

DOI <https://doi.org/10.30525/2592-8813-2021-2-5>

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ: АСПЕКТ СТАТЕВИХ ВІДМІННОСТЕЙ

Дмитро Волков,

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри загальної психології та патопсихології

Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара (Дніпро, Україна)

ORCID ID: 0000-0002-3690-1308

d_volkov66@i.ua

Олена Абатурова,

аспірантка кафедри загальної психології та патопсихології

Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара (Дніпро, Україна)

ORCID ID: 0000-0001-9470-3345

Chernykhlena1@gmail.com

Анотація. У статті психічне здоров'я розглядається як динамічний процес і як результат, що відбиває рівень адаптації до навколишнього середовища, продуктивність, самореалізацію в житті й активну життєву позицію. Визначено, що високими є показники психоемоційного стресу, тривожності, напруження, гіподинамії, характерне погіршення окремих психічних процесів та працездатності в цій групі, особливо в період пандемії Covid-19. Теоретичне дослідження дозволило встановити, що показники психічного здоров'я дівчат у період навчання в закладі вищої освіти є зниженими, у порівнянні із хлопцями, що виявляється у високих показниках тривожності, нейротизму, стресу, нижчих показниках задоволеності якістю життям, вищих рівнях ризику розвитку депресії. На противагу дівчатам, студентам-хлопцям більшою мірою властиві вищі рівні фізичного та психічного здоров'я, життєва активність, вищі показники перебігу окремих психічних функцій. Установлено, що ситуаційні (умови пандемії, адаптація студентів до дистанційних форм навчання тощо) і особистісні чинники більшою мірою зумовлюють стабільність психічного здоров'я та благополуччя, а також визначають рівень переживань, поведінки, перебігу психічних процесів, фізіологічних реакцій, ніж статеві приналежність студентів.

Ключові слова: психічне здоров'я, статеві відмінності, особистісні властивості, студенти, тривожність, екстраверсія, нейротизм, психічний стан особистості.

MENTAL HEALTH OF UNIVERSITY STUDENTS: ASPECT OF GENDER DIFFERENCES

Dmytro Volkov,

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor at the Department of General Psychology and Pathopsychology

Oles Honchar Dnipro National University (Dnipro, Ukraine)

ORCID ID: 0000-0002-3690-1308

d_volkov66@i.ua

Olena Abaturova,

Postgraduate Student at the Department of General Psychology and Pathopsychology

Oles Honchar Dnipro National University (Dnipro, Ukraine)

ORCID ID: 0000-0001-9470-3345

Chernykhlena1@gmail.com

Abstract. In the article, mental health is considered as a dynamic process, and as a result, reflecting the level of adaptation to the environment, productivity, self-realization in life and an active life position. It is determined that high indicators of psychological and emotional stress, anxiety, tension, inactivity, characteristic deterioration of individual mental processes and performance in this group, especially during the Covid-19 pandemic. A theoretical study allowed us to establish that the mental health indicators of female students during their studies at universities are reduced, compared to male students, which is manifested in high indicators of anxiety, neuroticism, stress, lower indicators of quality of life satisfaction, and higher levels of risk of developing depression. In contrast to female students, male students are more likely to have higher levels of physical and mental health, vital activity, and higher rates of individual mental functions. It is established that situational (pandemic conditions, students' adaptation to distance learning, etc.) and personal factors largely determine the stability of mental health and well-being, as well as define the level of experiences, behavior, and the course of mental processes, and physiological reactions, rather than the gender of students.

Key words: mental health, gender differences, personal characteristics, students, anxiety, extraversion, neuroticism, mental state of individual.

Вступ. Проблема збереження здоров'я молоді є однією з актуальних проблем сучасності, адже визначає рівень якості життя, суб'єктивного благополуччя, продуктивного розвитку, стабільності та духовного розквіту населення. Збереження здоров'я має бути визначено пріоритетом серед країн, що прагнуть до досконалості, розвиненості та процвітання соціуму. Однак, попри реформи в галузі охорони здоров'я та високі цілі, рівень здоров'я населення України залишається низьким (Gladoschuk, 2008: 10). Високими є ризики передчасної смертності, показники серцево-судинних захворювань, поширеність туберкульозу, ВІЛ-інфекції/СНІДу, захворювання на Covid-19 та шкідливих звичок, нездорового способу життя. Отже, надзвичайно важливо зберігати здоров'я змолоду. Увагу науковців привертає не лише стан фізичного здоров'я, але і порушення психічного здоров'я. Сучасні дослідження багатьох фахівців акцентують увагу на зниженні психічного здоров'я молоді (Eisman, 2011: 48; Aizman, 2013: 244; Kurbatov, 2011: 24; Cook, 2007: 40; Pedrelli, 2015: 503; Storrie, 2010: 1).

Зокрема, підкреслюється, що високими є показники психоемоційного напруження. Досліджуються тривожність, емоційний стрес, гіподинамія, надлишкове робоче напруження, зниження внутрішньої організованості психічних процесів, погіршення пам'яті, мислення, зниження працездатності серед студентів тощо (Aghajanyan, 1983: 100; Goncharenko, 2006: 1; Gorobey, 2000: 84; Student Health, 1997: 57; Sevryuk, 2005: 73).

К. Storrie, К. Ahern, А. Tuckett зазначають, що останніми роками суттєво збільшилась кількість студентів із психічними розладами (Storrie, 2010: 1).

Незважаючи на значний інтерес науковців до питання психічного здоров'я, роль статевої приналежності як детермінанти психічного здоров'я залишається не досить дослідженою, що визначає актуальність обраної тематики. **Мета** роботи – теоретично дослідити й емпірично вивчити особливості психічного здоров'я студентів в аспекті дослідження статевих відмінностей.

Основна частина. Нами було визначено такі завдання дослідження: 1) здійснити теоретичний аналіз проблеми статевих відмінностей психічного здоров'я у студентів; 2) емпірично дослідити відмінності студентів та студенток за показниками психічного здоров'я; 3) провести аналіз отриманих результатів; 4) розглянути особливості показників психічного здоров'я студентів в умовах пандемії Covid-19. Психічне здоров'я вивчали науковці Ю.А. Александровський, Б.Г. Ананьєв, О.А. Баякіна, І.Д. Бех, Б.С. Братусь, Л.С. Виготський, І.В. Дубровіна, А.Є. Лічко, С.Д. Максименко, В.Н. М'ясищев, В.Е. Пахальян, В.Я. Семке, В.І. Слободчиков, А.С. Співаковська, І.А. Уманець, Г.К. Ушаков, А.В. Шувалов та інші. Дослідники К.Р. Амлаєв, А.В. Курпатов, К.А. Муравйов підкреслюють статтю як один із важливих чинників здоров'я (Kurbatov, 2011: 24).

За результатами теоретичного аналізу літературних джерел зазначимо, що в науковій літературі подано понад 80 визначень здоров'я. Зокрема, за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, здоров'я – це стан благополуччя, за якого людина може самореалізуватись, долати звичайні життєві стреси, плідно та продуктивно працювати, робити внесок у життя своєї спільноти. А психічне здоров'я розглядається як динамічний процес і стан людини, що передбачає не лише відсутність хвороб і фізичних вад, а і повне фізичне, психічне та соціальне благополуччя (Pikovets, 2020: 7). Н.В. Жигінас розглядає психічне здоров'я як максимальний рівень індивідуальності особистості за адекватного рівня адаптації до зовнішнього середовища та відсутності психічних розладів (Zhiginas, 2015: 85).

Отже, психічне здоров'я доцільно розглядати і як процес, і як результат пристосування до навколишнього середовища, що виявляється в набутті індивідуальності, здатності до продуктивної роботи, самореалізації, активного життя.

Г.М. Мешко й О.І. Мешко зазначають, що чоловіки і жінки по-різному ставляться до свого здоров'я. Зокрема, чоловіки визначають своє здоров'я як «добре» удвічі частіше за жінок. Попри це, за загальними оцінками, 78% чоловіків та 52% жінок ведуть нездоровий спосіб життя (Meshko, 2019: 138).

Дослідження науковців Р. Ng та К. Chan дозволило встановити, що дівчата та хлопці мають різні соціальні настанови щодо психічних хвороб. Ставлення дівчат більш доброзичливе, а ставлення хлопців до психічних хвороб більшою мірою стереотипне, песимістичне та стигматизуюче (Ng, 2000: 79).

Дж.П. Віткін, Ю.В. Мойкін, А.І. Кіколов та інші підкреслюють відмінності жінок і чоловіків щодо реакцій на стрес, а саме зазначають, що реакції жінок на стрес менш виразні на фізіологічному рівні, але більш емоційні. Ці висновки пов'язують із тим, що симпатико-адреналінова реакція на стрес у жінок менш виражена, ніж це фіксується в чоловіків (Meshko, 2019: 138).

S. Blumenthal у своїй праці говорить про те, що більшість психічних хвороб чоловіків пов'язана з наслідками неврологічних і органічних порушень, тоді як більшість порушень, до яких мають тенденцію жінки, базується на психосоціальній зумовленості, як-от депресія чи тривога (Blumenthal, 1996: 1). За результатами Е.Ю. Шаламової та В.Р. Сафронова було виявлено, що у студенток більш низькі показники якості життя. Студенти характеризувались більш високими показниками за шкалами фізичного компоненту здоров'я: фізичне функціонування, інтенсивність переживання болю, загальний стан здоров'я та за двома шкалами психологічного компоненту: життєва активність та психічне здоров'я. Дослідники пояснюють, що за результатами дослідження студенти відчували себе протягом останнього місяця більш спокійними, психологічно благополучними, ніж студентки (Shalamova, 2013: 8).

C. Lloyd, N. Gartrell вивчали психічне здоров'я студентів-медиків та встановили, що спочатку не простежувалось відмінностей за показниками адаптації серед груп студентів та студенток. Однак ближче до півріччя у студенток було помічено більше симптомів психічних розладів, вони повідомляли про зниження рівня задоволення життям. Студентки вказували на переживання конфлікту ролей і описували свої сім'ї як такі, що не схвалювали їхній професійний вибір (Lloyd, 1981: 1346).

Дослідники звертають увагу на те, що депресії трапляються в жінок удвічі частіше за чоловіків, що може бути зумовлено гормональними впливами, пологами, станом безпомічності і переживанням стресу. Стреси в жінок можуть бути опосередковані фізіологічними причинами, соціальними змінами в житті (одруження, вихід із сім'ї дорослих дітей тощо), психологічними, гендерними (високомаскулінні чоловіки та високофемінінні жінки відчувають дискомфорт у видах діяльності, що не відповідають статево-рольовим стереотипам) (Meshko, 2019: 138; Cook, 2007: 40).

За висновками масштабного дослідження Р.І. Айзмана, А.В. Лебедева, Н.І. Айзман, В.Б. Рубановича, юнаки-студенти мали вищі показники мотивації до успіху, образної пам'яті, переключення уваги та життєстійкості порівняно з дівчатами-студентками. В останніх вищими були показники особистісної тривожності, ворожості, стресостійкості. Дослідники припускають, що вищий показник тривожності серед студенток може бути зумовлений більшою кількістю дівчат у ВНЗ та більшою конкурентністю, а також гендерними особливостями (Aizman, 2013: 244).

К.М. Семутенко, І.А. Чешик, Т.М. Шаршакова вказують на те, що протягом життя в чоловіків частіше за жінок виявляються ознаки психічних розладів. Науковці виокремлюють такі чинники, що опосередковують здоров'я чоловіків: поведінку чоловіків; уявлення про власне здоров'я і вираження емоцій; чинники, що зумовлюють поведінку чоловіків і ставлення до здоров'я; медичне обслуговування (Semutenko, 2014: 42).

Дослідження з детермінант психічних порушень у студентському віці вказують на те, що серед причин порушення психічного здоров'я процеси індивідуалізації і виходу з батьківської сім'ї, академічний тиск, виконання численних робочих та сімейних обов'язків, що зрештою може призводити до маніфестації деяких психічних розладів, уживання психоактивних речовин та загострення симптомів (Cook, 2007: 40; Pedrelli, 2015: 503).

Для збереження здоров'я необхідний диференційований підхід до охорони здоров'я молоді, що враховуватиме статеві особливості. Шляхи розвитку країни в майбутньому залежать від молоді, тому в цій групі важливо формувати ціннісне ставлення до здоров'я, проводити профілактичну роботу, поширювати знання та прищеплювати навички здорового способу життя (Gorodnova, 2015: 268).

Отже, чоловіки і жінки по-різному оцінюють власне здоров'я та по-різному ставляться до психічних хвороб. У низці досліджень підкреслено вищі показники тривожності, ворожості, більшу тенденцію до переживання стресів (пов'язаних із фізіологічними, соціальними, гендерними, психологічними причинами) та депресії серед дівчат і жінок. Цій групі властиві нижчі показники якості життя та задоволеності життям, більш емоційно забарвлена реакція на стрес. Водночас дослідження вказують на вищий рівень стресостійкості у групі жінок. Хлопцям, порівняно з дівчатами, властиві вищі показники фізичного та психічного здоров'я, життєвої активності, образної пам'яті, мотивації до успіху, переключення уваги та життєстійкості, нижчий рівень тривожності. Реакції чоловіків на стрес більш виразні на фізіологічному рівні. Однак протягом життя в чоловіків частіше з'являються ознаки психічних захворювань, ніж у жінок, що пов'язують з уявленнями чоловіків про їхній стан здоров'я, їхньою поведінкою, здатністю до прояву емоцій, станом медичної системи.

За результатами дослідження Т.Д. Перепелюк, Н.В. Гриньової щодо впливу Covid-19 на психічне здоров'я студентів встановлено, що відбулися зміни в когнітивно-пізнавальному компоненті психічного здоров'я, у студентів з'явилося більше вільного часу, що зумовило збільшення можливостей для виконання завдань самостійної підготовки і зумовило зростання активності, упевненості в собі, інтересу до себе та набуття нових знань. За оцінками мотиваційно-ціннісного компоненту виявлено, що у студентів з'явилося більше труднощів, пов'язаних із карантинними обмеженнями, а саме відбулись зміни у визначенні життєвої мети, змінилися показники успішності та лінощів (на думку самих респондентів). Зазнав змін і емоційно-регулятивний компонент психічного здоров'я студентів, а саме з'явилися безсоння, депресивні стани, зріс рівень тривожності, що автори пов'язують із високим рівнем невизначеності ситуації, кризами в усіх сферах життєдіяльності, занепокоєнням щодо власного здоров'я та здоров'я близьких. Дослідження особистісного компоненту психічного здоров'я дало змогу встановити, що у студентів знизився рівень оптимізму та довіри до інших людей, підвищилися рівні наполегливості та допомоги іншим людям. За результатами вивчення

діяльнісно-поведінкового компоненту психічного здоров'я було встановлено, що підвищились рівні психічної напруги, стресу, незадоволеності своїм життям, однак здатність до подолання складних життєвих ситуацій не зазнала змін (Perelyuk, 2021: 110). Отже, вплив пандемії на психічне здоров'я студентів має як позитивні, так і негативні наслідки і потребує подальшого моніторингу та поглибленого дослідження.

Матеріали і методи дослідження. Дослідження було проведене за участі 89 студентів першого курсу (30 чоловіків та 59 жінок) Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара. Для дослідження були використані такі методики: опитувальник О.О. Прохорова (РПСО, 1998) «Рельєф психічного стану особистості» (Prokhorov, 1998: 25), «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» (The Mental Health Continuum – Short Form, 2014) К. Кіза в адаптації Е.Л. Носенко, А.Г. Четверик-Бурчак (Nosenko, 2014: 89), «Шкала оцінки рівня особистісної та реактивної тривожності» Ч.Д. Спілбергера в адаптації Ю.Л. Ханіна (Spielberger State Trait Anxiety Inventory, STAI, 1976) (Hanin, 1976: 5). «Особистісний опитувальник» ЕРІ (Eysenck Personality Inventory, 1963) Г. Айзенка, варіант В в адаптації А.Г. Шмельова (Личностный опросник, 1995) (EPI personal questionnaire, 1995: 217). **Методи математико-статистичної обробки даних:** встановлення відмінностей між групами за допомогою U-критерію Манна – Уїтні в пакеті IBM SPSS Statistics 26.

Результати та їх обговорення. У результаті проведеного емпіричного дослідження був виявлений вищий показник за шкалою особистісної тривожності у групі студенток ($U = 60,40$, $p = 0$) у порівнянні із групою студентів ($U = 36,26$, $p = 0$) (див. табл. 1). Простежується на рівні тенденції відмінності між двома групами за шкалою реактивної тривожності (0,019) з вищим показником у групі студенток.

Таблиця 1

**Результати аналізу відмінностей між двома групами за методикою
«Шкала оцінки рівня особистісної та реактивної тривожності» Ч.Д. Спілбергера**

Конструкти за Шкалою оцінки рівня особистісної та реактивної тривожності	Групи досліджуваних		Рівні значущості розбіжностей між групами за U-критерієм Манна – Уїтні
	Група 1 (студенти)	Група 2 (студентки)	
Реактивна тривожність	42,35	56,16	0,019
Особистісна тривожність	36,26	60,40	0

Уважаємо, що отримані результати підтверджують більшу тенденцію дівчат до переживання психоемоційної напруги, стурбованості щодо великого кола ситуацій та пов'язані з установленим нами вищим рівнем нейротизму в цій групі (див. табл. 2). Можливо, тривожність студенток підсилюється через їхнє більш виражене прагнення до нормативності, а з іншого боку, через суперечливість вимог, які висуваються до дівчат у суспільстві, на що вказує А.Е. Акчуріна (Akchurina, 2019: 6). Подібний результат був отриманий у дослідженні Ю.В. Волкової, де було встановлено, що у групі дівчат-студенток кількість осіб із надмірно високим рівнем особистісної тривожності в 1,5 раз вище, ніж у студентів-хлопців. Авторка припускає, що тривожність студентів зумовлюється адаптацією до стресу, що пов'язана із сесією у ВНЗ (Volkova, 2017: 67). Також подібні результати отримані в дослідженнях Р.І. Айзман із співавторами та в дослідженні А.Е. Акчуріної (Aizman, 2013: 244; Akchurina, 2019: 6).

На думку А.В. Міхеєвої, тривожність у сучасному суспільстві підсилюють такі чинники: пришвидшення темпу життя, збільшення вимог до особистості загалом та її професійного рівня, економічна криза, соціальні зрушення, політична нестабільність, пандемія тощо.

Таблиця 2

**Результати аналізу відмінностей між двома групами за методикою
«Особистісні властивості» Г. Айзенка**

Конструкти за методикою «Особистісний опитувальник» ЕРІ	Групи досліджуваних		Рівні значущості розбіжностей між групами за U-критерієм Манна – Уїтні
	Група 1 (студенти)	Група 2 (студентки)	
Екстраверсія	38,92	48,09	0,110
Нейротизм	34,22	50,48	0,005

Був установлений вищий показник за шкалою нейротизму у групі студенток ($U = 50,48$, $p = 0,005$) у порівнянні з показником у групі студентів ($U = 34,22$, $p = 0,005$). Не виявлено статистично значущої відмінності між двома групами за шкалою екстраверсії ($p = 0,110$), однак на рівні тенденції за показниками груп простежується більша вираженість екстраверсії серед студенток.

На наш погляд, вищі показники за шкалою нейротизму серед студенток відображають загальну закономірність серед жінок, зумовлені психофізіологічними й особистісними детермінантами, зокрема, вищими показниками емоційності, депресивності, відповідальності, підвищеною увагою до негативних стимулів, що підтверджується дослідженнями (Gorodnova, 2015: 268; Student Health, 1997: 35; Negasheva, 2016: 49; Khromenkova, 2015: 741).

Дослідники також пов'язують підвищені показники нейротизму у студенток (у порівнянні зі студентами-хлопцями) з вищими показниками іпохондрії, психастенії в цій групі, що опосередковує конституційну схильність до виникнення тривожних реакцій та підтверджується дослідженнями (Khromenkova, 2015: 741).

Вищий (на рівні тенденції) рівень за шкалою екстраверсії свідчить про більш високі показники серед студенток (у порівнянні зі студентами-хлопцями) щодо відкритості до спілкування, комунікабельності, орієнтованості на зовнішню стимуляцію та пошук вражень, що також підтверджує загальну закономірність серед жінок. Уважаємо, що це питання потребує подальших досліджень і уточнень із розширенням вибірки.

Таблиця 3

**Результати аналізу відмінностей між двома групами за методикою
«Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» К. Кіза**

Конструкти за методикою «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма»	Групи досліджуваних		Рівні значущості розбіжностей між групами за U-критерієм Манна – Уїтні
	Група 1 (студенти)	Група 2 (студентки)	
Гедоністичне благополуччя	46,50	53,91	0,202
Соціальне благополуччя	45,57	54,70	0,115
Психологічне благополуччя	48,83	51,93	0,594
Загальний показник стабільності психічного здоров'я	45,62	54,66	0,120

Не було встановлено статистично значущих відмінностей між двома групами за шкалами: гедоністичне благополуччя (0,202), соціальне благополуччя (0,115), психологічне благополуччя (0,594), за загальним показником стабільності психічного здоров'я (0,120), але загалом вони перебувають на середньому рівні.

На нашу думку, показники за шкалами соціального, психологічного та гедоністичного благополуччя можуть бути зумовлені задоволеністю особистим і сімейним життям, здатністю досягати поставлених цілей, оптимізмом та самопочуттям, тому стать досліджуваних виявилась

менш важливою ознакою щодо прогнозування благополуччя та стабільності психічного здоров'я. Імовірно, стабільність психічного здоров'я передусім опосередковується відчуттям внутрішньої гармонії, рівнем психофізіологічного здоров'я, здоровим і активним способом життя, переважною позитивною забарвленістю емоційних переживань, певну роль відіграє також адекватна самооцінка свого стану досліджуваними, що могло вплинути на отримані результати.

З метою дослідження особливостей впливу психологічного стану на психічне здоров'я молоді нами було проведено дослідження рельєфу психічного стану особистості як показника актуального стану студентів-психологів на момент дослідження. Результати наведені в табл. 4.

Таблиця 4

**Результати аналізу відмінностей між двома групами за методикою
«Рельєф психічного стану особистості» О.О. Прохорова**

Конструкти за методикою «Рельєф психічного стану особистості»	Групи досліджуваних		Рівні значущості розбіжностей між групами за U-критерієм Манна – Уїтні
	Група 1 (студенти)	Група 2 (студентки)	
Психічні процеси	58,02	49,91	0,176
Фізіологічні реакції	58,36	49,56	0,142
Переживання	59,25	48,65	0,077
Поведінка	57,78	50,15	0,204

Не встановлено статистично значущих відмінностей між двома групами за такими показниками, як: психічні процеси (0,176), фізіологічні реакції (0,142), переживання (0,077), поведінка (0,204), але загальні тенденції показують, що більш інтенсивними є психічні процеси, фізіологічні реакції, поведінка й особливо переживання у групі студентів, що, можливо, пов'язано з вищою емоційною стійкістю в цій групі, завдяки чому студенти краще адаптуються до умов навчання та життєдіяльності в період пандемії. Уважаємо, що отримані результати могли бути зумовлені тим, що досліджувані обох груп є студентами першого курсу, на перебіг їхніх психічних процесів, фізіологічних реакцій, переживань та поведінки впливають подібні чинники, адже хлопці та дівчата на момент проходження дослідження адаптувались до навчання та вимог ВНЗ. На наш погляд, з урахуванням вказаних обставин дослідження, загалом, ситуаційні чинники виявились більш значущими для визначення показників цих шкал, ніж статеві відмінності. Подібні результати також були отримані нами в дослідженні, метою якого було встановлення відмінностей студентів-психологів та студентів технічних спеціальностей (Volkov, 2021: 146). Припускаємо, що відсутність значущих відмінностей між студентами-психологами та студентами технічних спеціальностей за шкалами рельєфу психічного стану особистості та шкалами стабільності психічного здоров'я пов'язана з тим, що студенти обох груп є першокурсниками, отже, на перебіг їхніх психічних процесів, фізіологічних станів, переживань та поведінки впливають такі чинники: проходження адаптаційного періоду до навчально-професійної діяльності, стрес, пов'язаний із зміною соціальних ролей, пристосовування до умов дистанційного навчання, негативні переживання та тривожність.

Висновки. Проведене теоретико-емпіричне дослідження дозволяє сформулювати низку висновків:

1. Відмінності в рівні та проявах психічного здоров'я дівчат та хлопців пов'язані з їхньою оцінкою власного здоров'я та ставленням до психічних хвороб. Показники дівчат-студенток у період навчання у ВНЗ вирізняються нижчим рівнем задоволеності та якістю життя, вищими показниками тривожності, ворожості, схильністю до переживання стресу та більшою вірогідністю розвитку депресії. Зазначені результати пов'язують із необхідністю суміщення

декількох соціальних ролей, психофізіологічною зумовленістю, а також психологічними, соціальними, гендерними детермінантами. Рівень психічного та фізичного здоров'я в період навчання у ВНЗ є вищим у хлопців, які демонструють вищі показники життєвої активності, спокою, задоволеності життям. Однак протягом життя вірогідність розвитку ознак психічних захворювань у чоловіків підвищується.

2. Найвні відмінності у психічному здоров'ї хлопців та дівчат, що навчаються у ВНЗ. Виявлені у групі дівчат вищі показники нейротизму й особистісної тривожності відображають тенденцію до переживання депресивності; стурбованість щодо нормативності власних дій; більшу увагу до негативних подій, а також відбивають суперечливі вимоги до жінок у суспільстві (необхідність досягнення особистісної успішності, кар'єрного зростання, сімейного благополуччя та ведення домогосподарства). На показниках дівчат-студенток могла позначитись і стурбованість щодо академічної успішності.

3. Ситуаційні (дистанційне навчання, умови пандемії, адаптація до формату навчання у ВНЗ тощо) і особистісні чинники (задоволеність особистим і сімейним життям, показники самопочуття та фізичного здоров'я, оптимізм тощо) більшою мірою опосередковують стабільність психічного здоров'я та благополуччя, а також визначають рівень переживань, поведінки, перебігу психічних процесів, фізіологічних реакцій, ніж статеві приналежності студентів.

4. Розгляд особливостей психічного здоров'я студентів та їх зміна в умовах пандемії дозволили встановити, що існують позитивні наслідки (підвищення показників віри в себе, інтересу до себе та розширення можливостей до пізнання нового) та негативні наслідки (зниження рівня особистісної успішності, підвищення показників тривожності, нервової напруги, стресу, незадоволеності життям) щодо успішності життєдіяльності.

5. Перспективою подальших наукових розвідок вважаємо поглиблення дослідження з вивченням ролі гендеру в детермінації психічного та психологічного здоров'я, а також вивчення взаємозв'язку психічного здоров'я та психологічного стану в різних вікових групах.

References:

1. Ahadzhanian, N.A. (1983). *Adaptatsiia y rezervy orhanyzma [Adaptation and reserves of the organism]*. M.: Fyzkultura i sport [in Russian].
2. Aizman, R.Y. (2011). *Zdorove i bezopasnost-kliuchevye zadachy obrazovaniya v sovremennykh usloviakh [Health and safety are key tasks of education in modern conditions]*. *Zdorovesberehaiushchee obrazovanye*, 6, 48–52 [in Russian].
3. Aizman, R.Y., Lebedev, A.V., Aizman, N.Y. & Rubanovych, V.B. (2013). *Psikhofyziologicheskoye i lychnostnye osobennosti studentov pervogo kursa pedagogicheskogo vuzha [Psychophysiological and personal characteristics of first-year students of pedagogical university]*. *Sybyrskiy pedagogicheskyy zhurnal*, 6, 244–251 [in Russian].
4. Akchuryina, A.E. (2019). *Sravnytelnyi analiz chert lychnosti yunoshei y devushek, obuchaiushchikhsia v fizkulturnom vuzhe [Comparative analysis of personality traits of boys and girls studying at a physical education university]*. *Prykladnaia psikhologiya na sluzhbe razvyvaiushcheisia lychnosti: Sbornyk nauchnykh statei y materialov XVI nauchno-praktycheskoi konferentsyy s mezhdunarodnym uchastyem. (pp. 6–9). 14–15 fevralia, 2019, Kolomna, Rossyia: Hosudarstvennoe obrazovatelnoe uchrezhdenye vyssheho obrazovaniya Moskovskoi oblasti "Hosudarstvennyi sotsyalno-humanitarnyi unyversytet"* [in Russian].
5. Volkov D.S. & Chernykh O.A. (2021). *Osoblyvosti psikhichnoho zdorovia studentiv tekhnichnykh spetsialnostei ta studentiv-psikhologiv [Features of mental health of students of technical specialties and students of psychology]*. *Innovatsiini naukovi doslidzhennia u haluzi pedagogiky ta psikhologii: Materialy mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (s. 146–150). 5–6 liutoho, 2021, Zaporizhzhia, Ukraina: Kласychnyi pryvatnyi unyversytet* [in Ukrainian].

6. Volkova, Yu.V., Vamsy, V., & Volkova, Yu.V. (2017). Analiz psykhoemotsyonalnogo sostoiانيا studentov-medykov v peryod sessyy [Analysis of the psycho-emotional state of medical students during the session]. *Spetsyfycheskye y nespetsyfycheskye mekhanyzmy adaptatsyy pry stresse y fizycheskoi nahruzke: sb. nauch. statei II Respublykanskoi nauch.-prakt. ynternet-konf. s mezhdunar. Uchastyem*, 2, 67–69 [in Russian].
7. Hladoshchuk, O.H. (2008). *Pedahohichni umovy vdoskonalennia kultury zmitsnennia zdorovia studentiv v systemi fizychnoho vykhovannia u vyshchomu navchalnomu zakladi* [Pedagogical conditions for improving the culture of strengthening the health of students in the system of physical education in higher education] (avtoref. dys. ... kand. ped. nauk) Nats ped. un-t im. M.P. Drahomanova. Kyiv, Ukraina [in Russian].
8. Honcharenko, M.S., Pasynok, V.H., Novikova, V.E., Martynenko, I.H., & Samoilo, N. V. (2006). Otsinka stanu somatychnoho ta psykhychnoho zdorovia studentiv vyshchyykh uchbovykh zakladiv pry adaptatsii do uchbovoho protsesu [Assessment of the state of physical and mental health of students of higher educational institutions when adapting to the educational process]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*, 3, 12–15 [in Ukrainian].
9. Horobei, Y.V. (2000). Tsenostnye oryentatsii studen-tov k zdorovomu obrazu zhyzny [Value orientations of students to a healthy lifestyle]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*, 6, 84–86 [in Russian].
10. Horodnova, N.M. (2015). Genderni osoblyvosti zberezhenia zdorovia osobystosti [Gender characteristics of personal health]. *Evoliutsiia naukovoï dumky v konteksti yevropeiskoho vyboru Ukrainy : materialy Naukovo-praktychnoi konferentsii (s. 268–269). 21 zhovtnia, 2015, Kyiv, Ukraina: Universytet ekonomiky ta prava “KROK”* [in Ukrainian].
11. Zhyhynas, N.V. (2015). Problemy psykhycheskoho zdorovia y hendernoi ydentychnosti v podrostkovom vozraste [Problems of mental health and gender identity in adolescence]. *Vestnyk Tomskoho hosudarstvennogo pedahohycheskoho unyversyteta*, 3 (156), 85–89 [in Russian].
12. *Zdorove studentov* (1997) [Student Health]. M.: Yzd-vo RUDN [in Russian].
13. Kurbatov, A.V., Amlaev, K.R., & Muravev, K.A. (2011). Sovremennoe sostoianye problemy neravenstva v zdorove: ekolohycheskye, hendernye, ekonomycheskye aspekty (obzor) [Current status of health inequalities: environmental, gender, economic aspects (review)]. *Nauka. Ynnovatsyy. Tekhnolohyy*, 3, 24–30 [in Russian].
14. *Lychnostnyi oprosnyk EPI* (metodyka H. Aizenka). Almanakh psykholohycheskykh testov (1995) [EPI personal questionnaire]. Moskva: “KSPS”, 217–224 [in Russian].
15. Meshko, H.M., & Meshko, O.I. (2019) Genderni aspekty profesiinoho zdorovia vchytelia [Gender aspects of teacher professional health]. *Pedahohika zdorovia: zbirnyk naukovykh prats IKh Vseukrainskoi naukovopraktychnoi konferentsii “Pedahohika zdorovia” (s. 138–142) 27–28 veresnia, 2019, Chernihiv, Ukraina: FOP Petrov V.V.* [in Ukrainian].
16. Nehasheva M.A. & Manukian A.S. (2016). Kompleksnyi podkhod k yzucheniu morfofyziolohycheskoi y psykholohycheskoi adaptatsyy yunoshei y devushek – studentov moskovskykh unyversytetov [A comprehensive approach to the study of morphophysiological and psychological adaptation of boys and girls – students of Moscow universities]. *Vestnyk Moskovskoho unyversyteta. Seryia 23. Antropolohyia*, 2, 49–58 [in Russian].
17. Nosenko, E.L., & Chetveryk-Burchak, A.H. (2014). Opytuvalnyk Stablnist psykhychnoho zdorovia-korotka forma: opys, adaptatsiia, zastosuvannia [Questionnaire Stability of mental health-short form: description, adaptation, application]. *Visnyk Dnipropetrovskoho universytetu. Seriya: pedahohika i psykholohiia*, 22 (20), 89–97 [in Ukrainian].
18. Perepeliuk, T.D., & Hrynova, N.V. (2021) Osoblyvosti stanu psykhychnoho zdorovia studentiv v umovakh pandemii Features of the state of mental health of students in a pandemic]. *Vcheni zapysky*, 12021, 110–114 [in Ukrainian].
19. Pikovets, N.V. (2020) *Psykhychne zdorov'ia yak sotsialno-psykholohichni chynnyky profesiinoidiialnosti vykladacha vyshchoho navchalnogo zakladu* [Mental health as a socio-psychological

- factor in the professional activity of a teacher of higher education]* (dys. ... kand. psykhol. nauk). Skhidnoukrainskyi natsionalnyi universytet imeni Volodymyra Dalia. Sievierodonetsk, Ukraina [in Ukrainian].
20. Prokhorov A.O. (1998). *Psykholohyia neravnovesnykh sostoianyi [Psychology of nonequilibrium states]*. M. : Ynstytut psykholohyy RAN [in Russian].
 21. Sevriuk, M.P., Tsipoviaz, A.T., Loshytska, T.I., & Sankov, S.V. (2005). Zaluchennia studentiv tekhnichnykh ZVO do zaniat fizychnoiu kulturoiu i sportom z metoiu formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia. [Involvement of students of technical free economic zones in physical culture and sports in order to form a healthy lifestyle]. *Pedahohika, psykholohiia ta med.-biol. prob. fiz. vykhovannia i sportu*, 21, 73–80 [in Ukrainian].
 22. Semutenko, K.M., Chesnyk, Y.A., & Sharshakova, T.M. (2014). Kliuchevye determynanty muzhskoho zdorovia (soobshchenye I) [Key determinants of men's health (message I)]. *Problemy zdorovia y ekolohyy*, 4 (42), 13–19 [in Ukrainian].
 23. Stakhova, O.O., & Kolomiets, A.M. (2015). Tryvozhnist ta yii vplyv na psyklichne zdorovia studentiv [Anxiety and its impact on students' mental health]. *Zbirnyk statei uchasnykiv visimnadtsiatoi vseukrainskoi praktychno-piznavalnoi konferentsii (s. 25–30). 26 lystopada, 2015, Kyiv, Ukraina: HO "Vektor poshuku"* [in Ukrainian].
 24. Khanyn, Yu.L. (1976) *Spylberhera-Khanyna test: Kratkoe rukovodstvo k pryomeneniyu shkaly reaktivnoi y lychnostnoi trevozhnosti* [Spielberger-Hanin test: A brief guide to the application of the reactive and personal anxiety scale]. L.: LNYFFK [in Russian].
 25. Khromenkova, Yu.Iu., Korsak, V.O., Kapshuk, E.A., Terekhova, O.E., Olenko, E.S., & Deeva, M.A. (2015). Psykhofyziolohycheskye predposylky sklonnosti k depressyy u muzhchyn y zhenshchyn [Psychophysiological preconditions for the tendency to depression in men and women]. *Biulleten medytsynskykh ynternet-konferentsyi*, 5 (5), 741 [in Russian].
 26. Shalamova, E.Iu., & Safonova, V.R. (2013). Henderno-polovyye osobennosti kachestva zhyzny studentov mladshykh kursov severnogo medytsynskoho vuza [Gender and gender features of the quality of life of junior students of the Northern Medical University]. *Ekolohyia cheloveka*, 4, 8–12 [in Russian].
 27. Blumenthal, S.J. (1996). Women's Mental Health: The New National Focus. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 789 (1), 1–16 [in English].
 28. Cook, L.J. (2007). Striving to help college students with mental health issues. *Journal of psychosocial nursing and mental health services*, 45 (4), 40–44.
 29. Lloyd, C., & Gartrell, N.K. (1981). Sex differences in medical student mental health. *The American journal of psychiatry*, 138 (10), 1346–1351.
 30. Ng, P., & Chan, K.F. (2000). Sex differences in opinion towards mental illness of secondary school students in Hong Kong. *International Journal of Social Psychiatry*, 46 (2), 79–88.
 31. Pedrelli, P., Nyer, M., Yeung, A., Zulauf, C., & Wilens, T. (2015). College students: mental health problems and treatment considerations. *Academic Psychiatry*, 39 (5), 503–511.
 32. Storrie, K., Ahern, K., & Tuckett, A. (2010). A systematic review: students with mental health problems – a growing problem. *International journal of nursing practice*, 16 (1), 1–6.