

УДК: 159.972 : 616.891 – 057.87

Ткач Т. В., Жайворонок Ю. С.

Кременчуцький національний університет імені Михайла Остроградського, Кременчук

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ НЕВРОТИЧНИХ СТАНІВ У СТУДЕНТІВ

Здійснено теоретичний аналіз проблеми впливу психологічних чинників на формування невротичних станів у студентів. Обґрунтовано актуальність дослідження, що зумовлена нестабільністю, складністю та різноманітністю соціального простору з одного боку, а з іншого – новою соціальною роллю студента, яка потребує зусиль для адаптації до нових вимог, нового соціального оточення. Зазначено, що саме в цей віковий період відбувається інтенсивний розвиток особистості, формування її інтелектуальної, емоційно-вольової та мотиваційної сфер, системи ціннісних орієнтацій, професіоналізація та самовизначення у життєвому просторі, а невротичні стани деструктивно позначаються на життєдіяльності студентів, процесах особистісного розвитку, адаптації до навчання та самореалізації. Проаналізовано основні підходи до розуміння невротичних станів особистості, надано їх класифікацію. Наголошено на тому, що існуючі соціально-психологічні, економічні та побутові чинники здійснюють вплив на формування невротичних станів у студентському віці. Розглянуто основні моделі психокорекційних та профілактичних технік подолання невротичності у студентської молоді. Актуалізовано питання необхідності створення системи психологічного супроводу студентів на шляху адаптації до умов навчання у вузі і механізму подолання їхньої невротизації.

Ключові слова: невроз, невротичний стан, студентський вік, адаптація, психологічний стрес, психологічна допомога.

Ткач Т. В., Жайворонок Ю. С.

Кременчугский национальный университет имени Михаила Остроградского, Кременчуг

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ НЕВРОТИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ У СТУДЕНТОВ

Осуществлен теоретический анализ проблемы влияния психологических факторов на формирование невротических состояний у студентов. Обоснована актуальность исследования, обусловленная нестабильностью, сложностью и разнообразием социального пространства с одной стороны, а с другой – новой социальной ролью студента, которая требует усилий для адаптации к новым требованиям, новому социальному окружению. Указано, что именно в этот возрастной период происходит интенсивное развитие личности, формирование ее интеллектуальной, эмоционально-волевой и мотивационной сфер, системы ценностных ориентаций, профессионализация и самоопределения в жизненном пространстве, а невротические состояния деструктивно сказываются на жизнедеятельности студентов, процессах личностного развития, адаптации к обучению и самореализации. Проанализированы основные подходы к пониманию невротических состояний личности, предоставлена их классификация. Отмечено, что существующие социально-психологические, экономические и бытовые факторы оказывают влияние на формирование невротических состояний в студенческом возрасте. Рассмотрены основные модели психокоррекционных и профилактических техник преодоления невротичности у студенческой молодежи. Актуализирован вопрос о необходимости создания системы психологического сопровождения студентов в вопросе адаптации к условиям обучения в вузе и нахождения механизмов преодоления невротизации.

Ключевые слова: невроз, невротическое состояние, студенческий возраст, адаптация, психологический стресс, психологическая помощь.

АКТУАЛЬНІСТЬ РОБОТИ. Суспільно-економічні умови життя в сучасній Україні стають все більш нестабільними, кризовими, породжують довготривалі внутрішні конфлікти, емоційну напругу, тривогу, що сприяє наростанню невротизації населення. З іншого боку дана ситуація вимагає активних, небайдужих, свідомих громадян, здатних включитися в процеси розбудови держави. Виникнення внутрішнього конфлікту пов'язано з тим, що принципи, установки, шаблони, що були прийняті психікою заздалегідь руйнуються або суперечать цілям і бажанням особистості. Соціальне напруження, нестабільність пізнавального простору ускладнює процес адаптації студентів до життя та навчання, їхню орієнтацію в нестандартних ситуаціях. Умови сьогодення потребують формування в особистості стійких суспільнозначущих моделей поведінки, навичок володіння собою, котрі б забезпечували стресостійкість особистості. Наростаюча невротизація молоді проявляється через почуття невпевненості у завтрашньому дні, агресивності, переживанні самотності, фрустрованості тощо.

Мета статті – здійснити теоретичний аналіз вивчення проблеми невротичних станів у психологічній літературі, обґрунтувати вплив психологічних чинників на формування невротичних станів у студентів та з'ясувати особливості психокорекційних та профілактичних технік щодо подолання невротичності студентів.

МАТЕРІАЛ І РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ. Аналіз літературних джерел дозволив визначити поняття «невротичний стан» – це психогенне порушення психічної рівноваги особистості, яке формується через вплив на центральну нервову систему стресової ситуації, в результаті чого порушуються особливо значимі відносини особистості, що проявляється в вигляді загальноприйнятих клінічних симптомів, таких як, безсоння, головний біль, вегетативно-вісцеральні симптоми функціонального характеру при відсутності психотичної поведінки [6].

Поняття невроз з'явилося в медицині ще у XVIII столітті і належить воно шотландському лікарю В. Кулену. В 1779 вчений вперше використав термін «невроз», означивши патологічні прояви поведінки, що далекі від норми, питання патологічної анатомії, фізичної чи психічної зумовленості не порушували взагалі [8].

Психоаналітики (А. Адлер, З. Фрейд, К. Хорні та ін.) розуміють невроз і його симптоматику в основному як наслідок глибинного психологічного конфлікту, що формується на основі соціальної ситуації, яка перешкоджає задоволенню фундаментальних потреб особистості, або становить загрозу для майбутнього, яку людина не в змозі подолати.

З. Фрейд бачив цей конфлікт в базовому протиріччі між інстинктивними потягами «воно» та протирічливим тиском «над-я», які представляють собою мораль і норми суспільства.

К. Хорні вважала, що базовий конфлікт неврозу – результат протиріччя між несумісними захисними тенденціями особистості.

Для захисту від таких несприятливих соціальних факторів як приниження, соціальна ізоляція, тотальна контролююча любов батьків, зневага і агресивне ставлення, особистість формує способи захисту, засновані на принципах «до людей», «проти людей» і «від людей». Невротик схильний відразу до всіх трьох тенденцій, однак одна з них домінує, і таким чином можна умовно класифікувати невротиків на «підлеглих», «агресивних» і «відокремлених» [1].

В останні десятиліття деякі специфічні точки зору на природу невротичних розладів у закордонній психології пов'язані з біхевіоризмом та гуманістичною психологією.

В даний час у багатьох західних країнах мають вагу концепції біхевіористської терапії, в якій заперечується існування невротичного розладу в якості самостійної нозологічної одиниці.

З погляду біхевіористів (Х. Айзенк, Д. Вольпе та ін.) реально існують лише окремі невротичні симптоми, як результат неправильного процесу наування.

Вчені стверджують, що немає неврозу, який ховається за симптомом, більш за все це він і є. При цьому ігнорується роль свідомих соціальних факторів особистісного функціонування.

Дослідження І. П. Павловим експериментальних неврозів у тварин і аналіз невротичних станів у людини, надали йому можливість визначити невроз як хронічне тривале порушення вищої нервової діяльності, в наслідок якого виникає перенапруження нервових процесів у корі великих півкуль головного мозку під дією неадекватних за силою чи тривалістю зовнішніх подразників [4].

Психоневролог В. М. Мясичев визначає невроз як хворобу особистості, котра виникає внаслідок конфлікту між внутрішніми потребами та реальними можливостями, в результаті чого руйнуються соціальні зв'язки [8].

Кожна людина має певні ресурси, як зовнішні, так і внутрішні для протидії стресовим ситуаціям, але коли умови переважають над потребами, то порушується стан рівноваги, що неминуче призводить до виникнення невротичних станів.

В даний час студентство представляє собою найбільш вразливу соціальну групу, яка знаходиться в зоні впливу несприятливих соціально-психологічних умов існування суспільства, в яких прояв невротичних станів формується на базі індивідуальних якостей нервової системи під впливом соціально-психологічних, економічних та побутових проблем.

На думку Б. Д. Карвасарського, М. М. Кабанова, В. В. Ковальова, А. Є. Лічко, Н. І. Феминської та інших одним із чинників формування невротичних станів є вплив виховання батьків. В деяких сім'ях не завжди приділяється достатньо уваги дитині, зокрема освітньому розвитку, вихованню суспільно-моральних норм та підтримки на протязі дорослішання [2;3].

С. Г. Файнберг зазначав, що причиною виникнення неврозу в молоді здебільшого було зумовлене неправильним виховання у ранньому дитинстві, а не неповноцінністю нервової системи [1].

Проблеми психічного здоров'я сучасної молоді турбують багатьох представників психологічної науки і практики, чинники та шляхи подолання в Україні досліджували Н. В. Гайова, С. Ф. Кудін, Т. В. Мазур – в контексті шляхів подолання невротичних станів студентської молоді; О. М. Хлівна, характеризуючи індивідуально-психологічні характеристики психічного здоров'я студентської молоді; Ю. Ю. Мосейчук, вивчаючи особливості профілактики порушень соціально-психологічної адаптації студентів [5].

Основним чинником невротичних станів у студентському віці виступає складнощі соціально-психологічної адаптації, яка відбувається на першому курсі. На думку Т. Ю. Волгіної, адаптація до способу життя, навчання та дозвілля у вищому навчальному закладі пов'язана зі стрімкою зміною соціального статусу особистості. Основний зміст процесу адаптації вчена визначає як:

–нове ставлення до професії; засвоєння нових навчальних норм, оцінок, способів та прийомів самостійної роботи;

–пристосування до навчального колективу, його звичаїв і традицій;

–оволодіння новими видами наукової діяльності, науково-дослідної роботи студентів;

–пристосування до побутових умов у студентському гуртожитку, зразків студентської культури та форм використання вільного часу [3, с. 51].

Невротичні стани у студентському віці можуть проявлятися під впливом різних зовнішніх чинників.

До основних факторів належить – соціально-психологічні чинники (нестабільні суспільні відносини, конфлікт в державі, не розуміння перспективи власного майбутнього); економічні (неадекватне співвідношення заробітної плати та цін на товари і послуги); побутові (проживання в погано облаштованих гуртожитках).

Грунтуючись на виділені нами стресогенні фактори, які впливають на формування невротичних станів студентів можна планувати застосування психологічних практик щодо подолання та попередження виникнення даної проблеми. Перш за все, необхідно впроваджувати у вищих навчальних закладах програми підтримки першокурсників, що мають включати індивідуальне консультування та групові форми роботи з використанням різних терапевтичних підходів.

Існує безліч методів і технік лікування невротичних станів, зазвичай використовують психотерапію і медикаментозне лікування транквілізаторами та антидепресантами.

Зокрема, при невротизованих станів на первинній стадії лікування рекомендується застосування когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) і антидепресантів, також можна використати психодинамічну терапію або психоаналіз [7].

Техніки когнітивної психотерапії при невротизації здійснюються в вигляді тренінгу адаптивності, який спрямований на формування в студента думок, що в подальшому змогло б спровокувати позитивний настрій, і, як наслідок, знизити тривожність (ситуативну та особистісну).

Особливості психоаналітичної терапії при невротизації полягає в усвідомленні студентом власних суперечень, що дає можливість побудувати більш точну картину його особистості [7]. Головне завдання психотерапії полягає в тому, щоб допомогти особистості усвідомити всі взаємозв'язки, сукупність яких визначає розвиток невротизації.

Дуже важливим являється залучення уваги студента як до суб'єктивних переживань, так і до особливостей суспільства.

При лікуванні невротизації також дуже важливе місце займає гіпноз і аутогенне тренування. Якщо хвороба викликана сезонною депресією, то для його лікування та профілактики краще використовувати прогулянки в ясну погоду або світлотерапію.

Сьогодні фахівцям відносно не складно діагностувати невротичні стани, вивчення симптомів прописується в загальнодоступних наукових джерелах, які зазвичай яскраво виражені [6].

Важливо що особистість довгий час може не розпізнавати що невротичний стан трансформувалася в глибокий невротизації. І лише коли у нього погіршиться самопочуття звернеться до фахівця. Посилення симптомів може привести до того, що людина закритися від зовнішнього світу, сконцентрується на власному «Я» та не буде просити допомоги [4].

ВИСНОВКИ. Нестабільність, соціальні конфлікти, негативний вплив засобів масової інформації, економічна криза, зміна реформ, зменшення робочих місць – на даний момент це є одними із найвпливовіших чинників, що впливають на появу в студентів невротичних станів. Саме ця соціальна група підпадає в зону ризику, адже події, якими вони оточені провокують стрес, страх, тривожність на основі невизначеного майбутнього. На фоні таких проблем у студентів можливе зниження навчальної активності, самооцінки, саморегуляції та самоаналізу, що в результаті сповільнить процес самоактуалізації особистості. Впровадження системи психологічної підтримки у формі корекційних та профілактичних тренінгів, що спрямовані на адаптацію молодих людей до мінливих умов в суспільстві є дуже актуальним та необхідним у сучасній вищій школі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Балабанова Л. М. Актуалізація процесів психосоматичного становлення студентів в умовах вищої школи / Л. М. Балабанова // Вестн. Харків. ун-та. – Сер. «Психологія». – 2000. – № 472. – С. 12–14.
2. Буяльська Т. Б. Теоретичні та практичні аспекти роботи кураторів з адаптації студентів першого курсу в умовах вищого навчального закладу / Т. Б. Буяльська, М. Д. Прищак // Вісн. Вінницького політех. інст. – 2008. – № 5. – С. 105–112.

3. Волгина Т. Ю. Адаптация студентов к обучению в педагогическом вузе : трудности, проблемы, пути их решения [Электронный ресурс] / Т. Ю. Волгина // Вестн. Омск. гос. пед. ун-та : электрон. науч. журн. – 2007. – Режим доступа : http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Трков_2013_48_15.pdf.

4. Вегетативные расстройства: клиника, лечение, диагностика / Под ред. А. М. Вейна. – М. : Медицина, 2000. – 752 с.

5. Гайова Н. В. Вплив навчального процесу на психоемоційний стан студентів / Н. В. Гайова // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. – Чернігів, 2005. – Вип. 31. – Т. 1. – С. 103–104.

6. Клиническая психология. Словарь / Под ред. Н. Д. Твороговой. – М. : ПЕР СЭ, 2007. – 416 с.

7. Литвак М. Е. Неврозы: клиника, профилактика, лечение / М. Е. Литвак. – Ростов н/Д. : Психологическое айкидо, 1993. – 112 с.

8. Мясичев В. Н. Основы общей и медицинской психологии / В. Н. Мясичев, Б. Д. Карвасарский, С. С. Либих и др. – М. : Медицина, 1968. – 216 с.

Ткач Т., Zhaivoronok Yu.

Kremenchug National University named after Mikhail Ostrogradsky, Kremenchuk

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF NEUROTIC STATES OF STUDENTS

The theoretical analysis of the problem of the influence of psychological factors on the formation of neurotic states in students is carried out. The relevance of the research due to the instability, complexity and diversity of the social space on the one hand, and on the other - the new social role of the student, which needs effort to adapt to the new requirements, the new social environment, is substantiated. It is noted that it is during this age that intensive personality development, the formation of its intellectual, emotional and volitional and motivational spheres, the system of value orientations, professionalization and self-determination in the living space, and neurotic states destructively affect the life of students, processes of personal development, adaptation to learning and self-realization. The basic approaches to understanding of neurotic states of the personality are analyzed, their classification is given. It is emphasized that existing socio-psychological, economic and everyday factors influence the formation of neurotic states at the student's age. The main models of psycho-correction and preventive techniques for overcoming neuroticism in students' youth are considered. The issue of the necessity of creating a system of psychological support for students on the path of adaptation to the conditions of study at the university and the mechanism of overcoming their neuroticism has been updated

Key words: neurosis, neurotic condition, student's age, adaptation, psychological stress, psychological help.

REFERENCES

1. Balabanova, L.M (2000), "Actualization of processes of psychosomatic perfection of students in conditions of the higher school", *Vestnik Kharkivskogo university*, No. 472, pp. 12–14. [in Russian]

2. Buyalska, T.B (2008), "Theoretical and practical aspects of robotics curatorial adaptation of students in the first course in the skills of a vigorous naval mortgage", *Vestnik Vinnitskogo politechnikal institut*, No. 5, pp. 105–112. [in Ukrainian]

3. Volgina, T.Yu. (2007), "Adaptation of students to teaching in a pedagogical college: difficulties, problems, ways to solve them", *Vestn. Omsk. gos. ped. un-ta*, available at: http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Трков_2013_48_15.pdf [in Russian]

4. Vein, A. M. (2000), *Vegetativnyye rasstroystva: klinika, lecheniye, diagnostika*, Meditsina, Moscow, Russian [in Russian]
5. Gayova, N.V. (2007), "Influence of educational process on psycho-emotional state of students", *Visnyk Chernihivskogo derzhavnoho pedahohichnoho universytetu imeni T.G. Shevchenka*, Vol. 31, pp. 103–104. [in Ukrainian]
6. Tvorogovaya, N.D. (2007), *Klinicheskaya psikhologiya*, PER SE, Moscow, Russian. [in Russian]
7. Litvak, M.E (1993), *Nevrozy: klinika, profilaktika, lecheniye*, Psychological aikido, Rostov-na-Donu, Russian. [in Russian]
8. Myasishchev, V.N, Karvasarskiy, B.D. and Libikh, S.S. (2007), *Osnovy obshchey i meditsinskoj psikhologii*, Medicine, Moskow, Russian. [in Russian]

Ткач Тамара Володимирівна

д. психол. н., доц.
Кременчуцький національний університет
імені Михайла Остроградського,
вул. Першотравнева, 20, м. Кременчук
Полтавської обл., Україна, 39600
Тел. +38(053)6636172
E-mail: kafspn@rambler.ru



Tkach Tamara Volodimirovna,

Doctor of Psychological Sciences, Associate
Professor, Associate Professor of Psychology,
pedagogy and philosophy Department,
Kremenchuk Mykhailo Ostrohradskyi National
University, vul. Pershotravneva, 20,
Kremenchuk,
Poltava Region, Ukrain, 39600
Tel. +38(053)6636172
E-mail: kafspn@rambler.ru

Жайворонок Юлія Сергіївна

магістр II курсу навчання, спеціальність
«психологія»
Кременчуцький національний університет
імені Михайла Остроградського,
вул. Першотравнева, 20, м. Кременчук
Полтавської обл., Україна, 39600
Тел. +38(099)0370558
E-mail: zhaivoronok2504@gmail.com



Zhaivoronok Yulia Sergeivna,

master of II year of study, specialty
«psychology» Kremenchuk Mykhailo
Ostrohradskyi National University,
vul. Pershotravneva, 20, Kremenchuk,
Poltava Region, Ukrain, 39600
Tel. . +38(099)0370558
E-mail: zhaivoronok2504@gmail.com

Стаття надійшла 16.09.2017