhina, N.V. (2015). Osnovni pidkhody do vyvchennia psykhologichnoho blahopoluchchia: teoretychnyi aspekt [Basic approaches to the study of psychological well-being: theoretical aspect]. *Nauka i osvita - Science and education*, 3, 48-55.
3. Karskanova, S.V. (2011). Opytuvalnyk «Shkaly psykhologichnoho blahopoluchchia» K. Riff: protses ta rezultaty adaptatsii [The K. Riff Scale of Psychological Well-Being Questionnaire: Adaptation Process and Outcomes]. *Praktychna psykhologhiia ta sotsialna robota - Practical Psychology and Social Work*, 1(142), 1-9.
4. Klimanska, M.B. (2019). Ukrainka adaptatsiia korotkoho piatyfaktornoho opytuvalnyka osobystosti TIPI (TIPI-UKR) [Ukrainian adaptation of the short five-factor TIPI personality questionnaire (TIPI-UKR)]. *Psykhologichnyi chasopys - Psychological journal*, 5(9), 57–74. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.9.4>
5. Khenderson, L.U., Tess, N., Ben R. (2013). Doslidzhennia perevah dobrobutu vid hedonichnoi ta evdemonichnoi povedinky [Exploring the welfare benefits of hedonic and eudaemonic behavior]. *Zhurnal pozytyvnoi psykhologii - Journal of Positive Psychology*, 8(4), 322-336.
6. Iavorska, L.M., Filonenko, H.S. (2014). Faktory stanovlennia psykhologichnoho blahopoluchchia osobystosti [Factors of formation of psychological well-being of the individual]. *Nauka i osvita - Science and Education*, 12, 212–220.
7. Amowitz, L.L., Kim, G., Reis, C. et al. (2004). Human rights abuses and concerns about women's health and human rights in southern Iraq. *JAMA*, 291, 1505-6.
8. Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
9. Gorst-Unsworth, C., Goldenberg, E. (1998). Psychological sequelae of torture and organised violence suffered by refugees from Iraq. Trauma-related factors compared with social factors in exile. *Br J Psychiatry*, 172, 90-4.
10. World Health Organization. (2005). *Resolution on health action in crises and disasters*. Geneva: World Health Organization.

Received: 18.08.2022

Accepted: 04.09.2022