

УДК 316

THE PROBLEM OF PSYCHO-EMOTIONAL HEALTH OF YOUNG
PEOPLE IN MODERN CONDITIONS OF CYBER
PROFESSIONALIZATION

Antonina Kichuk¹

ПРОБЛЕМА ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ В
СУЧАСНИХ УМОВАХ КІБЕРПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ

Антоніна Кічук¹

Abstract. *The problematic issue of uncontrolled and multifaceted pressure on modern youth media, which has, along with positive circumstances (among which is the promotion of professional self-realization) and negative (such as psycho-emotional health of the individual). Emphasis is placed on the need to provide psychological support for the process of preparation, in particular, of students for self-preservation of the emotional component of health in the psychological sphere of life.*

Key words: *cyberprofessionalization, students, psychological health, emotional dominant of psychological health.*

Анотація. *Порушено проблемне питання неконтрольованого й різноаспектного тиску на сучасну молодь засобів масової інформації, що має поряд із позитивними обставинами (з поміж яких є сприяння професійному самоздійсненню), так і негативні (накшталт психоемоційне здоров'я особистості). Закцентовано на потребі забезпечення психологічного супроводу процесу підготовленості, зокрема, студентства до самозбереження емоційної складової здоров'я у психологічній сфері життєдіяльності.*

Ключові слова: *кіберпрофесіоналізація, студентство, психологічне здоров'я, емоційна домінанта психологічного здоров'я.*

Прийдешнє століття, як уважають науковці, позначилося суттєвим погіршенням здоров'я людини. Сумна статистика додає нові акценти до характеристики процесу реформування вітчизняної системи охорони здоров'я, фахівці якої, з повагою ставлячись до програми Європейського Союзу «Європейська стратегія здоров'я – 2020» та результатів моніторингових даних «Пульс Угоди» Україна – ЄС, констатують домінування в соціумі індивідуального ставлення до самоцінності усіх складових здоров'я людини [1]. Психологічною наукою переконливо доведено органічний зв'язок психологічного благополуччя особистості й її психологічного здоров'я (Дорванту Ю., Павдид З., Пенчу П., Шувалов О. та ін.). Нині є незаперечною вага саме емоційного складника психологічного здоров'я особистості (Гоулман Д., Данчева Т., Шапошнікова Н., Чебикін О. та ін.); причому впродовж усього життєвого її шляху та з урахуванням

¹ кандидат психологічних наук, доцент, Ізмаїльський державний гуманітарний університет, Україна, e-mail: tonya82kichuk@gmail.com

¹ Associate Professor, PhD, Izmil State University of Humanities, Ukraine, e-mail: tonya82kichuk@gmail.com

установлених (зокрема, М. Гінзбургом) проєкцій «психологічного» – минулого, що сконденсоване в особистісному досвіді; теперішнього, де визначальною є траєкторія життєдіяльності; теперішнього, що репрезентовано у ціле покладанні сенсожиттєвої орієнтації особистості.

Аналіз наукових джерел засвідчують про значний вплив на здоров'я особистості у психологічній сфері саме інтернет-залежності як чинника, котрий детермінує негативний емоційний стан, гострі емоційні переживання, частотність деструктивної поведінки. Навіть деякі вчені констатують, що сучасну молодь характеризує інтернет-залежність, котра позначається на здатності особистості юнацького віку само реалізуватися у реальному житті [2]. Ми суголосні із дослідницькою позицією відносно загострення проблематики психоемоційного здоров'я студентської молоді, що зумовлене як соціально, так і психологічно неконтрольованим тиском мас-медіа, адже йдеться про необмеженість у часі та безкоштовний (щодо вартості) доступ особистості до штучного емоційного задоволення [3].

З метою уточнення самооцінних суджень студентів, які набувають у вищій школі професії типу «людина – людина», «людина – техніка», «людина – знакова система», «людина – природа», «людина – художній образ», встановлено: «дуже часто» тиск на власне психоемоційне здоров'я відчують 72%, а «рідко» – лише кожний десятий. Зазначене становить певний науковий інтерес, адже проведене нами пілотне дослідження базувалося на діагносту вальному інструментарії, котрий включав анкетування, модифікований варіант класичного опитувальника, розробленого О. Я. Чебикінім, ураховував результати дослідження психології способу життя (Токман, Немченко, 2015), а його респондентами були 1197 здобувачів вищої освіти деяких гуманітарних (м. Ізмаїл, м. Тернопіль, м. Київ) та технічних (м. Одеса, м. Київ) закладів вищої освіти. Отож, маємо підстави припускати, що на основному етапі професіоналізації – в умовах вищої школи – правомірно говорити не лише про ознаки кіберпрофесіоналізації, (тобто коли «модус життєдіяльності» майбутнього фахівця змінюється під впливом освітніх інформаційних технологій і навіть «конфлікту медіумів»), а й про актуалізацію внутрішніх ресурсів, пов'язаних із емоційною сферою, задля здоров'язбереження у психологічній сфері. Зазначене набуває не аби якої актуальності за сучасних реалій буття людини – відсутних негативних наслідків COVID-19.

Дослідники проблематики психології становлення особистості професіонала здебільшого єдині у визнанні, що під масивним впливом явищ, котрі пов'язані із засобами передавання інформації (телебачення, мультимедійні комп'ютерні системи, зокрема, інтернет тощо) сучасним змістом слова «медіум», відбуваються суттєві зміни впродовж усіх стадій професіоналізації – пошуку та вибору професії, прийняття та опанування професії, соціальна й професійна адаптація, самостійна професійна діяльність. Відтак, правомірно припускати, що відбувається стійкий та довготривалий і різновекторний вплив засобів масової інформації та комунікації на особистість майбутнього фахівця в цілому та його психоемоційного здоров'я,

VI Дунайські наукові читання

зокрема. Така ситуація актуалізує проблемне поле професіології – міждисциплінарної науки про закономірності професіоналізації особистості, зумовлюючи посилення дослідницької уваги саме до окресленого контингенту.

Нами розумілось, що загострення набувають практико-орієнтовні аспекти розв'язання бузового протиріччя, котре визначає, за яких умов професійне зростання стає фактором загального розвитку особистості. Отож видається за можливе припустити, що вивчення цілісного процесу професіоналізації за сучасних реалій панування мас-медіа і тиску, (насамперед, на емоційну сферу особистості) актуалізує потребу у підвищенні уваги до її здоров'я у психологічній сфері. У цьому зв'язку присутнє зацікавлення становлять праці А. Адлера (A. Adler), Е. Еріксона (E. Erikson), А. Маслоу (A. Maslow), К. Роджерса (C. Rogers), Е. Фромма (E. Fromm), К. Хорні (K. Horney), К. Юнга (C. Jung). Йдеться не лише про опертя на здобутки наукової психології щодо наукового статусу поняття «психологічне здоров'я», а й про врахування при розробці основ здоров'я особистості у психологічній сфері ще й інноваційних технологій сенсорної інтеграції. Принагідно зазначимо, що сенсорну інтеграцію практичні психологи здебільшого трактують як метод, котрий допомагає особистості «заповнити» дефіцит її сенсорного досвіду, який не додає сучасний соціум [4].

Ми виходимо з того, що психоемоційне здоров'я сучасного студентства є складним і багатовимірним явищем, самоцінність якого впродовж життєвого шляху є незаперечною. Йдеться про утворення, на яке впливає значний спектр факторів, з-поміж яких чільне місце посідає мас-медіа, адже ж сучасне суспільство набуло яскравих ознак інформаційного. Інформатизація у тому числі й вищої освіти додала процесу професіоналізації майбутнього фахівця некерованого впливу електронної інформації. Руйнівний тиск мас-медіа особливо відчутний у сигнальній та регулятивній функціях емоцій, а також у такій якісній характеристиці емоційності особистості молодшої людини, котра і визначає її ставлення до явищ навколишнього світу та виявляється у переживаннях, здатності свідомо регулювати власну поведінку і діяльність. Постає проблема опанування майбутніх фахівців основ психоемоційного здоров'я. Але тут важливо враховувати принаймні три виміри такої інтегративної властивості, якою постає психоемоційне здоров'я: індивідуально-психологічний, де важливим показником виступає здатність студента до емоційної саморегуляції; ціннісно-смісловий вимір, який має суттєвим показником здатність особистості отримувати задоволення від життя; соціально-психологічний вимір, виявом якого доречно осмисляти альтруїзм та здатність здобувача вищої освіти до співпереживання. Спираючись на здобутки вчених, які фундаментально вивчають суто емоційні складники здоров'я у психологічній сфері (Кириленко Т., Саннікова О., Титаренко Т., Чебикін О. та ін.), створюється можливість припускати, що для процесу *самопізнання* особистістю власного психоемоційного здоров'я саме у віковий період раннього дорослішання принципово важливою є здатність розпізнавати власні емоції; для процесу *збереження* особистістю психоемоційного здоров'я – готовність до адекватної

оцінки діяльності і поведінки (причому як власної, так і оточуючих); для процесу *відновлення* наявного у студента психоемоційного здоров'я надто важливою є орієнтація на позитивні емоції у життєдіяльності; здатність особистості до емоційної саморегуляції й детермінації процесу примноження (збагачення) власного здоров'я у психоемоційній сфері.

Окреслені теоретичні орієнтири вважаємо підґрунтям у процесі розробки основ психоемоційного здоров'я студентів в умовах основного етапу професійного становлення – університетської освіти. Водночас методологічно вартісним виступає таке застереження наукової психології: розробляючи практико-орієнтовний підхід до повноцінного і комплексного впливу на будь-яке явище (накшталт психоемоційне здоров'я), важливо не «реєструвати» процес його формування в певних умовах, а «підбирати» такі умови з тим, аби вони забезпечували формування «заданих дій». Ось чому доцільно по-новому оцінити конструктивність наукової концепції П. Я. Гальперіна та його наукової школи. Адже на думку вченого, йдеться, по-перше, про умови, які відносяться до об'єкта дії – «типологію навчальних задач»; по-друге – про ті, що мають відношення до здатності суб'єкта (на кшталт майбутнього фахівця) орієнтуватися в означеному об'єкті – фокусується увага на «організації навчальних дій»; по-третє, про умови, котрі пов'язані із управлінням пред'явленням об'єкта дій не лише в різних своїх властивостях (якостях, станах), а й пред'явлення засобів «орієнтування в об'єкті» [5].

Із опертям на вище окреслене створюється можливість визначитися у своєрідності формування у майбутніх фахівців основ психоемоційного здоров'я – передумови їхньої підготовленості до свідомої повноцінної навчально-професійної позиції в умовах кіберпрофесіоналізації у закладі вищої освіти.

1. Заюков І. В., Пугач В. М. (2019). Формування цінності та орієнтації суспільства на збереження і зміцнення здоров'я населення. *Сучасний стан та перспективи розвитку економіки, менеджменту, фінансів та права: матер. міжнар. н-пр конф.* Полтава: УФЕМД. С. 51-52

2. Симоненко С. М., Баранова А. П. (2019). Проблема ХХІ ст. : Інтернет-залежність, причини її виникнення та вплив на розвиток особистості. *Актуальні проблеми практичної психології: зб н пр.* Одеса. С. 100-104

3. Кічук А. В. (2019). Психологічне здоров'я особистості юнацького віку в умовах конфлікту медіумів. *V Дунійські наукові читання: Інформаційне суспільство ХХІ століття: взаємодія науки, освіти та бізнесу.* С. 50-52

4. Лаєвська Н., Дорошенко В. (2018). Сенсорна інтеграція. Інноваційні технології. *Психолог.* №11. С. 58-95

5. Гальперин П. (1998). Психология как объективная наука. М: Ин-т практ психологии. 480 с.