

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Селіванова Вікторія

Актуальність проблеми. В умовах воєнного стану психоемоційний стан студентської молоді зазнає суттєвого негативного впливу, що проявляється у зростанні тривожності, депресивних проявів, агресивності та зниженні психологічного благополуччя. Хронічний стрес, спричинений загрозою безпеці, інформаційним перевантаженням, вимушеною міграцією та невизначеністю майбутнього, істотно впливає на психіку молоді [1]. Студентський вік як період активного особистісного та професійного становлення підсилює чутливість до цих факторів. Особливої актуальності набуває вивчення гендерних відмінностей, оскільки вони визначають специфіку емоційного реагування та адаптації до стресу, впливаючи на способи переживання і подолання труднощів. Поєднання навчального навантаження з воєнними подіями підвищує ризик дезадаптації, а недостатня розробленість комплексних досліджень із урахуванням гендерного чинника зумовлює необхідність подальшого наукового аналізу [2].

Мета тези є емпіричне вивчення гендерних відмінностей психоемоційного стану здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану.

Вибірка дослідження сформована відповідно до мети - виявлення гендерних особливостей переживання негативних емоційних станів студентів в умовах воєнного стану. У дослідженні взяли участь 60 здобувачів вищої освіти віком 18–25 років (період ранньої дорослості). Вибірка сформована методом цільового добору і включає студентів, які навчаються в Україні в умовах війни та зазнають впливу стресогенних факторів. Вона є гендерно збалансованою (30 жінок і 30 чоловіків), що забезпечує коректність порівняння та валідність результатів.

Методичний інструментарій дослідження є комплексним і валідним, оскільки охоплює основні компоненти психоемоційного стану: тривожність, депресію,

агресивність і психологічне благополуччя. Це забезпечує всебічний аналіз як негативних проявів, так і ресурсів особистості в умовах воєнного стресу.

Для вимірювання тривожності використано шкалу Бека (BAI), яка є надійним інструментом із високою чутливістю до когнітивних і соматичних проявів тривоги та дозволяє оцінити рівень психоемоційного напруження [5]. Шкала депресії Бека (BDI) застосована як «золотий стандарт» для діагностики депресивних станів і дає змогу визначити їх рівень та структуру [4].

Опитувальник агресивності Басса–Дарки (BDHI) дозволяє дослідити різні форми агресивних і ворожих реакцій, що є важливим для аналізу непрямих проявів стресу, зокрема у чоловіків [3]. Шкали психологічного благополуччя К. Ріфф (RSPWB) використовувалися для оцінки позитивного функціонування особистості, зокрема самоприйняття, автономії та міжособистісних відносин, що дає змогу дослідити ресурси адаптації [6]. Додатково застосовано авторську анкету, спрямовану на оцінювання впливу воєнного стану та визначення основних стресогенних факторів. Вона дозволяє врахувати специфіку воєнного контексту, однак її обмеженням є відсутність стандартизації.

Емпіричне дослідження виявило чіткі гендерні відмінності за всіма показниками психоемоційного стану. У дівчат зафіксовано значно вищий рівень тривожності ($M = 17,57$), що відповідає помірному рівню, тоді як у хлопців ($M = 11,40$) він залишається в межах легкого. Більше половини дівчат мають помірну тривогу, а також наявний важкий рівень, який відсутній у чоловіків. Це свідчить про більш хронічний характер тривожних переживань у студенток.

Аналогічна тенденція спостерігається щодо депресії: у дівчат домінують помірний (60 %) і важкий рівні (20 %), тоді як у хлопців переважають мінімальний і легкий. Середні значення (24,37 проти 11,57) демонструють більш ніж дворазову різницю, що вказує на глибший і стійкіший характер депресивних станів у жінок.

Рівень агресивності та ворожості також вищий у дівчат за всіма показниками,

особливо за образою, підозрілістю та вербальною агресією. Це свідчить про переважання непрямих, емоційно зумовлених форм агресії. У хлопців ці показники менш виражені та більш згладжені, що може бути пов'язано зі стримуванням емоцій. На противагу цьому, психологічне благополуччя є вищим у хлопців за всіма шкалами, зокрема за показниками життєвих цілей, автономії та самоприйняття. Обидві групи перебувають у межах середнього рівня, однак хлопці - ближче до верхньої межі, а дівчата – до нижньої. Встановлено, що дівчата мають значно вищий рівень впливу воєнних подій (66,7 % - високий рівень), що пояснює підвищені показники тривоги, депресії та агресивності. Це свідчить, що гендерні відмінності зумовлені не лише психологічними особливостями, а й різним рівнем залученості до стресових факторів.

Кореляційний аналіз показав, що депресія, агресивність, ворожість і воєнний вплив утворюють єдиний комплекс психоемоційного неблагополуччя з тісними позитивними зв'язками між показниками. Найсильніший зв'язок виявлено між агресивністю та ворожістю ($r_s = 0,965$), що свідчить про їх єдність. Депресія виступає центральним компонентом, пов'язаним як із внутрішніми переживаннями, так і з впливом зовнішніх факторів. Водночас усі негативні показники мають зворотний зв'язок із психологічним благополуччям, яке виступає ключовим ресурсом адаптації. Частина кореляцій зумовлена саме гендерними відмінностями, що підтверджується їх зникненням при аналізі окремих груп (ефект «парадоксу Сімпсона»). Це вказує на визначальну роль гендеру як модератора психоемоційних процесів.

Таким чином, психоемоційний стан студентів у воєнних умовах має комплексний характер і формується під впливом взаємодії особистісних та ситуаційних чинників, серед яких ключову роль відіграють депресія, ворожість, воєнний вплив і гендер. Результати дослідження підтверджують наявність гендерних відмінностей у психоемоційному стані студентської молоді в умовах воєнного стану. Дівчата демонструють вищі рівні тривоги, депресії, агресивності та

ворожості при нижчому рівні психологічного благополуччя, що зумовлено як більшою емоційною чутливістю, так і сильнішим впливом воєнних стресорів.

Встановлено, що депресія є центральним компонентом психоемоційного неблагополуччя, тоді як психологічне благополуччя виступає важливим ресурсом його зниження. Такі характеристики підкреслюють необхідність розробки гендерно чутливих програм психологічної підтримки, спрямованих на розвиток адаптивних копінг-стратегій і підвищення стресостійкості студентів.

Перспективи подальших досліджень полягають у більш глибокому вивченні механізмів взаємозв'язку між гендерними особливостями та структурою психоемоційного реагування, зокрема з урахуванням тривалості впливу воєнного стресу. Доцільним є проведення лонгітюдних досліджень, які дозволять простежити динаміку змін психоемоційного стану студентської молоді в часі та визначити чинники, що сприяють або перешкоджають психологічній адаптації.

Список використаних джерел

1. Алфузова Г. В., Найдьонова Г. О., Кротенко В. І. Особливості психічного здоров'я першокурсників на етапі адаптації до навчання в умовах воєнного стану. Габітус. 2022. № 41. С. 278–283. http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit_2022_41_51
2. Журавльова Л. П., Хильченко Л. Статева диференціація ознак стресу в умовах війни. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2023. <https://surl.li/zsnnpa>
3. Методика «Діагностики показників і форм агресії» (А.Басса та А.Дарки) <https://surl.li/qxyuel>
4. Методика «Шкала депресії Бека» <https://surl.li/vcvmsj>
5. Методика «Шкала тривоги Бека» <https://surl.li/teusgz>
6. Шкали психологічного благополуччя К. Ріфф с. 5-9 <https://surl.li/amnfns>