

студентів. Самий високий рівень було виявлено серед студентів першого курсу: 26,67% опитаних були віднесені до групи виражених «алекситиміків», 46,67% склали групу ризику, високу здатність описання своїх емоційних переживань та розуміння почуттів інших показало 26,67%. Для порівняння, показники алекситимії по 4-5 курсах: 12,5%; 32,5%; 55% відповідно. З нашої точки зору, більш високий рівень прояву алекситимії у першокурсників можна пояснити їх недостатньою психоемоційною зрілістю, а також труднощами адаптації до навчання у ВНЗ.

Таким чином наші дослідження показали, що проблема стану емоційного благополуччя існує в нашому суспільстві й безумовно потребує підвищеної уваги.

Подальшу розробку зазначеної проблеми ми вбачаємо у проведенні більш масштабної діагностики; у вивченні впливу алекситимії на індивідуально-психологічні характеристики особистості; у розробці та впровадженні профілактичних та корекційних програм, спрямованих на уникнення появи чи подолання проблем, пов'язаних з емоційним здоров'ям людини.

#### *Література.*

1. Холмогорова А.Б, Гаранян Н.Г. Принципи й навички психогієни емоційного життя // Психологія мотивації й емоцій / Під ред. Ю.Б. Гіппенрейтер і М.В. Фалікман - М.: Черо, 2002. - 752 с.
2. Ніколаєва В.В. Про психологічну природу алекситимії. // Тілесність людини: міждисциплінарні дослідження. Збірник статей - М.: 1991. - с. 80-89.

### **ПСИХОЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ЯК ПОКАЗНИК ЇХ АДАПТАЦІЇ У ВНЗ**

Доп. - Вйровець Л.В., СумДПУ ім. А.С.Макаренка  
Наук. кер. - канд.психол.наук, доц. Кузікова С.Б.

Проблема психологічного здоров'я завжди привертала і привертає увагу багатьох дослідників. Існує багато підходів до

розуміння і розв'язання даної проблеми. Аналіз першоджерел дозволив нам виявити показники психічного здоров'я, якими є: стійкий настрій людини, відносно стійка адекватна поведінка, урівноваженість, відсутність внутрішнього конфлікту, позитивна Я концепція та соціальне здоров'я особистості.

Дуже важливо звернути увагу на стан психічного здоров'я та психоемоційного благополуччя юнацтва на етапі вступу до ВНЗ (О. Андрус, А. Леонтьєв, С. Русанов, В. Лісовський, М. Рогова, Е. Рибалко).

Метою нашого дослідження було вивчення особливостей психоемоційного стану студентів-першокурсників-психологів факультету педагогіки та практичної психології СДПУ ім. А.С.Макаренка, міру їх адаптованості та причини психологічного неблагополуччя.

Для цього ми використали такі методики як: опитувальник САН з метою визначення оцінки самопочуття, настрою та активності досліджуваних; методика Спілбергера з метою виявлення показників рівня тривожності; методика К.Роджерса та Р.Даймонда (СПА) з метою вивчення рівня адаптованості; опитувальник «Що для вас є найскладнішим в студентському житті?» (авторська розробка) з метою виявлення труднощів, з якими зштовхнулися студенти-першокурсники з початком навчання у ВНЗ.

Отримані результати засвідчили, що більшість студентів мають гарний настрій, гарне самопочуття, але кожна п'ята особа показала низький рівень активності, тобто в'ялість, пасивність, змореність, інертність. На нашу думку це пов'язане з наявністю труднощів адаптації студентів-першокурсників до навчання у ВНЗ. Нашу точку зору підтвердили дані методики СПА, які показали, що 12% студентів мають високий рівень дезадаптації, та аналіз суджень студентів про їх життєві утруднення. Проблеми навчання посіли перше місце серед названих труднощів. Друге місце займають проблеми міжособистісного характеру, третє – внутрішньо особистісні проблеми.

Зазначимо, що велика кількість першокурсників (43%) мають високий рівень тривожності. А значить їм характерна

невпевненість у собі, у своїх силах, незацікавленість. Це також може впливати і на настрої студентів, і на їх самопочуття; може заважати їм реалізувати свої творчі здібності, оволодівати професійними навичками (тим більше, що це стосується майбутніх практичних психологів).

Ми бачимо, що студентам-першокурсникам необхідна допомога в адаптивний період. Для цього психологу ВНЗ бажано закріпити позитивну Я-концепцію студента; поглибити усвідомлення себе, своїх бажань, своїх намірів; навчити методам адекватної поведінки у різних життєвих ситуаціях; навчити комунікативним навичкам. Крім того, необхідно спрямувати і організувати навчальну діяльність першокурсників, навчити їх успішно засвоювати інформацію, набувати уміння і навички майбутньої професійної діяльності.

#### Література

1. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я / Навчальний посібник: М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк, А.Ф. Косенко, Т.Г. Кочергіна. Загальна редакція М.С. Кольчука. – Київ, 2000.
2. Руководство практического психолога: психологическое здоровье детей и подростков в контексте психологических служб/ под. ред.И.В. Дубровиной – Москва, 1995.

### **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЮНАКІВ СХИЛЬНИХ ДО СУЇЦИДУ**

Доп. - Масалітова А.О., СумДПУ ім. А.С.Макаренка  
Наук. кер. – викл. Ричкіна Л.В.

Однією з найважливіших проблем сучасності є проблема самогубства, яка представляє найбільш яскравий та відкритий прояв саморуйнівної поведінки людини. Сьогодні Україна увійшла до групи країн з високим рівнем суїцидальної активності, тому всій громадськості зрозуміло, що потрібні практичні психологи, психологічні служби компетентні у