
ISSN 1561-6894

NR 6(208) 2020

Nauka i Studia

Przemysł
Nauka i studia
2020

Wydawca: Sp. z o.o. «Nauka i studia»

Redaktor naczelna: Prof. dr hab. Koretskiy M.H.

Zespoły redakcyjne:

dr hab. Jerzy Ciborowski
dr. hab. Antonova L.W.,
dr. hab. Dacij N.W.,
dr. hab. Bova T.W.,
dr. hab. Elżbieta Zawadzki,
dr. hab. Rudrkievich I.V.,
dr. hab. Sychenko W.W.,
Katarzyna Szuszkiewicz,
dr. hab. Aneta Lukaszek-
Solek,
dr. hab. Adam Lichota,
dr. hab. Arkadiusz Klimczyk,
dr. hab. Agnieszka
Malinowska,
dr. hab. Grzegorz Seweryn,
dr. hab. Lech Adamus,
dr. hab. Marcin Apostol

Redakcja techniczna:

Irena Olszewska,
Irina Schaschenko,
Grażyna Klamut.

Dział sprzedaży:

Zbigniew Targalski

Adres wydawcy i

redacji:

37-700 Przemyśl, ul.
Łukasińskiego 9
☎ (0-16) 658 32 10

e-mail: paha@rusnauka.com

Druk i oprawa:

Sp. z o.o. «Nauka i studia»

Cena

54,90 zł (w tym VAT 23%)

Wszelkie prawa zastrzeżone.

*Żadna część ani całość tej publikacji nie może być bez zgody
Wydawcy – Wydawnictwa Sp. z o.o. «Nauka i studia» – reprodukowana,
Użyta do innej publikacji.*

© Kolektyw autorów, 2020

© Nauka i studia, 2020

PEDAGOGICZNE NAUKI

Kliniczna medycyna

- Гужва С. В.** ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНО-ЕСТЕТИЧНИХ ЦІННОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ ВИШІВ У ПЕРІОД ВІДЛИГИ ТА ЗАСТОЮ 3
- Dmytro Loboda** RENAISSANCE EDUCATIONAL GUIDELINES OF THE «IDEAL GOVERNOR» TRAINING IN «SONG OF THE BISON» BY BELARUSIAN THINKER MYKOLA HUSOVSKY..... 13
- Olga Tsybulko** THE SPIRITUALITY AS AN EFFECTIVE ASPECT AND DETERMINATION OF STUDENT'S PROFESSIONAL BEHAVIOR 21

PSYCHOLOGIA I SOCJOLOGIA

Ogólna psychologia

- Honcharenko Nataliia** GENDER ASPECTS OF ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER 26
- Холодова О.А., Бочарова В.Б.** ПРОБЛЕМА ПОВЫШЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ 33

FILOZOFIA

- Соколовський О.О.** ІНДИВІДУАЛЬНА ПРАВОВА СВІДОМІСТЬ — ОСНОВА ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ПРАВОСВІДОМОСТІ СУСПІЛЬСТВА 46
- Куліш Н.М., Єрохова А.А.** ПОНЯТТЯ «ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ» У СТАРОДАВНІЙ ФІЛОСОФІІ. 57

HISTORIA

- Реброва Наталія** ОСВІТНІ СТРАТЕГІЇ ПРЕДСТАВНИКІВ РОДИНИ КОЧУБЕЇВ У ХІХ - НА ПОЧАТКУ ХХ СТ. 60

Холодова О.А.,

кандидат психологических наук, доцент

*кафедры физического воспитания и психолого-педагогических дисциплин
Винницкого национального аграрного университета*

Бочарова В.Б., преподаватель

*кафедры физического воспитания и психолого-педагогических дисциплин
Винницкого национального аграрного университета*

ПРОБЛЕМА ПОВЫШЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Аннотация

Статья посвящена проблеме повышения психологической культуры студенческой молодежи. Проанализированы формы и виды существующей психологической практики; возрастные специфические особенности и современная психологическая проблематика студенческой молодежи; выбрана и проанализирована такая форма психологической практики, которая наиболее всего соответствует психологическим запросам современной студенческой молодежи и способствует повышению её психологической культуры. Это социально-психологический тренинг, участие в котором поможет студентам не только получить необходимые для будущей жизни психологические знания, но и гармонизировать свой внутренний мир и отношения с окружающими, что порождает состояние внутреннего благополучия, т.е. психологического здоровья.

Повышение психологической культуры студенческой молодежи как строителей будущего будет способствовать повышению общей культуры страны и оздоровлению общества в целом.

Ключевые слова: психологическая культура, студенческая молодежь, психологическая помощь, психологическое благополучие, социально-психологический тренинг.

Введение. Повышение психологической культуры сегодня у студенческой молодежи имеет огромное значение.

С одной стороны, психологически культурный человек владеет определенными психологическими знаниями, полученными, чаще всего, самостоятельно из, во-первых, печатных изданий; во-вторых, интернет источников, которые, откликаясь на огромную популярность и интерес к психологии сегодня у молодежи, предлагает многочисленные семинары и вебинары, лекции и мастер-классы ведущих современных психологов; в-третьих, полученные на занятиях по психологическим дисциплинам в вузе; в-четвертых, почерпнутые из возможной встречи с психологом и, наконец, из своего небольшого жизненного опыта.

С другой стороны, владея такими знаниями, человек лучше осознает свои потребности, мотивы поведения и жизненные цели, адекватно воспринимает свои способности и возможности, глубже понимает себя и управляет своими эмоциями и чувствами, т.е. соотнося эти знания с собой, он через механизм рефлексии хорошо ориентируется в своем внутреннем мире и берет на себя ответственность за свои выборы и поступки, что свидетельствует о его психологическом здоровье. Такое определение согласуется с мнением Е.А. Климova о том, что психологическая культура - это «часть общей культуры человека (как члена семьи, гражданина, специалиста), предполагающая освоение им системы знаний в области основ научной психологии, основных умений в деле понимания особенностей психики (своей и окружающих людей) и использование этих знаний в обыденной жизни, в самообразовании и профессиональной деятельности» [1, с. 287]. Изменяющаяся социокультурная действительность характеризуется неопределенностью и неустойчивостью социальной жизни людей, изменением модели отношений между людьми и характером деятельности, что повышает требования к личностной и профессиональной реализации, к самостоятельности и предприимчивости молодых людей, к их способности понимать и интерпретировать не только происходящие социальные изменения, но и собственное поведение и поведение других людей, к психологической лабильности. Все это требует формирования психологической культуры личности для более успешной самореализации, самоопределения и адаптации к вызовам современного общества.

С третьей стороны, повышение психологической культуры молодого поколения, в том числе, студенческого, неизменно будет повышать общую культуру страны и оздоравливать ее социально-психологическую атмосферу. «Существует тесная связь между состоянием общества, перспективами его развития и отношением социума к своим молодым поколениям, их стартовым возможностям. Состояние молодежи, ее качественные характеристики, ценностные ориентации и жизненные планы – это то зеркало, в котором любое общество может увидеть свое будущее [2, с.237].

Одним из способов формирования и развития психологической культуры, кроме психологического просветительства и обучения, является психологическая практика. Сегодня разобраться в огромном мире психологической практики очень непросто. Например, если говорить о психотерапии, то «разнообразие направлений и течений, школ и конкретных методов психотерапии, основанных на различных теоретических подходах, приводит к тому, что в настоящее время не существует даже ее единого определения, а число методов насчитывает более 500» [3, с.594]. Необходимо проанализировать современные формы и методы психологической практики и выбрать такие, которые будут доступны молодым людям и наиболее точно соответствовать их возрастным особенностям, потребностям, жизненным исканиям, психологическим запросам, то есть всему тому, что будет наиболее полно отражать психологическую проблематику современной студенческой молодежи и повышать ее психологическую культуру.

В исследованиях современных ученых уделяется внимание таким составляющим психологической культуры, как коммуникативная компетентность, содержание и навыки которой, а также формы и методы ее достижения исследованы Л.Петровской, Н.Хрящевой, С.Макшановым, С.Бодалевым, развитию интеллектуальной компетентности посвящены работы М.Холодной, социальной компетентности посвящены исследования В.Кунициной, Р.Ульриха, Колмогоровой Л.С. О.Мотков определяет психологическую культуру как «комплекс активно реализующихся культурно-психологических стремлений и соответствующих учений» [4]. Н.Обозов включает в понятие психологической культуры, во-первых, понимание и знание себя и других людей, во-вторых, адекватную самооценку и оценку других людей, в третьих, саморегулирование личностных состояний, саморегуляцию

деятельности и регулирование отношений с другими людьми. С. Колмогорова подчеркивает, что психологическая культура позволяет человеку понимать его внутренний мир, эффективно решать жизненные психологические проблемы, адаптироваться и самоопределяться в социуме, способствует самореализации, саморазвитию, гармонизации внутреннего мира и отношений с окружающими, порождающие состояние внутреннего благополучия [5]. Л.Демина и Н.Лужбина рассматривают социальный интеллект в качестве системообразующего фактора психологической культуры личности, что проявляется в преобладающем хорошем самочувствии, глубоком понимании и принятии себя и других людей, конструктивном общении и ведении дел, в саморегуляции своих желаний, эмоций и действий, что является залогом психологического здоровья личности [6].

Анализу возрастных особенностей молодежи и сопутствующих психологических проблем посвящены работы И.Кона, А.Личко, Г.Спиваковской, Ю.Неймера. Г.Морозова связывает ухудшение психологического состояния молодежи с нарушением норм человеческой морали и подчеркивает, что «все чаще агрессия и озлобленность прослеживается во взглядах на жизнь и в поступках молодежи» [7, с.28]. А.Талапин отмечает деградацию современного общества, связанную с изменением стереотипов поведения, в частности, атрофией чувства раскаянья при деятельности, приводящей к страданию других людей. Грань между плохим и хорошим, врагом и другом размывается, что приводит к дезориентации в быстро меняющемся жизненном пространстве. Сожалеть о поступке и испытывать чувство вины за последствия, то есть думать о другом – вот чего стало меньше [8].

Несмотря на то, что в названных работах определено понятие и проведен комплексный анализ всех составляющих психологической культуры, а также исследованы возрастные особенности и сопутствующая психологическая проблематика молодежи, проблеме формирования психологической культуры у студенческой молодежи в нашей стране уделяется недостаточно внимания. Сравнительно небольшое количество работ посвящены формам, методам, и организации формирования и развития психологической культуры студенческой молодежи, особенно в рамках учебного процесса в средних и высших учебных заведениях. Таким образом, нам необходимо проанализировать, во-первых, все формы и виды существующей сегодня психологической практики; во-вторых,

возрастные специфические особенности и современную психологическую проблематику студенческой молодежи; в-третьих, выбрать такую форму психологической практики, которая может быть наилучшим образом реализована именно для студенческой молодежи в рамках учебного процесса и служить средством повышения психологической культуры.

Постановка задачи. Целью статьи является определение и обоснование наиболее эффективной формы формирования и повышения психологической культуры у студенческой молодежи. В статье проведен сравнительный анализ и обобщение результатов научных исследований в области социальной психологии и практики оказания психологической помощи, специфических возрастных особенностей студенческой молодежи и ее современной психологической проблематики ведущих отечественных и зарубежных ученых.

Результаты. Проблемы молодежи волновали человечество во все времена. Сегодня в каждой стране проблемы молодежи обговариваются и решаются на самых высоких уровнях. Психологически культурная, а значит и психологически здоровая молодежь, которая будет строить свой жизненный путь в соответствии со своим призванием, и способностями, выстраивать и поддерживать здоровые трудовые, семейные и дружеские отношения, участвовать в конструктивных общественных проектах, направленных на благо народа, - крайне нужна сегодня нашей стране.

Сегодня действующим Законом Украины определено, что молодые люди – это граждане в возрасте от 14 до 35 лет. Студенческие годы выпадают на среднюю группу молодежи от 18 до 24 лет. На социализацию молодежи на этом этапе существенно влияет учебное заведение и смена социального окружения, при этом роль семьи и прошлого окружения значительно уменьшаются.

Молодость – это период поиска, выбора и освоения профессии, создания семьи, определения своего отношения к общественной жизни и гражданской позиции, смена социального окружения. Молодой человек в этот период максимально трудоспособен, легко справляется с психическими и физическими нагрузками, легко усваивает знания и приобретает навыки. Расширяется круг общения; приобретается бесценный опыт выстраивания партнерского общения, разрешения конфликтов и налаживания дружественных, коллегиальных и любовных отношений.

Психологические проблемы, которые могут возникнуть в этот возрастной период, связаны в основном с неверным выбором будущей профессии, с трудностями налаживания дружеских отношений со сверстниками, с неудачным выбором партнера для создания семьи, с разочарованиями от несовпадений ожиданий от реальности.

Молодость является наиболее продуктивным периодом самореализации, когда трудности кажутся легко преодолимыми, сомнения и неуверенность быстро проходят, а поиск альтернативных целей и возможностей проходят легко и оптимистично. Это обусловлено современной социально-экономической ситуацией в мире, т.к. для успешного функционирования в чрезвычайно мобильном и динамическом обществе индивид должен владеть определенными личностными качествами.

Во-первых, он должен иметь устойчивое, твердое ядро личности, мировоззрение, социальные и нравственные убеждения, - в противном случае при встрече с препятствиями и трудностями он может отреагировать невротически и отказаться от своих целей. Во-вторых, он должен обладать высокой психологической лабильностью, гибкостью, способностью усваивать и перерабатывать новую информацию и создавать новое. Но молодость – это не только оптимизм и радость от познания нового, но и поиск ответов на вопросы о себе: кто я, какой я, для чего я пришел в этот мир, какова моя миссия и тому подобное. В процессе поиска ответов на эти вопросы молодой человек формирует:

- самосознание, т.е. целостное представление о самом себе: о своем характере, о своих творческих способностях и возможностях при выборе профессиональной реализации, о своих конкурентных преимуществах и недостатках, о своей внешности и человеческих качествах, выработанном эмоциональном реагировании на жизненные события и т.п. Составляющими самосознания являются также личная идентичность, самооценка и самоуважение;

- собственное мировоззрение, т.е. систему взглядов, представлений, знаний, установок, ценностей об окружающем мире и о том, как в таком мире нужно жить и добиваться успеха. Это определенная жизненная философия человека. Она формируется на основе полученного жизненного опыта

взаимодействия с миром, наблюдения за своим поведением и за поведением других в ситуациях успеха и неудачи;

- желание осознать, понять и построить свой самостоятельный и оригинальный, новый и критический взгляд на действительность, создать свои собственные теории смысла жизни, любви, дружбы, успеха, счастья и т.д. [9, с.237].

Молодежь является одной из социально незащищенных групп, которая определенным образом подвержена действию негативных факторов внешней среды. Ограниченные возможности для полноценного развития и реализации своего потенциала, отсутствие социальных лифтов, информационное «отравление», высокий темп жизни и дефицит времени, навязывание социумом сомнительных стандартов успешной жизни, расслоение общества и не равные возможности для профессиональной реализации, материальные и жилищные трудности, разобщенность, отчуждение людей и психологическое одиночество являются серьезными вызовами современного времени. Все это становится причиной различных отклонений в деятельности организма и вызывает психологическое напряжение, которое может усиливаться действием таких факторов, как неуверенность в правильном выборе профессии или явная ошибка, проблемы в общении с родителями и сверстниками, неопределенность социальных и моральных убеждений, низкая психологическая лабильность, несформированное самосознание, низкая самооценка.

В таком состоянии молодой человек нуждается в психологической помощи, которая, к сожалению, в нашей стране недостаточно хорошо организована, малодоступна из-за дефицита высокопрофессиональных психологов и высокой стоимости, особенно в небольших городах и населенных пунктах. Попробуем проанализировать современные формы, виды и методы психологической помощи и определить, какой из них наилучшим образом поможет молодому человеку, в том числе студенту, не только разобраться со своими психологическими проблемами, но и повысит его психологическую культуру, а значит и его психологические благополучие.

«Психологическая помощь – емкое понятие, содержание которого включает многообразие теорий и практик, варьирующихся от специфического применения такого метода социологических обследований как глубинное интервью, до многообразных техник социально-психологического тренинга,

понятий и методов, восходящих к медицинской психотерапии [10, с. 7]. Как отмечает А.Ф.Бондаренко, «психологическая помощь как социальный институт в наше время дифференцируется как психологическое консультирование, немедицинская (социальная и личностная) психотерапия, медицинская психотерапия и психиатрия. Основой этой дифференциации является уровень психологической помощи, то есть характер и содержание психологических проблем, с которыми человек обращается к тому или иному специалисту» [11, с.28].

Проанализируем возможности применения некоторых видов психологической помощи для студенческой молодежи. Подчеркнем, что такая психологическая помощь должна быть краткосрочной и доступной как в материальном, так и в организационном плане и как можно быстрее привести к прекращению страданий и психологическому благополучию. Понятно, что медицинскую психотерапию и психиатрию мы анализировать не будем, так как эти методы предназначены для людей с психическими расстройствами, имеющими не функциональное, а преимущественно органическое происхождение. А психологическое консультирование и немедицинская психотерапия направлены на психически здоровых людей, которые нуждаются в «эмоциональной, смысловой и экзистенциальной поддержке в ситуациях затруднения, возникающих в ходе их личностного или социального бытия» [10, с. 10].

Психологическая консультация – это организованная определенным образом беседа, к которой, как правило, человек готовится заранее и на такую подготовку, как ни странно, уходят месяцы и даже годы. Страх перед тем, поймет ли меня консультант; сможет ли он разобраться в глубине моих страданий; понравится ли он мне, а я ему; не нарушит ли он принцип конфиденциальности; не посчитает ли он или мое окружение меня «психом» и тому подобное. Тем более что плата за такую услугу может быть ощутимой для студента, особенно если возникает необходимость увеличить количество консультаций, что нередко бывает. Отсутствие достоверной информации о личности психолога-консультанта при существующем недоверии к современной рекламе вызывает страх попасть к шарлатану. Таким образом, психологическое консультирование при всей его эффективности имеет определенные ограничения для использования студенческой молодежью.

При применении немедицинской психотерапии психолог использует те же психологические методы, что и медицинский психотерапевт, - разница заключается, прежде всего, в их направленности. Важнейшая задача психолога в этом случае заключается не в снятии или облегчении симптомов болезни, а в создании условий для оптимального функционирования личности и ее развития, в том числе для гармонизации взаимоотношений с окружающими. Основными задачами немедицинской психотерапии является исследование психологических проблем, т. е. их диагностика; улучшение субъективного самочувствия и укрепление психического здоровья; изучение психологических закономерностей, механизмов и эффективных способов межличностного взаимодействия для гармонизации общения с окружающими; развитие самосознания и рефлексии для коррекции и предупреждения эмоциональных срывов и поведенческих девиаций; содействие процессу личностного развития, изучение способов реализации творческого потенциала и улучшения качества жизни. Перечисленные задачи вполне соответствуют психологической проблематике студенческой молодежи - именно такую задачу должен решить молодой человек в процессе планирования и построения своего жизненного пути и развития личности.

Немедицинская психотерапия делится на индивидуальную и групповую. Индивидуальная психотерапия идентична психологическому консультированию, но использует более широкий диапазон методов и процедур. В основе групповой психотерапии лежат принципы групповой динамики, разработанные К.Левиным. Работа в такой группе, как правило, не структурирована, в ней нет обязательных процедур, актуализация внутренних конфликтов происходит спонтанно и может быть очень болезненной. Участие в такой группе вызывает волнение и тревогу, которые могут быть преодолены только за счет сильной мотивации на прекращение мучительных попыток разобраться в себе и в собственной жизни, т.е. на улучшение качества жизни и развитие своей личности. Поэтому часто такую форму работы называют группой развития личности. Большинство современных исследователей отмечают высокую эффективность групповой психотерапии. Понятно, что такой метод психологической помощи не приемлем и недоступен для подавляющего большинства людей, кроме того, высокая стоимость, малочисленность таких групп и дефицит высококвалифицированных психологов-психотерапевтов

ограничивают возможности его использования, в том числе и студенческой молодежью.

В рамках групповой психотерапии, но немного позже, начала развиваться такая форма групповой психологической работы, как социально-психологический тренинг, работа в которой четко определена и строго структурирована. Это активная форма социально-психологического обучения определенным знаниям, умениям и навыкам межличностного взаимодействия в специально создаваемых малых группах, руководимых психологом. В настоящее время это наиболее эффективный и широко используемый в современном мире метод преднамеренных изменений. В такой группе с помощью специальной системы психологических упражнений, игр и процедур у участников появляется возможность увидеть себя и свои проблемы глазами других участников и через механизм обратной связи привести себя в адекватное состояние, примерить новые модели поведения и роли, приобрести необходимые умения и навыки партнерского общения, осознать свои ограничения и преимущества.

С.Макшанов определяет тренинг как «многофункциональный метод преднамеренных изменений психологических феноменов человека, группы и организации с целью гармонизации профессионального и личностного бытия» [12, с. 75].

М.А.Ковальчук и Л.А.Петровская, анализируя отличия тренинга от групповой психотерапии, отмечают, что «в тренинге события развиваются в основном по принципу «здесь и теперь», в состав группы тренинга входят здоровые люди, а не пациенты, нуждающиеся в лечении; раскрытие мотивации является не самоцелью, а средством для интерпретации поведения, конфликт рассматривается с целью его разрешения, а не для диагностики невротической симптоматики, занятия менее продолжительны по сравнению с психотерапией» [13, с. 140].

Существует типология, согласно которой различные программы тренинга разделяются в зависимости от обращения к конкретной проблематике личности, целей, которые ставятся перед группой. В ней выделены пять типов групповой работы:

«Я – Я» – группы, направленные на изменения на уровне личности, личностный рост; главные источники преобразований внутриличностные;

«Я – Другие» - группы, направленные на изменения в межличностных отношениях, исследование того, как происходит процесс межличностного влияния в зависимости от того или иного способа поведения.

«Я – Группа» - группы, направленные на взаимодействие личности и группы как социальной общности, стили взаимодействия с группой.

«Я – Организация» - группы, ориентированные на изучение и развитие опыта межличностного и межгруппового взаимодействия в организациях.

«Я – Профессия» - группы, ориентированные на субъектов конкретной профессиональной деятельности [14].

Представленная типология тренингов дает неограниченные возможности для разработки соответствующих программ, каждая из которой должна иметь четко поставленную цель, задачи и конечный результат в виде приобретенных в процессе групповой работы соответствующих знаний, учений и навыков. Такие программы могут быть разработаны психологом и преподавателем психологических дисциплин (огромное количество тренинговых программ уже разработаны психологами и вполне доступны для широкого использования) в рамках проведения групповых практических занятий. Представленное содержание и цели социально-психологических тренингов охватывают весь спектр психологической проблематики современной студенческой молодежи. Именно такая современная форма психологического обучения и психологической помощи является мобильной, краткосрочной, доступной, не требующей дополнительных организационных и материальных, что немаловажно, затрат. Участие в тренинговой группе позволит студентам не только лучше усвоить психологические предметы и приобрести необходимые знания и умения, но и лучше разобраться в себе и в других, получить психологически здоровые ориентиры в жизни, повысить психологическое здоровье, а значит и психологическую культуру.

Выводы. Таким образом, научную новизну можно определить как анализ и обобщение возрастных особенностей и определение психологической проблематики современной студенческой молодежи, а также выбор эффективного средства повышения ее психологической культуры.

Молодежь в период студенчества переживает очень сложный период, характеризующийся влиянием не только внешних факторов и вызовов

современного общества, но и внутренними переживаниями, которые сопровождают процесс решения сложнейших психологических задач этого периода, таких как профессиональное самоопределение, формирование самосознания, мировоззрения, социальных и моральных убеждений, построение гармоничных отношений с окружающими. Дефицит психологических знаний в этот период может усложнить психологическое состояние человека и привести к различным невротическим расстройствам и поведенческим девиациям.

Среди существующих современных форм психологической практики наиболее доступной и соответствующей возрастным задачам и психологической проблематике студенческой молодежи является такая форма психологической работы как социально-психологический тренинг.

Проведение социально-психологических тренингов в рамках учебного процесса по актуальной молодежной тематике будет способствовать повышению психологической культуры молодежи. Участие в такой работе поможет студентам не только получить необходимые для будущей жизни психологические знания, навыки и умения, но и позволит лучше разобраться в себе; понять свои ограничения и преимущества при выборе жизненных стратегий; получить обратную связь и привести себя в адекватное состояние, гармонизировать внутренний мир и отношения с окружающими, - все перечисленное порождает состояние внутреннего благополучия, т.е. психологического здоровья.

Повышение психологической культуры студенческой молодежи как строителей будущего имеет сегодня огромное значение, так как будет способствовать повышению общей культуры страны и оздоровлению общества в целом.

Дальнейшие исследования целесообразно посвятить разработке конкретных тематических программ социально-психологических тренингов для студенческой молодежи в рамках учебного процесса с предварительной диагностикой психологических запросов студенческой молодежи.

Литература:

1. Климов Е.А Основы психологии: Учебник для вузов. М, 1997. - 295 с.

2. Молодежь и молодежная политика в Украине: социально-демографические аспекты. /Под ред. Э.Либанова. – М.: Институт демографии и социальных исследований им. М.В.Птухи НАН Украины, 2010. — 248 с.
3. Психотерапевтическая энциклопедия. – СПб: Издательство «Питер», 2000. – 1024.
4. Мотков О.И. Психология самопознания личности. – М., 1993.- 96 с.
5. Колмогорова Л.С. Возрастные возможности и особенности становления психологической культуры учащихся. – Автореф. дис... д-ра псих. наук. - М, 2001. - 45 с.
6. Демина Л.Д., Лужбина Н.А. Психологическая культура личности: общепсихологический контекст. /Сибирский психологический журнал. - №19. – 2004. – С.78.
7. Морозова Г.Ф. Деградация нации – миф или реальность? //Социологические исследования, 1994. - №1.
8. Талапин А.Н. Проблема деградации молодежи. Взгляд педагога //Международный исследовательский журнал, 2014. - №2 (21). – Ч.2. – С.33-34.
9. Холодова О.О. Особливості розвитку молодіжного туризму на сучасному етапі //Соціально-політичні, економічні та гуманітарні виміри європейської інтеграції України: Зб. наук. праць II Міжнародної науково-практичної конференції. – Вінниця: ЦПНМВ ВТЕІ КНТЕУ, 2014. – Ч.2. – С. 237.
10. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. – К.: Укртехпрес, 1997. – 216 с.
11. Бондаренко А.Ф. Социальная психотерапия личности (психосемантический подход). – К.: КГПІИЯ, 1991. – 189 с.
12. Макшанов С.И. Психология тренинга: Теория. Методология. Практика: Монография. – СПб.: «Образование», 1997. – 238 с.
13. Ковальчук М.А., Петровская Л.А. Проблема группового тренинга в зарубежной психологии //Вопросы психологии, 1982. – №2. – С.140-146.
14. Bachanan P.C., Reisel J. Differentiating human relation laboratories //Soc. Change. 1972/ V.2. №2. P. 1-3.