

жителів радіаційно забруднених місцевостей виявлено суб'єктивне зниження продуктивності праці в середньому на 20–30 %, що пов'язується ними з погіршенням стану здоров'я внаслідок проживання на РЗМ.

Таким чином у населення, що мешкає в небезпечній зоні з допустимими рівнями радіації, можуть виникати різні порушення емоційної і поведінкової сфер, пограничні і клінічно окреслені нозологічні форми нервово-психічних захворювань, що істотно обмежують працездатність людей.

1. Burlakova I., Sheviakov O., Kondes T., Kornienko V., Ostapenko I., & Gerasimchuk O. (2022). Social and pedagogical aspects of occupational health of specialists. *Pedagogy and Education Management Review*, (4), 38–43. <https://doi.org/10.36690/2733-2039-2022-4-38>

2. Shevchenko O., Sheviakov O., Kornienko V., Burlakova I., Slavka Y., Sizov V., Dorohan S. Psychological components of the rehabilitation potential of specialists of low enforcement forces structures. *Med. perspekt.* [Internet]. 2022. Dec.29 [cited 2023 May 6]; 27(4): 214-21. Available from: <http://journals.urau.ua/index.php/2307-0404/article/view/271228>

Ольга Горіна

кандидат педагогічних наук, доцент
кафедри психології та педагогіки
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ

ОСОБИСТІСНА САМООЦІНКА СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЯК КРИТЕРІЙ ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ В УМОВАХ ВІЙНИ

Війна, яка триває в Україні у зв'язку із військовою агресією сусідньої держави, актуалізувала й загострила низку психологічних проблем, серед яких зниження самооцінки студентської молоді. Адже в умовах війни та в післявоєнний період держава потребує максимальних зусиль щодо цивілізованого підтвердження перемоги на основі моральності, освіченості, правової культури, національної свідомості громадян України, особливо молоді.

Життя та навчання в умовах російсько-української війни тісно пов'язані із завищеним рівнем формування стресу, зниженням самооцінки студентської молоді під впливом негативних зовнішніх факторів, переживань через війну в державі та за результати якості знань професійної підготовки з переходом на дистанційну форму навчання.

Все це порушує психологічний і емоційний стан молодої людини, який впливає на спосіб життя, зменшує мотиваційні компоненти діяльності та навчання і веде до підвищення рівня стресу та зниження самооцінки.

У психології відомо, що студента характеризують загальні вікові особливості: *біологічні* (тип підвищеної нервової діяльності, безумовні

рефлекси, інстинкти, фізична сила тощо); *психологічні* (єдність психологічних процесів, станів і властивостей); *соціальні* (соціальні відносини, особливості, належність до певної соціальної групи тощо). Однак при вивченні конкретної особистості молоді людини необхідно враховувати індивідуальні особливості, процеси та психічні стани кожного. Також у цьому віці молоді люди намагаються знайти своє місце в суспільстві, стараються зрозуміти себе, бути більш критичними не лише до себе, а й до інших. Самооцінка як частина самосвідомості може не тільки виконувати функцію саморегуляції поведінки, а й функцію психологічного захисту.

Студентський вік є особливим періодом життя людини, перехідним від юності до зрілості. Юнацький («студентський») вік – це початок самостійного, дорослого життя. У психології виділяються такі вікові періоди юності: 15 – 17 років – рання (перша) юність, або старший шкільний вік (цей період пов'язаний з інтенсивними пошуками свого місця у світі, із намаганнями збагнути його сутність – одразу й назавжди, із побудовою власного ставлення до всіх явищ дійсності, що базується на певній індивідуалізованій картині світу);

- від 17 до 21 року – юність, або друга юність (цей вік є періодом першого випробування власних сил і здібностей людини, коли вона розкриває свій потенціал на певному шляху творчої життєдіяльності; відбувається професійне самовизначення) [1, с.68].

Ці вікові групи мають свої особливості, але вони також мають багато спільних характеристик. Міжособистісні стосунки, по-перше, залежать від вікових особливостей соціальної групи, по-друге, від особливостей властивої їй діяльності. Професійне навчання в університеті, освітня діяльність є основним видом діяльності студентів, і найбільше часу витрачається на весь процес підготовки майбутніх фахівців.

Для того, щоб психологічно зрозуміти людину, необхідно зрозуміти рівень її особистісних стандартів самооцінки, самоповаги, сформованих життєвих цінностей. На думку науковців, самооцінка, впевненість інтерпретується як переконання індивіда в правильності своїх дій, поведінки, результативним поєднанням з соціумом.

У сучасній психологічній науці розрізняють кілька видів самооцінки, які відображають деякі якісні та кількісні характеристики в залежності від оцінювання конкретних властивостей особистості.

У педагогічній практиці поняття «самооцінка» розглядається «як судження людини про міру наявності в неї тих чи інших якостей, властивостей у співвідношенні їх з певним еталоном, зразком..., є виявом оцінного ставлення людини до себе..., результатом передусім розумових операцій – аналізу, порівняння, синтезу» [2, с.51].

Як відзначає М. Варій, «самооцінка людини формується під впливом різних чинників. Це й порівняння образу реального «Я» з образом ідеального «Я», тобто з уявленням про те, якою людина хотіла б бути. Це й привласнення

людиною тих оцінок стандартів, які вона отримує від інших людей, насамперед від свого найближчого оточення. Незалежно від того, чи є в основі самооцінки власні судження людини про себе або інтерпретації суджень інших людей, індивідуальні або культурно задані стандарти, вона завжди має суб'єктивний характер» [1, с.187].

Г. Пальм констатує, що самооцінка формується на основі самопізнання, яке відбувається шляхом:

а) аналізу результатів власної діяльності, своєї поведінки, зіставлення цих результатів із результатами своїх однолітків, із загальноприйнятими нормами;

б) самоспостереження своїх станів, думок і почуттів;

в) усвідомлення ставлення інших людей до себе, їхньої оцінки окремих якостей даної особистості, її поведінки, діяльності.

При значних відхиленнях самооцінки від адекватної в людини порушується душевна рівновага й змінюється весь стиль поведінки [2, с.32].

Усвідомлення людиною самої себе в психології отримало пояснення як самосвідомість. Структура самосвідомості особистості, як пояснюють науковці, складна і характеризується певними аспектами психічної діяльності (пізнавальної, емоційної, вольової). До пізнавальної відноситься самокритичність, самоаналіз, самооцінка, самопереконавання, самоіронія тощо; емоційної – самозадоволення, самоповага, самолюбство, самосхвалення; вольової – самодисципліна, самонаказ, самоконтроль, саморегуляція, самовимогливість тощо [1, с.182].

Особистісне життя студентської молоді реалізується у вищому навчальному закладі відповідно до виховної стратегії вишу, мети, основних завдань, напрямів організації виховної діяльності та взаємодії з науково-педагогічними працівниками. ВНЗ розробляють наукові засади виховного впливу на молодь із урахуванням особливостей динаміки цінностей в українському суспільстві.

Головною особливістю сучасної вищої школи є її особиста зорієнтованість молодих людей та студентоцентризм. Вищий навчальний заклад покликаний формувати нову генерацію української інтелігенції – грамотну, всебічно розвинену, творчу і відповідальну за себе і свої дії, здатну активно спрямовувати набуті знання й уміння на подальший розвиток незалежної Української держави. Це може бути досягнуто через:

- виховання в процесі фахової підготовки;
- збагачення естетичного досвіду;
- формування «Я-концепції»;
- пропаганду здорового способу життя;
- залучення до суспільно-корисних справ;
- формування національної свідомості через збереження історичної пам'яті [3].

Війна змусила не тільки студентську молодь переосмислити життєві

цінності та життя в цілому. Зараз для більшості населення головною цінністю і скарбом є життя, сім'я, рідні та близькі, матеріальні цінності, рідне житло. Збільшилася безмежна повага до Збройних Сил України та Президента України як у державі, так і за межами нашої країни. Усвідомлення національних багатств української землі, надр, водних, природних ресурсів, засіяних соняшникових та хлібних полів стали символами єдності нації. Україну підтримує та пишається весь цивілізований світ. Єдність української нації – головна цінність українського народу.

У процесі спілкування з студентами можна почути, які фактори важливі для формування національної свідомості. Студенти розуміють, наскільки в даний час важлива українська героїчна історія, духовна етногенетична спадщина як фундаментальні цінності, які сьогодні мотивують, зберігають національну єдність:

- знаючи історію своєї держави, вони горді за свій народ, за державу, в якій народилися;
- важливо підтримувати не тільки рідних, яким треба телефонувати, допомагати, а всім, хто опинився в складних життєвих обставинах;
- коли осмислюєш трагічність наслідків війни, навчаєшся цінувати життєві цінності та життя в цілому.

Відповіді наших студентів, показник розвитку важливих фундаментальних національних цінностей в громадянській, серед яких пріоритетними постають сімейні, які порушені в часі війною.

Завдання науково-педагогічних працівників в період професійної підготовки студентів – підтримати студентську молодь, розвивати національну свідомість, підвищувати самооцінку молодого фахівця, від якого залежить відбудова зруйнованої держави.

Зокрема в контексті гуманізації через вивчення історії та культури України, мови ділового спілкування, філософії, політології, правових дисциплін, фахових предметів за спеціальностями доповнювати зміст навчальних дисциплін «воєнним компонентом», а точніше – посилювати увагу студентів до наукових проблем, які розкривають історичну та ментальну різницю (протилежність) між Україною та державою-агресором, а також цінність мови, віри, історії у зміцненні держави, самооцінки молодих людей як майбутніх фахівців, які будуть відбудовувати незалежну Україну.

З філософії варто зосередити увагу на таких проблемах, як філософія війни, цінність людського життя в ХХІ столітті, концепт «гідність людини» в контексті сучасних воєнних реалій в Україні, український героїзм як національно-історичний феномен.

Більшість науковців вважає, що занижена самооцінка появляється з того, як людина бачить себе, сприймає себе, як її бачать інші і як вона їх бачення про себе сприймає. Всі ці бачення можуть бути помилковими і особливо впливають на молоду людину в складних життєвих ситуаціях. Коли складно прийняти важливі рішення щодо збереження свого життя, допомоги тим, хто

її потребує в складних життєвих обставинах, тощо.

Низька самооцінка руйнує в людині надії на добре ставлення до неї й успіхи, а реальні свої успіхи й позитивну оцінку вона сприймає як тимчасові й випадкові. Багато проблем здаються нерозв'язаними і їх вирішення переноситься в план уяви. Недооцінка своєї користі знижує соціальну активність, ініціативність.

Для збереження самооцінки, особливо на даний час, важливо *підтримуюче середовище*, в якому проходить життя молоді людини (сім'я, навчальний заклад, друзі), при допомозі якого можна розвиватися й самореалізуватися, відчувати свою значимість.

Важливо в даному підтримуючому середовищі отримувати подяку, вдячність, що зміцнює віру в себе, покращує самопочуття і загальну життєву активність. Вимоги для психологічної безпеки освітнього середовища:

- створювати доброзичливий мікроклімат в навчальному закладі;
- вивчати й творчо застосовувати методи позитивної психології;
- здійснювати індивідуальний та диференційний підхід при особистісно-зорієнтованому навчанні;
- надавати доступ до консультування та психологічної підтримки для забезпечення психічного здоров'я та добробуту здобувачів освіти;
- залучати всіх учасників освітнього простору до суспільно-корисних справ, волонтерської діяльності.

Таким чином, самооцінка є однією з найважливіших умов в розвитку людини. Люди з низькою самооцінкою схильні до депресивної поведінки. Такі люди дуже чутливі до критики та зауважень, на компліменти та похвалу у свій бік вони реагують скептично. У таких людей є схильність до самотності та інтровертності.

Люди ж із завищеною самооцінкою ведуть себе надмірно. На критику реагують досить агресивно. На похвалу та компліменти – надмірно. Також у таких людей розвивається комплекс «бога», який відштовхує від них інших людей.

Підсумовуючи вищевикладене, важливо зазначити, що як занижена, так і завищена самооцінка може негативно впливати на навчання та майбутню професійну діяльність. Так що важливо тримати її на «середньому рівні» для більш адекватного оцінювання своїх можливостей та підтримування активної життєвої діяльності за будь-яких умов.

1. Варій М. Й. Психологія: навч. посібник / для студентів вищ. навч. закладів. Київ: Центр учбової літератури. 2007. 288 с.

2. Пальм Г.А. Загальна психологія: навч. посібник. Київ: Центр учбової літератури. 2009. 256 с.

3. Горіна О.Т., Сметанкіна О. Самооцінка як критерій психологічної безпеки студентської молоді. Тези. Всеукраїнський науково-практичний семінар «Психологічна організація внутрішнього світу людини: теорія та практика» 04.10.23.

4. Злишков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка. 2016. 219 с.