

Н. В. Юнг

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, Одеса

Соціально-психологічні аспекти психічного здоров'я студента

Процес формування духовного суспільства передбачає вирішення питання щодо виховання особистості, яка здатна активно пізнавати довкілля, впливати на нього, творити його. У силу цього особлива увага концентрується на вивченні психічного здоров'я.

Термін «психічне здоров'я» був введений Всесвітньою Організацією Охорони Здоров'я (ВООЗ), у доповіді Комітету експертів ВООЗ «Психічне здоров'я і психосоціальний розвиток дітей» (1979) сказано, що порушення психічного здоров'я пов'язані як з соматичними захворюваннями або дефектами фізичного розвитку, так і з різними несприятливими факторами і стресами, які впливають на психіку і пов'язаними з соціальними умовами.

Образ людини – одна з найбільш важливих проблем у філософії, психології, педагогіці. Він зосереджує увагу на проблемах особистості, її психологічних векторів,

екзистенційних етапів, усвідомлення відповідальності за творення себе й навколишнього світу. Внутрішній світ людини не лише проявляється безпосередньо в поведінці, але й включає в себе багатство думок, образів, почуттів, бажань, що притаманні людині, яка переживає й виступає єдиним джерелом знань про них. Важливе місце також посідають соціально-психологічні аспекти. Не дивлячись на те, що людина створена природою, але творить людину суспільство. Людина більшою мірою формує духовне та психологічне середовище, у якому вона живе. Уявлення про саму себе, яке складається в результаті самосприйняття й самооцінки, виконує також функцію побудови стратегій поведінки в діяльності й розвитку. Таким чином, має здатність впливати на власну духовність.

Життя сучасної людини дуже активне, воно насичене постійно подіями, які накладають свій відбиток на життя молодшої людини. Молода ж людина, а особливо студент першого курсу, не завжди чітко уявляє собі студентське життя. Студент інколи може впасти в крайнощі, або дуже старанно підходити до кожного виду діяльності в університеті чи, навпаки, сподівається, що він усе зможе підготувати, але лише напередодні модульних контролів із дисциплін. І в першому, і в другому випадку таке ставлення до навчання може призвести до порушення психологічного балансу здоров'я молодшої людини, яка не завжди може чітко диференціювати навчання та відпочинок. Згідно з дослідженнями найважливішим фактором розвитку молодшої людини є формування не лише всебічно розвиненої особистості, але й соціалізація її з позиції духовного та суспільного життя. Не слід забувати й про протиріччя, які, на жаль, часто можна зустріти в молодих людей. Вони викликані процесами дегуманізації, зневірою, економічною нестабільністю.

Великий вплив на студента мають своєрідності поведінки інших студентів, їх уміння управляти своїми

емоціями та вибором. Слід наголосити, що емоційно-чуттєва сфера досягається засвоєнням естетичного досвіду людства та його подальшим розвитком як засобом власного самовизначення.

Необхідно наголосити на тому, що адаптація студента співвідносна з процесом соціалізації. Саме шляхом адаптації в процесі соціалізації формуються найбільш цінні ознаки та риси студента, котрі дають можливість правильно навчатися, відпочивати та врешті-решт жити.

Отже, соціально-психологічні аспекти є важливою складовою формування не лише світоглядних позицій студента, але і його здорового способу життя.

Список використаної літератури

1. Большой психологический словарь / Сост. И общ. Ред. В.Мерещяков, В.Зинченко. – Спб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003.

2. Всемирная декларация по здравоохранению ВОЗ. Копенгаген, 1998; Загальна декларація прав людини. – К., 1998.

3. Кочерга О., Васильев О. Психічне здоров'я молодшого школяра. // Психолог на батьківських зборах / Упоряд. О.Главник. – К.: Редакції загальнопедагогічних газет, 2003.

4. Крузе В. Психосоматичні розлади в дитячому віці // Практична психологія та соціальна робота. - 1999. - №2.

5. Максименко С.Д. Психічне здоров'я дітей // Психолог. – січень 1(1) 2002.

6. Поташнюк Р.З. Психогігієна: Навч.посібн. / Волин.держ. ун-т ім. Л.Українки. – Луцьк: Надстрія, 2000.

7. Практическая психология образования / под ред. И.В.Дубровиной: Учебник для студентов высших и средних специальных заведений. – М.: ТЦ «Сфера». – 2000.