

Родіна Ю. Д.,
*доктор філософії, доцент,
доцент кафедри педагогіки та психології
Українського державного університету науки і технологій*

Чуприна В. В.,
*здобувачка
Українського державного університету науки і технологій*

ВИВЧЕННЯ НАЯВНОСТІ ДЕПРЕСІЇ У ЗДОБУВАЧІВ 1 РІВНЯ НАВЧАННЯ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

Проблема депресії серед молоді стає все більш загостреною у світі, що швидко змінюється. Постійні, плинні соціальні зміни, інформаційне перенавантаження, тенденція зростання само– і соціальних вимог до успішності в усьому – не зважаючи на психічний стан та обставини, посилюють ймовірність виникнення депресивних розладів як у всього населення, так і в молодіжному віці, коли психіка часто просто ще не навчилася чинити опір несприятливим обставинам.

Уже в передвоєнний період порівняно з іншими країнами, в Україні зареєстровано особливо високий рівень депресії. Наприклад, за даними дослідження STEPS в Україні 12,4% дорослого дослідженого населення мають окремі симптоми депресії. При цьому у жіночій статі частіше зустрічаються сформовані симптоми, ніж у чоловіків – 16,2% і 8,7% відповідно. При цьому питання наявності симптомів депресії ніяк не вирішується тими, хто їх має – за тими ж дослідженнями лікування і психотерапію проходить менше 1 % з них [1].

Як свідчать дослідники, проблема депресії серед молоді набуває все більшої гостроти в сучасному світі, адже все більшає наявність погано вирішуваних, особливо для окремих особистостей, ситуацій – це не тільки стихійні порушення і регіональні конфлікти, а й світові епідемії та війни [1, 2].

Швидкі соціальні зміни, підвищені вимоги до успішності, інформаційне перенавантаження та інші фактори створюють сприятливий ґрунт для розвитку депресивних розладів у молодіжному віці. Тому проведення наукових досліджень, спрямованих на виявлення причин, поширеності та особливостей депресії серед молоді, є актуальним завданням сучасної психології [3].

У разі молоді, що навчається у закладах вищої освіти, до загальних причин і сфер впливу депресії – таких як труднощі і невдачі особистого життя, проблеми із здоров'ям із-за недостатньої сформованості позиції

щодо здорового способу життя, фінансової невлаштованості, додається тиск із-за достатньо насиченого навантаження на здобувачів, що є вимогами сучасного навчання у закладах вищої школи, де кількість завдань, проєктів зростає і це є обов'язковою рисою сучасної вищої освіти.

Пропуск початку формування депресивного стану може призвести до серйозних порушень, що навіть на початковій стадії суттєво впливають на успішність навчання. Адже депресію супроводжує знижена концентрація уваги, розлади пам'яті, нездатність продуктивно мислити, що впливає на академічну успішність. Це все знижує мотивацію до навчання і послаблює власну самооцінку, не дає особистості сформуватися у сильного фахівця.

Найбільший же вплив буде спостерігатись на емоційно-вольову сферу, і це ще посилить вже перераховані проблеми [1, 2].

Враховуючи вже четвертий рік перебування у складних воєнних умовах, важливим є розуміти наскільки це впливає на психічний стан учасників. І чи не призводить цей чинник до високих цифр наявності депресії у молоді, що навчається.

Ми поставили за мету дослідити наявність депресії у здобувачів першого рівня навчання. Дослідження проводилось на базі ННІ ПДАФКіС Українського державного університету науки і технологій із здобувачами 3 курсу.

Для перевірки наявності і вираженості депресії у досліджених, використовувались психодіагностичні методи – тестування за шкалою депресії Бека (Beck Depression Inventory), яка була розроблена на основі клінічних спостережень, де депресія визначається за п'яти рівнями, перший з яких говорить про відсутність депресії, останній – про важку форму депресії.



Рис. 1. Наявність і рівні депресії здобувачів 1 рівня навчання спеціалізації фізична культура

Як бачимо, у досліджених здобувачів сформовано важкий рівень депресії у 37%, що співпадає з близько 40 відсотками, які отримали дослідники, матеріали яких представлені на конференціях з відповідної тематики, що пройшли у 2023-2024 роках та матеріалах дослідницьких агенцій, таких як проведене дослідницькою агенцією Info Sapiens, що проводились на замовлення різних програм і органів [1, 2].

Висновки. Численні дослідження свідчать про особливу вразливість молоді, у тому числі, яка навчається і знаходиться на етапі як становлення особистості, так і формування власної психоемоційної стабільності.

На основі досліджених груп студентів отримано дані про відсоток сформованої важкої стадії депресії близько 40, що співпадає з даними, що отримують дослідники за роки повномасштабної війни в Україні.

Враховуючи, що лікування депресії – це індивідуальний процес, треба посилити роботу серед студентської молоді і у залежності від рівня виявленості депресії, застосовувати не тільки психоедукацію у роботі із здобувачами, а й можливе психологічне і психотерапевтичне втручання на більш серйозному рівні.

Враховуючи продовження перебування України у війні, а значить необхідність здобувачам проходити навчання у обставинах з посиленням навантаження на психіку, необхідним є проводити моніторинг психічного стану здобувачів освіти, де тестування на депресію є обов'язковим елементом перевірки психічного стану.

Список використаних джерел:

1. Вплив війни на молодь в Україні. URL: https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2024-12/undp-impact-of-war-on-youth-in-ukraine_0.pdf
2. Єременко Н.П., Ковальова Н.В., Ужвенко В.А. Психічне здоров'я студентської молоді України під час війни : матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації»: зб. наук. пр. Переяслав, 2023. Вип. 92. С. 90-93.
3. Юнак В.Ю. Депресія: погляд психотерапевта. К: Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина», 2023. 334 с.