

Міністерство освіти і науки України
Рівненський державний гуманітарний університет
Факультет психології, здоров'я людини та спорту
Кафедра загальної та практичної психології

МАЦКЕВИЧ ОЛЬГА АНАТОЛІВНА

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ДЕПРЕСИВНИХ СТАНІВ
У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В ПЕРІОД ВІЙНИ**

Освітня програма *«Психологія»*

Спеціальність *053 Психологія*

Галузь знань *05 Соціальні та поведінкові науки*

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня бакалавра

Науковий керівник:

кандидат психологічних наук, доцент

Ставицька О. Г.

Рівне, 2026

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ДЕПРЕСИВНИХ СТАНІВ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В ПЕРІОД ВІЙНИ	Error! Bookmark not defined.
1.1. Сутність поняття «депресія» та «депресивний стан» у сучасному психологічному дискурсі.....	Error! Bookmark not defined.
1.2. Психологічні особливості юнацького віку	Error! Bookmark not defined.
1.3. Соціально-психологічні чинники виникнення депресивних станів у період війни	Error! Bookmark not defined.
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ДЕПРЕСИВНИХ СТАНІВ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В ПЕРІОД ВІЙНИ.....	Error! Bookmark not defined.
2.1. Організація та методики емпіричного дослідження	Error! Bookmark not defined.
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження	Error! Bookmark not defined.
2.3. Рекомендації щодо профілактики та подолання депресивних станів у студентської молоді в період війни.....	Error! Bookmark not defined.
ВИСНОВКИ	6
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	Error! Bookmark not defined.
ДОДАТКИ	Error! Bookmark not defined.

ВСТУП

Сучасна соціально-політична ситуація в Україні, спричинена повномасштабною війною, суттєво впливає на психологічний стан населення, зокрема студентської молоді. Молоді люди є однією з найуразливіших груп у період воєнних дій, оскільки перебувають на етапі активного особистісного становлення, формування професійної ідентичності та життєвих планів. Постійна загроза безпеці, невизначеність майбутнього, вимушені зміни у навчанні та соціальному житті створюють потужний стресогенний фон, який може сприяти розвитку депресивних станів.

Депресія є одним із найпоширеніших психоемоційних розладів у світі. Вона впливає не лише на емоційний стан, а й на когнітивну сферу, поведінку та соціальні зв'язки особистості. У студентському віці депресивні прояви можуть мати особливо серйозні наслідки: зниження навчальної успішності, втрата мотивації, соціальна ізоляція, підвищений ризик деструктивної поведінки. Саме тому вивчення депресивних станів у студентів у період війни набуває особливої актуальності як для психологічної науки, так і для практики підтримки психічного здоров'я молоді.

Дослідженню депресивних станів присвятили свої праці такі науковці, як О. Бортнікова, В. Бедлінський, Р. Білоус, Д. Біленко, Г. Браун, В. Зелений, Д. Коул, Дж. Мак-Каллоу, Н. Матейко, І. Орхіменко, Н. Пасічняк, К. Петерсон, І. Тодорова та ін.

Підвищення рівня депресивних станів серед молоді в умовах воєнних дій є серйозним викликом для системи освіти та охорони психічного здоров'я. Депресія не лише ускладнює адаптацію до змінених умов життя, але й знижує здатність студентів навчатися, працювати, підтримувати соціальні зв'язки та будувати плани на майбутнє. Крім того, депресивні стани в період війни мають комплексну природу: вони зумовлені не лише індивідуальними (особистісними) характеристиками, а й соціальними чинниками – рівнем підтримки, умовами життя, особливостями взаємодії з

оточенням. Це потребує цілісного наукового підходу до дослідження проблеми та розробки ефективних психологічних заходів підтримки студентів.

Проблема полягає в тому, що депресивні стани серед студентської молоді в умовах війни значною мірою впливають на їх психологічне благополуччя, соціальне функціонування та професійний розвиток, однак чинники їх виникнення та взаємозв'язки між особистісними та соціальними аспектами недостатньо досліджені. Недостатньо також ефективних системних програм психологічної підтримки цієї категорії молоді з урахуванням сучасного воєнного контексту.

Актуальність та означена проблема зумовили вибір теми дослідження: «Соціально-психологічні чинники депресивних станів у студентської молоді в період війни».

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити соціально-психологічні чинники депресивних станів у студентської молоді в період війни.

Для досягнення мети необхідно вирішити наступні **завдання дослідження**:

1. Визначити сутність поняття «депресія» та «депресивний стан» у сучасному психологічному дискурсі та розкрити психологічні особливості юнацького віку.
2. Проаналізувати соціально-психологічні чинники виникнення депресивних станів у період війни.
3. Емпірично дослідити депресивні стани студентської молоді в період війни.
4. Розробити рекомендації щодо профілактики та подолання депресивних станів у студентської молоді в період війни.

Об'єкт дослідження – депресивні стани у студентської молоді.

Предмет дослідження – соціально-психологічні чинники виникнення депресивних станів у студентської молоді в період війни.

Для досягнення мети та розв'язання завдань дослідження використано такі **методи дослідження**: теоретичні: аналіз наукової літератури з метою визначення сутності поняття «депресія» та «депресивний стан», синтез, систематизація, узагальнення, порівняння; емпіричні: діагностичні (тестування; бесіда) з метою перевірки проявів депресії, визначення особистісних та соціальних чинників виникнення депресивних станів; психодіагностичні: шкала депресії Бека, П'ятифакторний особистісний опитувальник TIPI в адаптації М. Кліманської та І. Галецької; шкала сприйманої соціальної підтримки MSPSS Г. Зімет, Н. Далем, С. Зімет, Г. Фарлі в адаптації Т. Ніколаєвої; шкала сприйнятого стресу (PSS-10) в адаптації О. Вельдбрехт, Н. Тавровецької; математико-статистичні: якісний та кількісний аналіз результатів емпіричного дослідження, коефіцієнт кореляції К. Пірсона для визначення зв'язків між рівнем депресії та соціально-психологічними чинниками.

База дослідження. Емпіричне дослідження було організовано та проведено на базі Рівненського державного гуманітарного університету. Загальна кількість досліджуваних становила 35 осіб, серед яких 30 дівчат та 5 юнаків 3-4 курсів.

Апробація результатів дослідження.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (52 найменувань) та 5 додатків. Загальний обсяг роботи – 70 сторінок, з них основного тексту – 55 сторінок. Робота містить 2 таблиці та 4 рисунки.

ВИСНОВКИ

За результатами проведеного дослідження з проблеми дослідження соціально-психологічних чинників депресивних станів у студентської молоді в період війни можна зробити такі висновки.

1. Визначено сутність поняття «депресія» та «депресивний стан» у сучасному психологічному дискурсі та розкрито психологічні особливості юнацького віку. Депресія розглядається як складний психічний розлад із вираженою афективною, когнітивною, поведінковою та соматичною симптоматикою, тоді як депресивний стан виступає більш широкою категорією, що охоплює як короточасні емоційні реакції на стресові впливи, так і тривалі психоемоційні порушення різного ступеня інтенсивності. Встановлено, що депресивні прояви мають багатофакторну природу та зумовлюються взаємодією біологічних, психологічних і соціальних чинників, що відображено у біопсихосоціальному підході. Різноманіття теоретичних концепцій (психоаналітичної, когнітивної, гуманістичної, біологічної) дозволяє розглядати депресію як комплексне явище, що охоплює як внутрішньоособистісні конфлікти, так і особливості мислення, емоційного реагування та вплив зовнішнього середовища. Аналіз класифікаційних підходів засвідчив наявність спільних діагностичних критеріїв і підкреслив варіативність форм і проявів депресивних станів, що ускладнює їх однозначне трактування, але водночас розширює можливості їх диференційованої діагностики. Визначено, що депресивні стани можуть мати різне походження (психогенне, ендогенне, соматогенне), перебіг та ступінь вираженості, що потребує комплексного підходу до їх вивчення та корекції.

Аналіз психологічних особливостей студентського віку дозволяє розглядати цей період як складний і суперечливий етап особистісного становлення, що поєднує інтенсивний розвиток когнітивної, емоційної та соціальної сфер із підвищеною вразливістю до психоемоційних навантажень. Встановлено, що студентський вік характеризується активним формуванням

ідентичності, професійної спрямованості, рефлексії та автономності, що виступають важливими ресурсами розвитку особистості. Водночас кризовість процесів самовизначення, нестабільність мотиваційної сфери, підвищена самокритичність і залежність від соціального схвалення можуть зумовлювати внутрішні конфлікти та емоційну напругу. Саме у цей період спостерігається поєднання високого рівня інтелектуального потенціалу з ризиком дезадаптації за несприятливих умов, зокрема за наявності стресових впливів, труднощів автономізації та професійного вибору. Нереалізовані потреби у самостійності, невизначеність життєвих орієнтирів, дезадаптивний перфекціонізм і недостатня підтримка з боку соціального оточення можуть виступати передумовами формування депресивних станів.

У період війни депресивні стани формуються під впливом складної взаємодії соціальних і психологічних чинників, які істотно підривають адаптаційні ресурси особистості. Психологічні детермінанти депресії в умовах війни пов'язані з емоційним виснаженням, підвищеною тривожністю, зниженням самооцінки, втратою відчуття контролю над життям і негативними когнітивними установками, тоді як соціальні чинники – з дефіцитом підтримки, самотністю та дезінтеграцією соціальних зв'язків.

У ході емпіричного дослідження було встановлено, що переважна більшість студентської молоді перебуває у стані емоційного напруження різного ступеня вираженості. Найбільша кількість респондентів – 62,8% характеризується легким рівнем депресивності, що вказує на наявність субдепресивних станів, які не досягають клінічно значущого рівня, однак можуть негативно впливати на емоційне самопочуття, навчальну діяльність та соціальну активність студентів. Такий показник свідчить про поширеність емоційного напруження, зниження настрою, періодичних переживань тривоги та внутрішньої нестабільності. 23,0% досліджуваних демонструють помірний рівень депресії, що вже може розглядатися як більш стійкий та виражений стан. Для них характерне зниження мотивації, песимістичні установки, втрата інтересу до діяльності, а також можливі соматичні прояви,

що ускладнюють щоденне функціонування. Дуже важливо, що у вибірці не зафіксовано випадків тяжкої депресії (0,0%).

У структурі сприйманого стресу серед студентської молоді домінує середній рівень, який зафіксовано у 57,1% респондентів, тобто більшість досліджуваних перебуває у стані помірного психоемоційного напруження, яке хоча й не має критичного характеру, однак є достатньо відчутним і може впливати на загальне самопочуття, ефективність навчальної діяльності та рівень адаптації. Такий рівень стресу зазвичай пов'язаний із регулярним впливом стресогенних чинників, до яких особистість частково адаптується, проте за тривалого або інтенсивного навантаження можливе виснаження ресурсів

Результати емпіричного дослідження дали підстави стверджувати, що респонденти мають достатньо збалансований та адаптивний психологічний профіль. Найвищий середній показник зафіксовано за шкалою відкритості новому досвіду, що вказує на виражену пізнавальну активність, інтерес до нових ідей, гнучкість мислення та готовність до змін. Такий результат є типовим для студентського віку, який характеризується пошуком нових смислів, експериментуванням і прагненням до саморозвитку. Високі значення також отримано за шкалами добросовісності та емоційної стабільності, що вказує на сформованість у більшості респондентів таких якостей, як відповідальність, організованість і здатність до саморегуляції. Найнижчі показники респонденти продемонстрували за шкалою «Екстраверсія, хоча і він знаходиться в межах середнього рівня. Це свідчить про помірну соціальну активність респондентів, поєднання як екстравертованих, так і інтровертованих рис. Така тенденція може бути пов'язана із впливом зовнішніх обставин, зокрема стресогенних умов, які можуть знижувати рівень соціальної ініціативності та активності.

Визначення рівня соціальної підтримки респондентів дозволило стверджувати, що більшість з них частково відчуває її наявність з боку значущого соціального оточення, однак така підтримка не є стабільною або

достатньо вираженою у всіх життєвих ситуаціях. Подібний рівень може свідчити про наявність окремих ресурсів соціальної взаємодії, проте їх недостатньо для повного забезпечення емоційної рівноваги та психологічної стійкості.

Характер кореляційних зв'язків між рівнем депресії та соціально-психологічними чинниками дає підстави вважати важливим захисним чинником високий рівень емоційної стабільності, оскільки він забезпечує здатність особистості ефективно регулювати емоції та протистояти стресу. Не менш важливу роль відіграє показник соціальної активності, відкритості та залученості особистості у міжособистісні взаємодії як ресурсу психологічного благополуччя. Сильний негативний зв'язок із депресією має показник соціальної підтримки, що підтверджує значущість підтримувального соціального середовища як одного з ключових чинників профілактики депресивних станів.

Отримані результати свідчать, що профілактика депресивних станів у студентської молоді має бути ресурсно орієнтованою, тобто спрямованою не лише на зменшення проявів депресії, а й на розвиток психологічних ресурсів особистості – емоційної стабільності, навичок ефективного подолання стресу, соціальної активності та підтримувальних міжособистісних зв'язків. Доцільним є впровадження у закладах вищої освіти програм психоосвіти, тренінгів розвитку психологічної стійкості, навичок емоційної саморегуляції та міжособистісної взаємодії, що сприятиме зміцненню психологічного благополуччя студентів і попередженню розвитку депресивних проявів.