ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 45

Видавничий дім «Гельветика»
2023

Редакційна колегія:

Шапошникова Ірина Василівна *– доктор соціологічних наук, професор*

Лісеєнко Олена Василівна *– доктор соціологічних наук, професор*

Алісаускіене Мілда *– доктор соціальних наук, професор*

Бендаравечіне Ріта *– доктор соціальних наук та порівняльної політики, асоційований професор*

Ендріулайтіене Ауксе *– доктор психологічних наук, професор*

Тавровецька Наталія Іванівна *– кандидат психологічних наук, доцент*

Терешкінас Артурас *– доктор соціальних наук, професор*

Хижняк Лариса Михайлівна *– доктор соціологічних наук, професор*

Волошенко Марина Олександрівна *– кандидат педагогічних наук, доцент*

Кузьменко Вячеслав Віталійович *– доктор філософських наук, професор*

Деркач Лідія Миколаївна *– доктор психологічних наук, професор*

Асєєва Юлія Олександрівна *– доктор психологічних наук*

Науковий журнал «Габітус» включено до Переліку наукових фахових видань України (категорія «Б») з психологічних та соціологічних наук (спеціальності: 053. Психологія, 054. Соціологія) відповідно до Наказу МОН України від 17.03.2020 № 409 (додаток 1)

Журнал включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus International (Республіка Польща)

Електронна сторінка видання – www.habitus.od.ua

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій (протокол № 1 від 30.01.2023 року)

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення StrikePlagiarism.com від польської компанії Plagiat.pl.

Науковий журнал «Габітус» зареєстровано
Міністерством юстиції України
(Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації
серія КВ № 22415-12315Р від 22.11.2016 року)

ISSN (Print): 2663-5208
ISSN (Online): 2663-5216

© ПУ «Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій», 2023

ДИНАМІКА РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ У ПРИКОРДОННОМУ РЕГІОНІ В УМОВАХ ВІЙНИ

DYNAMICS OF THE LEVEL OF ANXIETY OF HIGHER EDUCATION ACQUISITIONERS IN THE BORDER REGION IN WAR CONDITIONS

УДК 159.942
DOI https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.45.9

Заушнікова М.Ю.
к. психол. н., доцент кафедри психології, педагогіки та соціології
Державний податковий університет

Тонкопей Ю.Л.
к.н. з фіз. виховання та спорту,
доцент кафедри громадського здоров'я та медико-біологічних основ фізичної культури
Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка

Пєтухова І.О.
к. пед. н., доцент,
завідувачка кафедри психології, педагогіки та соціології
Державний податковий університет

У статті представлено результати дослідження динаміки рівня тривожності здобувачів вищої освіти у прикордонному регіоні в умовах війни. Висвітлено теоретичні основи дослідження, де представлено роботи вітчизняних і зарубіжних учених щодо проблеми адаптації, адаптивної поведінки, адаптивних можливостей студентів різних спеціальностей.

Зазначено, що процес адаптації студентської молоді до навчання у вищих навчальних закладах в умовах воєнного стану впливає на результат навчальної діяльності, формування адекватної поведінки, на внутрішній психологічний комфорт та на успішну взаємодію з оточуючими, проте на тлі прояву високого рівня тривожності, спричиненого постійними негативними екзогенними та ендогенними чинниками в умовах війни, кожен здобувач прагне задовольнити базову потребу у самозбереженні та психологічній безпеці, використовуючи різні стратегії поведінки.

Проведене емпіричне дослідження показало, що виявлений високий рівень реактивної тривожності у здобувачів на початковому етапі дослідження посилюється наявністю особистісної тривожності та свідчить про прояв недостатньої впевненості, схильності до рефлексії та низького самоконтролю. У кінці календарного року у респондентів, що проживають у прикордонній зоні та зоні бойових дій, виявлено загалом помірний прояв ОТ. Такі здобувачі почуваються себе впевненіше, зберігають емоційну рівновагу у складних ситуаціях, до яких вони вже встигли адаптуватися. Динаміка референтних чинників пристосування показників помірного та високого рівнів особистісної та реактивної тривожності засвідчує факт мінливості зазначених тривожних реакцій нейрогуморальної регуляції, що можуть стимулювати сприйняття реальних подій та трансформувати фізіологічні й психологічні відповіді організму у цілому.

Дослідження психічних процесів молоді та динаміки їх змін на різних етапах у прикордонному регіоні в умовах війни показало, що емоційно забарвлені психічні стани можуть ускладнювати сприйняття реальних подій, а слабкі прояви емоційних реакцій не здатні забезпечувати необхідний рівень адаптації до кризових ситуацій.

Ключові слова: *тривожність, динаміка, здобувачі вищої освіти, адаптація стратегії поведінки, прикордонний регіон.*

The article presents the results of a study of the dynamics of the level of anxiety of students of higher education in the border region in the conditions of war. The theoretical foundations of the research are highlighted, where the works of domestic and foreign scientists are presented regarding the problem of adaptation, adaptive behavior, adaptive capabilities of students of various specialties.

It is noted that the process of adaptation of student youth to study in higher educational institutions under martial law affects the result of educational activities, the formation of adequate behavior, internal psychological comfort and successful interaction with others, however, against the background of the manifestation of a high level of anxiety caused by constant negative exogenous and endogenous factors in the conditions of war, each acquirer seeks to satisfy the basic need for self-preservation and psychological security using different behavioral strategies.

The conducted empirical study showed that the detected high level of reactive anxiety among applicants at the initial stage of the study is aggravated by the presence of personal anxiety and indicates the manifestation of insufficient confidence, tendency to reflection and low self-control. At the end of the calendar year, the respondents living in the border zone and the combat zone showed a generally moderate manifestation of OT. Such achievers feel more confident, maintain emotional balance in difficult situations to which they have already managed to adapt. The dynamics of the reference factors for the adaptation of indicators of moderate and high levels of personal and reactive anxiety testifies to the fact of the variability of the indicated anxiety reactions of neurohumoral regulation, which can stimulate the perception of real events and transform the physiological and psychological responses of the organism as a whole.

The study of the mental processes of young people and the dynamics of their changes at different stages in the border region in the conditions of war showed that emotionally colored mental states can complicate the perception of real events, and weak manifestations of emotional reactions are not able to provide the necessary level of adaptation to crisis situations.

Key words: *anxiety, dynamics, students of higher education, behavioral strategy adaptation, border region.*

Постановка проблеми. Сьогодення українського суспільства відбувається в умовах війни, що стала глобальною проблемою для всіх верств населення. На жаль, повномасштабне вторгнення країни-агресора дотепер вносить свої трагічні зміни в усі сфери діяльності України як незалежної держави.

Освітня галузь на тлі війни зазнає вражаючих збитків, але найбільша трагедія стала в унеможливленні реалізації права на навчання та отримання знань поколінь від дошкілля до студентства.

Попередній досвід забезпечення освіти в умовах світового поширення пандемії COVID-19 дав змогу частково налагодити

навчальний процес дистанційно, використовуючи Інтернет-платформи та комунікативні технології комп'ютерних систем. Не стала винятком і фахова вища освіта, адже швидка критична зміна умов навчального процесу під постійним впливом екстремальних стресових чинників привернула пильну увагу педагогічної та психологічної спільноти. Одним із першочергових завдань, що стояло перед ними, є розроблення психолого-педагогічного супроводу учасників освітнього процесу щодо подолання прояву їхньої тривоги та оволодіння новими стратегіями поведінки й збереження їхнього психічного здоров'я в умовах воєнного стану. Різноспрямоване забезпечення вищої освіти в умовах війни набуло статусу державної політики, оскільки зросло усвідомлення, що рівень вищої освіти в державі визначає її майбутній розвиток.

Аналіз останніх публікацій. Проблема адаптації, адаптивної поведінки, адаптивних можливостей була предметом вивчення як вітчизняних, так і зарубіжних учених. Увага науковців була зосереджена, зокрема, на вивченні адаптаційних можливостей людини (О. Д. Литвиненко, А. Бек, Ф. Б. Березін, А. Елліс, Ж. Піаже), адаптаційних механізмів особистості через поведінку, стимулів та реакцій на стрес (З. Фройд, Б. Скінер, Е. Торндайк), адаптивної поведінки особистості (М. І. Блажівський, О. М. Галус, І. І. Галецька, В. М. Плетенець, Р. Хербер, Д. Гроссман та ін.).

Ученими досліджувалися проблеми адаптивної поведінки студентів різних спеціальностей, зокрема: визначення умов адаптаційного процесу (В. І. Седін, В. П. Щербакова, Р. М. Заріпов та ін.); вплив на адаптацію індивідуально-психологічних та особистісних особливостей студентів (Н. Е. Касаткіна, А. С. Верозуб, Є. М. Ємельянов, та ін.); індивідуально-психологічні детермінанти адаптивної поведінки (В. А. Агарков, Л. А. Александрова, Ю. В. Гладишев, А. В. Котенєва, Е. С. Драгомарецька та ін.); вивчення основних стратегій поведінки студентів (С. А. Починок, Л. В. Жихарєва, Т. А. Лабаєва та ін.).

Отже, у зв'язку з адаптацією вищої освіти до умов воєнного стану актуальним є дослідження психологічної адаптації студентської молоді до навчання у вищих навчальних закладах. Беззаперечно, від ефективності цього процесу залежать не лише результат навчальної діяльності, формування адекватної поведінки й внутрішнього психологічного комфорту, оптимальна взаємодія з оточуючими та вся система соціальних зв'язків в освітньому середовищі, а й більш глобально визначаються перспективи розвитку суспільства майбутнього. З одного боку, пригнічений психологічний стан, а з іншого – віра в майбутній різнобічний потенціал дає впевненість, що вища освіта за сприятливих умов впливає на розвиток усіх рівнів психіки здобувача: формує тип мислення, загальний інтелектуальний розвиток, увагу, рівень розвитку логічних операцій, ерудованість, широту пізнавальних інтересів, мотиваційну спрямованість, працездатність, акуратність під час навчальної діяльності, цілеспрямованість, що характеризує їхню навчальну і професійну компетентність.

Однак на тлі високого рівня тривожності, спричиненого постійними негативними екзогенними та ендогенними чинниками в умовах війни, кожна особистість прагне задовольнити базову потребу самозбереження та психологічної безпеки. Сучасні дослідники наголошують на вивченні ролі тривожності та її наслідків, що впливають на процес адаптації до стресових чинників [5]. На їхню думку, особистісна тривожність є чинником соціально-психологічної дезадаптації, а ситуативна тривожність є її симптомом або наслідком.

Гострим і водночас делікатним питанням освітнього простору стала організація навчання у прикордонних областях України, адже потенційно високий рівень військової небезпеки не дає змоги забезпечити умовну зону фізичного, психічного та психологічного комфорту. Тому необхідно актуалізувати питання визначення ролі тривожності у формуванні почуття безпеки як чинника пристосування до умов військового стану здобувачів вищої освіти у прикордонному регіоні України.

Мета дослідження – дослідити динаміку рівня тривожності здобувачів вищої освіти у прикордонному регіоні в умовах війни.

Організація та методи дослідження. Психологічна діагностика тривожності студентської молоді першочергово проводиться задля виявлення її актуального (ситуативного) рівня і, відповідно, щоб у подальшому його знизити за допомогою протоколів екстреної психологічної допомоги, а також допомогти оволодіти новими стратегіями поведінки [6].

Дослідження рівня ситуативної (реактивної) тривожності та психічного стану студентів, що проживають та навчаються на території прикордонного регіону, було реалізовано за допомогою тесту Спілбергера – Ханіна. Ситуативна тривожність пов'язана з відчуттям напруги, стурбованості, безпорадності, невизначеності, а також зі зростанням загальної збудливості, зниженням порогу чутливості, коли

раніше нейтральні стимули набувають негативного емоційного забарвлення. Указана методика включає 40 питань, перші 20 характеризують реактивну тривожність (РТ), яка є емоційним станом, що виникає унаслідок дії об'єктивних, але невизначених або несприятливих умов. У такому разі реактивна тривожність має адаптаційний характер, якщо не перевищує певного оптимального рівня, оскільки підвищена РТ зумовлює появу дезадаптації. Інші 20 питань акцентували на особистісній тривожності (ОТ) як стійкої риси, індивідуальної психологічної особливості.

Для визначення особливостей психічних станів здобувачів вищої освіти було апробовано методику «самооцінка психічних станів» за Г. Айзенко та було проаналізовано стани за шкалами тривожності, фрустрованості, агресивності і ригідності.

У дослідженні взяли участь 43 здобувачі вищої освіти Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка третього року навчання денної форми віком 19–20 років.

Отримані результати дослідження підлягали математичній та статистичній обробці за допомогою прикладної програми STATISTICA 8.0. Для первинної підготовки таблиць і проміжних розрахунків використовувався пакет Excel. Математична обробка результатів дослідження включала метод розрахунку первинних статистичних показників. Достовірність відмінностей оцінювалася за рівнем значущості *p*.

Виклад основного матеріалу дослідження. Досліджуючи динаміку рівня тривожності, ми розглядали, по-перше, як результат взаємодії неспецифічної генералізованої активності, джерелом якої є гіпоталамус і ретикулярна формація центральної нервової системи, що неспецифічно відгукуються на безперервний вплив стресового чинника (у нашому випадку військові дії на прикордонні Сумщини); по-друге, як наслідок специфічної активності, що залучає низку локальних структур залежно від властивостей і особливостей мозкових півкуль у ролі фізіологічних основ механізмів реакції; по-третє, як вагомий психофізіологічний чинник процесу пристосування на тривалість впливу негативного фактору у хронологічному сенсі.

Референтними чинниками пристосування студентів до екстремальних умов проживання та навчання на території Сумщини нами виокремлено значення реактивної (РТ) й особистісної (ОТ) тривожності, самопочуття, активності, настрою. Це можна пояснити тим, що під час навчання в умовах війни на тлі засвоєння великого обсягу нової навчальної інформації, ризик небезпеки все-таки є домінантним чинником, що може зумовлювати виникнення психоемоційного напруження, втоми, порушення стану здоров'я. Дослідження саме особистісної й реактивної тривожності було пов'язано з тим, що високий їх рівень має значний вплив на сприйняття умов середовища та здатності досягати мети в умовах стресового чинника, як наслідок, виявляється у зниженні самооцінки та впевненості у власних можливостях наших респондентів. Натомість оптимістичні зміни рівня тривожності відбулися протягом календарного часу від травня до грудня 2022 р. Так, за допомогою аналізу отриманих результатів та статистичної обробки встановлено, що є прояв високого рівня особистісної тривожності, лабільних аспектів особистості, занепокоєння, відчуття небезпеки в контексті стійкого індивідуального стану, проте показники знизилися на 22,94 % (10,02±2,77 респондентів, $p>0,05$) (рис. 1).

Аналогічну тенденцію можна прослідкувати стосовно властивостей реактивної (ситуаційної) тривожності високого рівня, що характеризує прояв суб'єктивного дискомфорту у формі напруженості, занепокоєння та вегетативного збудження, де показники зменшилася на 8,67 % (5,65±3,78) осіб) (рис. 1).

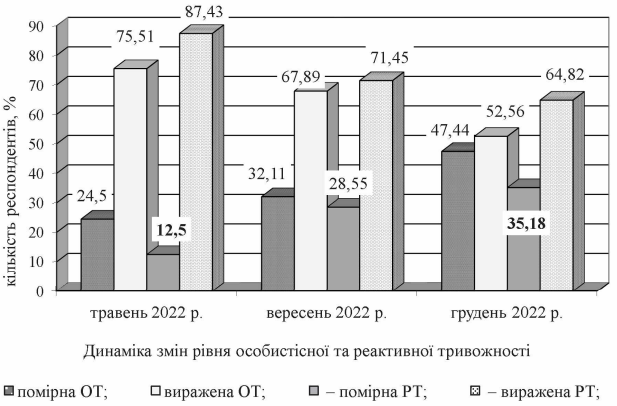


Рис. 1. Динаміка рівня особистісної та реактивної тривожності на різних етапах дослідження, %

Динаміка показників помірного та високого рівня за шкалою ОТ та РТ у досліджуваних здобувачів засвідчує факт мінливості зазначених тривожних реакцій, тобто з часом відбувається оптимізація психологічних процесів та стабілізується загальний стан організму, а такий вагомий стресовий чинник, як воєнні події, не став винятком, тому у цілому відбувається позитивна адаптація з набуттям нового досвіду.

Виявлений високий рівень реактивної тривожності на початковому етапі дослідження, що посилюється наявністю особистісної тривожності, може свідчити про прояв недостатньої впевненості, схильності до рефлексії та низького контролю емоційних реакцій, а також про підвищену чутливість, вразливість, небезпеку.

Установлено, що у респондентів переважно помірний прояв ОТ у кінці календарного 2022 р., що проживають у прикордонній зоні та зоні бойових дій. Це вказує на те, що студенти починають почувати себе впевненіше, зберігають емоційну рівновагу у складних ситуаціях, до яких вони вже встигли пристосуватися, але під час ускладнення екзогенної обстановки може виникнути відчуття напруження, емоційного дискомфорту, високої реактивної тривожності.

Наступним кроком нашого дослідження було оцінити вплив психічних процесів молоді та динаміку їх змін на різних етапах у прикордонному регіоні в умовах війни за допомогою методики «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка. У результаті встановлено, що емоційно забарвлені психічні стани можуть ускладнювати сприйняття реальних подій, з одного боку, а з іншого – слабкі прояви емоційних реакцій не здатні забезпечувати необхідний рівень пристосування до кризових ситуацій.

Зміна зовнішніх умов потребує трансформації відповідних фізіологічних та психологічних реакцій. На рис. 2 представлено динаміку психічних станів за шкалою тривожності та фрустрації. Ми спостерігали їх подібну тенденцію, а саме: на початку дослідження високий рівень тривожності був притаманний половині респондентів (48,98 % та 54,78 % відповідно), у грудні 2022 р. відбулося значне зниження по обох шкалах до 26,67 % та 22,43 %, що свідчить про адаптивні процеси до впливу стресового чинника та оптимізацією психічного сприйняття реальності. Тобто з часом зменшуються прояв хвилювання, відчуття небезпеки, занепокоєння, неблагополуччя, розчарування, відчуття безвиході тощо (рис. 2).

Аналогічна тенденція була встановлена і відносно агресивності у здобувачів вищої освіти, що проживають на прикордонній території, де протягом усього періоду дослідження постійно велися обстріли з боку кордону агресора. Високий рівень за вказаною шкалою нами був виявлений у 63,23 % студентів, а на останньому етапі емпіричного дослідження встановлено зменшення до 38,98 %, що свідчить про зниження проявів гніву, злості, ненависті та нестриманості (рис. 3).

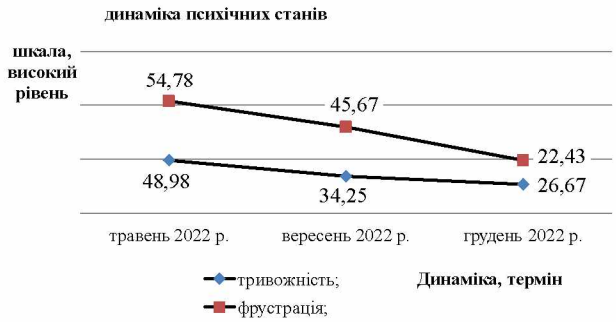


Рис. 2. Динаміка рівня психічних станів за шкалами тривожності та фрустрації на різних етапах дослідження, %

Щодо шкали ригідності, то встановлено аналогічне характерне зниження показників високого рівня у досліджуваних від початку до завершення періоду дослідження на 26,33 %. Відповідно, у здобувачів вищої освіти поступово змінювалася адаптивна поведінка, підвищувалася психічна гнучкість, відбувалося адекватне сприйняття існуючих обставин та подій, прослідковувалася адаптація до нових етапів життєвого простору (рис. 3).

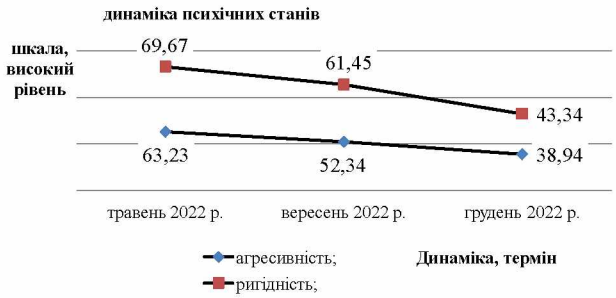


Рис. 3. Динаміка рівня психічних станів за шкалами агресивності та ригідності на різних етапах дослідження, %

Висновки. Таким чином, з'ясовано, що здобувачі вищої освіти, котрі проживають у прикордонному регіоні в умовах війни, загалом мають високий рівень особистісної та реактивної тривожності, здебільшого небезпечні ситуації сприймають як загрозу для життя фізичного та психічного і, як наслідок, їхні поведінкові реакції зазвичай підкріплені негативними емоціями. Відповідно, висока емоційність у поєднанні з підвищеною вразливістю заважає здобувачам адекватно оцінювати ситуаційну небезпеку, при цьому створюючи численні негативні поведінкові прояви.

Психічні стани за всіма шкалами на початку дослідження свідчать про напруження, що виникає як форма оцінки зовнішніх вражень, співставлення їх із трагічним досвідом оточуючого середовища, але з часом відбувається поступова їх оптиміза-

ція, що свідчить про пристосування на різних психологічних та фізіологічних рівнях до умов війни, а отже, можна висунути припущення, що тривожність генерується певними структурами нейрогуморальної регуляції, що беруть участь в інтеграції пристосувальних властивостей особистості до складних стресових чинників.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Діденко М., Зелінська О. Інформаційно-психологічний вплив на людей під час війни. *Вісник студентського наукового товариства ДонНУ імені Василя Стуса*. 2022. Т. 1. № 14. С. 211–214.

2. Жданова І. В., Бондаренко Л. О., Велічко А. В. Психологічні аспекти інформаційного впливу під час воєнних дій в Україні. *ГАБІТУС.* 2022. Вип. 41. С. 223–225.

3. Опанасенко Ю. Вплив заголовків з ознаками патогенності на молодіжну аудиторію в умовах війни. *Сучасний масово-комунікаційний простір: історія, реалії, перспективи* : матеріали науково-практичної конференції студентів, аспірантів та молодих науковців, м. Суми, 26–27 травня 2022 р. / уклад.: І. Жиленко, В. Садівничий. Суми : Сумський державний університет, 2022. С. 57–58.

4. Тонкопей Ю. Л., Скиба О. О., Леоненко А. В. Вплив психофізіологічних властивостей на функціональний стан організму спортсменів-легкоатлетів. *Science and education a new dimension. Natural and Technical Sciences*. 2019. VS (24). Issue 200. С. 45–49.

5. Petukhova I., Zaushnikova M., Psychological Help for a Person in a State of Acute Crisis. *European journal of life safety and stability*. 2022. P. 20–23. URL: http://www.ejlss.indexedresearch.org/index.php/ejlss/article/view/611/671

6. Пєтухова І. О., Заушнікова М. Ю., Клевець Л. М. Способи зниження рівня тривоги населення в умовах війни. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. Вип. 4 (68). С. 123–129. URL: http://visnyk.nuou.org.ua/article/download/262311/259004