

ПСИХОЛОГІЧНИЙ РОЗВИТОК ТА ВИНИКНЕННЯ СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЙ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ПРИ ФОРМУВАННІ ФАХОВОЇ ОСОБИСТОСТІ

Внукова Наталія Володимирівна

Д-р. техн. наук, професор, завідувач кафедри екології
Харківський національний автомобільно-дорожній університет, Україна

Літвінова Ольга Володимирівна

Канд. психол. наук, доцент, в.о. завідувача
кафедри психології, педагогіки та філософії
Кременчуцький національний університет імені Михайла Остроградського, Україна

Освіта є традиційним і одним із найважливіших факторів соціалізації та набуття фахових компетенцій особистості в сучасному світі. Однак, поширеним фактором саме психологічного перевантаження можуть бути емоційні відхилення під час набуття освіти усіх вікових категорій суспільства, в тому числі й студентської вікової категорії, що в складних умовах функціонування та розвитку освітньої галузі у державі потребує особливої уваги. Якщо розглядати системно методологію профілактики та корекції психічних стресових станів, в першу чергу, треба звернути увагу як на сферу вищої освіти загалом, так і спільноту здобувачів освіти, зокрема. Дана категорія, об'єднуючи різновіковий контингент людей, яких можна диференціювати за рівнем інтелектуальних здібностей, особистісними особливостями, соціальним становищем, віковим критерієм є такою, що найбільше піддається різноманітним видам стресу (емоційним, інтелектуальним, фізіологічним).

Проте, процес навчання супроводжується інколи відхиленнями у здоров'ї студентів через різноманітні стресові ситуації, які переживає студент під час навчання. Тому задача збереження психічного здоров'я особистості, а саме, молоді, що навчається, постає невідкладною проблемою суспільної ваги. Профілактика та корекція психічних стресових станів загалом базується па чотирьох принципах валеології: 1. Підвищення стійкості до стресу, тобто підготовка людини до різних ситуацій, навчання вмінню управляти своїми ілюзіями. 2. Позбавлення від психічної напруги, оптимальна реакція на негативні емоції. 3. Психокорекція. 4. Фармакологічна корекція, тобто застосування заспокійливих засобів.

Визнання того, що психологічні стреси у здобувачів освіти є причиною погіршення здоров'я та успішності, давно стало загальним місцем перетину педагогічної, медичної та психологічної наук [1; 2; 3; 4]. Проблема вивчається в теоретичному та прикладному аспектах і є предметом уваги науковців багатьох країн, що свідчить про глобальність проблеми та небезпеку її наслідків [5; 6; 7]. Досягнутий рівень наукових досліджень дозволяє оволодівати загальними закономірностями виникнення та профілактики стресогенних ситуацій серед різноманітних соціальних груп і, зокрема, серед молоді, що навчається. Значної уваги дослідників набули також психолого-фізіологічні механізми стресових ситуацій [8; 9; 10].

Психологічні особливості вікових категорій здобувачів є важливими критеріями визначення специфічних методик роботи з тими чи іншими віковими категоріями здобувачів освіти. Зазвичай, освітня спільнота - це молодь, що проходить стадію персоналізації на основі цілеспрямованого засвоєння навчальних, професійних і соціальних функцій шляхом свідомого оволодіння професійними знаннями, уміннями і навичками, набуття професійних якостей під час навчання у закладах вищої освіти. Спільнота здобувачів вищої освіти є джерелом висококваліфікованих кадрів для науки, навчальних закладів і керівних посад на підприємствах. Тому, саме період навчання є важливим для подальшого розвитку особистості і від успішності виконання спектру завдань даного етапу залежить ефективність подальшого розвитку здобувача, його професійного та особистісного становлення. Загальноприйнятий освітній вік (юність) - завершальний етап соціалізації. Діяльність та рольова структура особистості на цьому етапі вже набувають ряд нових, дорослих якостей. Головне соціальне завдання цього віку - вибір професії. Вибір професії та типу навчального закладу неминуче диференціює життєві шляхи дівчат і юнаків, з усіма витікаючими соціально-психологічними наслідками. Розширюється діапазон громадсько-політичних ролей та пов'язаних з ними інтересів і відповідальності. Початок навчання у ЗВО у більшості випадків припадає на 17-18 років і має ряд особливостей, які в психологічній літературі представлені як перехідний етап від підліткового віку до юнацького, що має особливе значення для виявлення специфіки цього етапу розвитку особистості. У зв'язку з цим О. В. Винославська пропонує такі напрямки дослідження особистості як здобувача освіти як соціальний, психологічний та біологічний. Соціальний напрямок діагностує особистість здобувача як складову академічної та соціальної групи. Психологічний напрямок вивчає психічні процеси, стани і властивості особистості (характер, темперамент, спрямованість, здібності). Біологічний напрямок включає вивчення типу нервової діяльності, безумовних рефлексів, соматичного типу, психомоторик, фізичного стану. Аналітичні дослідження професійно спрямованих джерел показав, що переважна більшість дослідників поділяють погляд на те, що основними чинниками порушення психічного здоров'я здобувачів можна рахувати: складність завдань, що розв'язуються здобувачами, умови діяльності (завантаженість навчального дня, зіткнення з новими, складними, непередбачуваними ситуаціями, підвищені інтелектуальні навантаження і т. ін.), а також властивості особистості, зокрема надмірна чутливість до певних ситуацій, в тому числі і певні сформовані мотиваційні, емоційні, соціальні та ін. риси особистості окремого здобувача. Існує велика кількість підтверджень, що навчальний стрес – невід'ємна частина життя особистості, що навчається. Стрес, який відчувають здобувачі, може позначатися на навчанні (отриманні, застосуванні і переробці знань), що перешкоджає академічній успішності. Труднощі з успішністю, у свою чергу, також створюють дискомфорт, у результаті чого посилюється загальний стрес. Для розуміння впливу стресу на організм студента, слід акцентувати увагу на основних характеристиках його прояву. До основних форм прояву стресу можна віднести поведінкові, емоційні, інтелектуальні та фізіологічні. Навчальний стрес – це абсолютно нормальна реакція організму, пов'язана з повсякденним життям кожного здобувача, складова частина способу життя. Від самого здобувача залежить, як часто і тривало він буде перебувати в стресовому стані, які будуть прояви навчального стресу [11]. Викладачам вищої школи вкрай необхідно визначити ключові фактори впливу на успішність здобувачів для подальшої оптимізації навчального процесу та ефективного викладання нового матеріалу.

Таким чином, проаналізував загальні фактори психологічного розвитку та факторів виникнення стресових ситуацій в освітньому середовищі при формуванні фахової особистості, можна прийти до висновку, що суттєвими факторами незадовільного навчання здобувачів освіти можна вважати такі: недоліки системи навчання з тривалими практичними заняттями та великим об'ємом нового матеріалу, що значно перешкоджає задовільному засвоєнню отриманої інформації, загострення хронічних захворювань, психологічні проблеми в родині та групі. Для вирішення проблем здобувачів, які перебувають у стані хронічного стресу, як навчального, так і психологічного, необхідним є розробка системного підходу до оновлення загальних та індивідуальних методик психологічної реабілітації з метою організації та проведення моніторингових досліджень психологічного стану здобувачів всіх періодів навчання задля превентивного професійного реагування на будь-які відхилення від стабільного психологічного стану здобувачів закладів вищої освіти, що потребує уваги не тільки зі сторони викладачів вищої школи, але й батьків і лікарів.

Список використаних джерел:

1. Казміренко В. П. Програма дослідження психосоціальних чинників адаптації молодой людини до навчання у ВНЗ та майбутньої професії / В. П. Казміренко. Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – № 6 – С. 76–78.
2. Кондратова Н.О. Проблеми адаптації студентів ВНЗ: зміст, форми, психологічна специфіка. Психологія: зб. наук. Праць НПУ ім. М. П. Драгоманова. Київ, 1999. Вип. 2. С. 189–196.
3. Локтева С.А. Розвиток особистості і адаптація в студентському середовищі. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. Київ: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009. №24 (48). С. 78 – 82.
4. Корольчук В. М. Психологічні детермінанти стійкості особистості до дії стресогенних факторів. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2013. Вип. 14. Частина I. – С. 153-192.
5. Андрос М.Є. Психічне здоров'я особистості: психологічне консультування керівників шкіл М.Є. Андрос // Освіта і управління. Том 2. - 1998. – Ч.2. - С. 64.
6. Грінберг Дж. Управління стресом. Київ: АСП, 2002. 496 с.
7. Максименко С.Д. Загальна психологія: Підручник / С. Д. Максименко. Вінниця: Нова Книга, 2004. – 704 с.
8. Дуткевич Т.В. Загальна психологія: навчально– методичний посібник / Т.В.Дуткевич. – Кам'янець–Подільський: ПП Зволейко Д.Г., 2015. – 432 с.
9. Киричук О.В. Основи психології: Підручник/ О.В.Киричук, В.А.Роменець. Київ: Либідь, 1999. 632 с.
10. Максименко С. Д. Загальна психологія : навч. посібник / С. Д. Максименко. - Видання 2-ге, перероблене та доповнене. Київ : Центр навчальної літератури, 2003. С. 58-72.
11. Варій М.Й. Загальна психологія. Навчальний посібник / М.Й.Варій. – К.: ЦУЛ, 2007. – 968 с.