

## СОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ЯК СКЛАДОВА РЕСУРСНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЇХНЬОГО СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ НА ЕТАПІ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ

*Якимчук І. П.* кандидат психологічних наук,  
доцент, доцент кафедри психології,  
Уманський державний педагогічний  
університет імені Павла Тичини  
<https://orcid.org/0000-0002-4627-2066>

*Сулятицький І. В.* кандидат психологічних наук,  
доцент, доцент кафедри спеціальної освіти  
ЛНУ імені Івана Франка  
<https://orcid.org/0000-0002-3769-5630>

За результатами дослідження неформальна підтримка від людей із найближчого оточення особистості отримує у студентів-психологів найбільшу довіру, забезпечуючи їм психологічну безпеку, і викликає вищий ступінь намірів звернення до неї у важких ситуаціях. Проте є студенти, більшість із яких потрапили до категорії респондентів із низьким суб'єктивним благополуччям, які не мають цього ресурсу із різних причин. Ці студенти потребують професійної допомоги. Тому соціальна підтримка як складова ресурсного забезпечення студентів-психологів на етапі їхнього професійного становлення потребує подальшого вивчення, як і аналізу можливих шляхів оптимізації надання фахової допомоги.

**Ключові слова:** соціальна підтримка; майбутній психолог; ресурсне забезпечення; благополуччя; професійне становлення.

**Вступ.** Студентський вік є сензитивним періодом для розвитку та формування основного психологічного потенціалу. При цьому високі інтелектуальне та психоемоційне навантаження в процесі навчальної діяльності, часті коливання у режимі праці, відпочинку, перебудова смислових і моральних цінностей та багато інших чинників потребують від майбутніх психологів широкого діапазону ресурсів, які б забезпечували ефективне упорання із важкими життєвими ситуаціями. Останні події у світі, пов'язані із пандемією COVID-19 і широкомасштабною російською агресією, створили соціальні умови, які сприяють посиленню психологічних проблем: страх захворіти або стати жертвою війни, страх за близьких людей, соціальна ізоляція, нові умови дистанційного навчання тощо.

У ситуації адаптації до навчального процесу та змін умов навчання майбутні психологи постійно зазнають стресу різної сили, який може супроводжувати весь термін навчання і спричиняти наслідки, які часто неможливо зняти звичайним дотриманням здорового способу життя. У них можуть виникати різного роду психосоматичні захворювання, а в умовах

пандемії та війни - посттравматичні стресові розлади, що суттєво впливає на якість їхнього життя, їхнє суб'єктивне благополуччя. А якщо студент навчається у чужій країні, стрес посилюється ще більше. У наших дослідженнях ставлення до життя студентів виявлено, що за наявності культурно-специфічних відмінностей існують і труднощі соціально-психологічної адаптації до навчання та життя в інше культурному середовищі в умовах вимушеної міграції.

**Метою дослідження** є презентація результатів емпіричного дослідження ролі соціальної підтримки майбутніх психологів як складової ресурсного забезпечення їхнього суб'єктивного благополуччя на етапі професійного становлення.

**Теоретичне підґрунтя.** Дослідження психоемоційного стану майбутніх психологів після карантину через пандемію COVID-19 засвідчили, що сильний страх, якого зазнавали студенти, був найзначущим чинником ризику психологічного дистресу, супроводжуваного безсонням, особливо у студентів випускного курсу та у студентів, які мешкають у районах, що найбільше постраждали від війни. У нашій вибірці з'явилися студенти з ознаками

посттравматичного розладу (2,8%) і депресії (11,2%). Різке скорочення тривалості сну може виявитися предиктором подальшого погіршення психічного здоров'я (Tang et al., 2020). В аналогічному дослідженні, присвяченому вивченню психічного здоров'я студентів китайських університетів, які провели у карантині місяць, було виявлено, що респондентам із депресією або із симптомами посттравматичного розладу були притаманні й важчі ознаки алекситимії (Tang et al., 2020). Дослідження психологічного впливу карантину, проведене в Іспанії, показало, що у 50,43% респондентів у перші тижні проявилися високі та дуже високі показники тривоги, депресії та стресу (Odrizola-González et al., 2020). Аналогічні результати було отримано і дослідниками з Індії. Так, група дослідників на чолі з N.Karasia вивчала вплив суворої ізоляції на процес навчання студентів та аспірантів під час пандемії COVID-19 у Західній Бенгалії (Karasia et al., 2020). Онлайн-опитування проводилося тоді, коли близько 70% студентів було залучено до онлайн-навчання. Студенти, особливо із віддалених районів і маргінальних верств населення зіткнулися із цілою низкою проблем, пов'язаних із депресією, тривогою з приводу стану здоров'я, поганим підключенням до інтернету та несприятливим для навчання середовищем вдома.

Таким чином, сьогодні проблема пошуку ресурсів успішного подолання життєвих ситуацій студентів є надзвичайно актуальною, зокрема пильної уваги потребує такий ресурс, як соціальна підтримка. Феномен суб'єктивного благополуччя можна розглядати як інтегральний показник позитивної/негативної оцінки людиною задоволеності різними сферами свого життя, який об'єднує також і весь ресурсний потенціал особистості. Адекватне функціонування особистості, ґрунтоване на сформованій ціннісно-смысловій ієрархії з пріоритетом моральних цінностей, є найважливішим ресурсом здоров'я.

Е. Diener дав найзагальніше визначення суб'єктивного благополуччя, що містить у собі щастя, позитивні емоції, задоволеність життям і відносну відсутність негативних емоцій і настроїв (Diener et al., 1999). Згідно

з М.Аргайлом, задоволеність - це рефлексивна оцінка, суб'єктивне судження про те, наскільки все було і залишається благополучним (Argyle, 2013). Цей конструкт широко використовується у дослідженнях здоров'я студентської молоді. Саме суб'єктивне благополуччя інтегрально відображає задоволеність життям і може не корелювати з об'єктивними (економічними, матеріальними, фізичними та фізіологічними) показниками якості життя та усіма аспектами здоров'я.

Існують два варіанти пояснення чинників, що впливають на суб'єктивне благополуччя. Згідно із першим варіантом, найбільшу «вагу» мають стійкі риси особистості: одним людям властива глобальна тенденція сприймати життя позитивно, іншим - негативно. У такому розумінні щастя - це накопичення щасливих переживань (Krieke et al., 2015). Інша група теорій припускає, що люди мають спадкову схильність бути щасливими або нещасними, і ця схильність визначає їхню точку самооцінки свого суб'єктивного благополуччя (DeNeve, 1999). Зовнішні події, ситуаційні та демографічні чинники, зокрема здоров'я і сімейний стан, також керують суб'єктивним благополуччям: існують універсальні базові людські потреби, і щастя може бути результатом їхнього задоволення. Однак у деяких дослідженнях показано, що зовнішні події мають набагато меншу частку дисперсії у самозвітах про суб'єктивне благополуччя, ніж властивості особистості (Diener et al., 1999).

Дослідження показали взаємозв'язок суб'єктивного благополуччя із використанням продуктивних стратегій подолання стресу. Студенти із високим рівнем суб'єктивного благополуччя меншою мірою використовують стратегію уникнення. Студенти, які більш високо оцінюють якість життя і фізичне здоров'я, у важких життєвих ситуаціях частіше беруть на себе відповідальність і вдаються до стратегії планування розв'язання проблем (Diener et al., 1999). Í.J.S. Ribeiro зі співавторами провели систематичний огляд із проблеми зв'язку стресу та якості життя студентів ЗВО (Ribeiro et al., 2018).

Більшість авторів зазначають, що суб'єктивне благополуччя негативно

пов'язане зі стресом; крім того, безсоння та емоційне вигорання також виявилися значними чинниками, що погіршують суб'єктивну оцінку якості життя. Таким чином, зовнішні обставини стресової життєвої ситуації студентів, безсумнівно, впливають на їхнє суб'єктивне благополуччя, але вироблення ефективних стратегій подолання, безумовно, може значно пом'якшити ефект «навчального» стресу.

Е. Ennis і співавтори зазначають, що лише деякі студенти звертаються про професійну допомогу до лікарів і психологів (Ennis et al., 2019). У межах вивчення суб'єктивного благополуччя було обстежено 392 студенти першого курсу. Виявилось, що професійну допомогу отримували лише 37,8% із них. Юнаки меншою мірою, ніж юнки, мали намір звернутися до фахівців. Вони також рідше згадували про незгоду із методами лікування. Ті, хто мали суїцидальні думки, повідомляли про бажання самостійно впоратися із проблемами. Студенти, які не мали суїцидальних думок, не були впевнені у тому, куди саме треба звернутися про допомогу.

В Уманському державному педагогічному університеті імені Павла Тичини вивчали типи проблемних ситуацій, з якими студенти зверталися до Центру психологічної підтримки університету. Результати показали, що юнки звертаються по психологічну допомогу частіше, ніж юнаки (87% проти 13%). Найчастіше звертаються по психологічну допомогу студенти 2-го та 3-го курсів, друге місце належить старшокурсникам. Аспіранти та слухачі курсів підвищення кваліфікації звертаються про допомогу рідше за усіх. Студенти гуманітарних спеціальностей зверталися до служби психологічної підтримки частіше (67%), ніж студенти природничих наук (33%).

Соціальна підтримка може бути неформальною і надходити з найближчого особистого оточення молодих людей. Показово, що студентами-психологами недостатньо використовується ресурс сім'ї, тоді як родинні стосунки забезпечують соціальний контекст, що сприяє розвитку здорової особистості та здатності до соціальної адаптації, розвивають важливі

психологічні якості, які сприяють як психологічному здоров'ю, так і фізичному, - життєстійкість, відчуття неупередженості, самоприйняття та інші (Grevenstein et al., 2019). Водночас професійна допомога має великі перспективи у знятті стресових станів у молодих людей (Safinet al., 2021; Shuet al., 2020). Загалом питання про те, які саме джерела соціальної підтримки поряд із професійними службами психологічної допомоги використовують майбутні психологи, у науковій літературі висвітлено недостатньо.

**Методи дослідження:** емпіричні (тести), математико-статистичні.

**Результати та обговорення.** Суб'єктивне благополуччя респондентів оцінювалось із використанням скринінгової версії тесту С. Keyes МНС-SF в адаптації Є. Осіна. За підсумковим показником цієї методики майбутніх психологів поділили на «благополучних» і «неблагополучних»: «неблагополучні» мають бали, нижчі за середні, від 1 до 34, а «благополучні» - вищі за середні, від 36 до 70. Далі проводилося порівняння двох груп за показниками сприйняття соціальної підтримки (багатовимірною шкалою сприйняття соціальної підтримки - The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) D. Zimet, в адаптації В. Ялтонського та Н. Сироти (Zimet et al., 1988). Методика призначена для суб'єктивного оцінювання сприйняття ефективності та адекватності соціальної підтримки за трьома аспектами – «сім'я», «друзі» та «значущі інші». Щоб підвищити точність вимірювання прогнозу поведінки щодо пошуку допомоги, використовувався також «Загальний опитувальник про наміри звернутися про допомогу» із різних соціальних джерел (The General Help Seeking Questionnaire (GHSQ)) (Wilson et al., 2005). Намір - не просто вираження ставлення, а частина вольового акту. Шкала GHSQ є одновимірною. За кожним джерелом соціальної допомоги респондентам пропонувалося пряме висловлювання: «Якби у Вас були особисті або емоційні проблеми, наскільки ймовірно, що Ви звернулися б про допомогу до наступних людей/джерел?». Імовірність респонденти оцінювали за шкалою Лайкерта від 1 до 7. Опитувальник не є тестом у строгому розумінні, проте значущі

кореляційні зв'язки (за критерієм Пірсона) вибору джерел соціальної допомоги за шкалами GHSQ і MSPSS свідчать на користь конструктивної валідності шкали GHSQ ( $r=0,11-0,50$ ,  $p<0,01$ ).

Метою емпіричного дослідження було вивчення ролі формальної та неформальної соціальної підтримки у забезпеченні суб'єктивного благополуччя студентської молоді. У дослідженні взяли участь 196 студентів-психологів денної форми навчання 1-4 курсів (із них 137 дівчат і 59 юнаків, середній вік  $19,4\pm 1,28$  років) і 650 студентів університету (із них 561 юнка і 89 юнаків, середній вік  $20,5\pm 2,24$  років), що навчаються за напрямками педагогічної освіти інших спеціальностей. До вибірки

увійшли студенти без виражених відхилень здоров'я. Опитування респондентів проводилося до пандемії у режимі онлайн із використанням Google-форм. Порівнювали групи і високим рівнем суб'єктивного благополуччя і з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя за усією вибіркою ( $N=846$ ). Вивчалося також запитання про уподобання видів соціальної підтримки та про наміри звернення студентів до тих чи інших видів соціальної підтримки взагалі.

На рисунку 1 подано розподіл ступеня вираженості намірів звернення студентів за усією опитаною вибіркою до різних джерел соціальної підтримки у ситуації емоційних та особистих проблем.

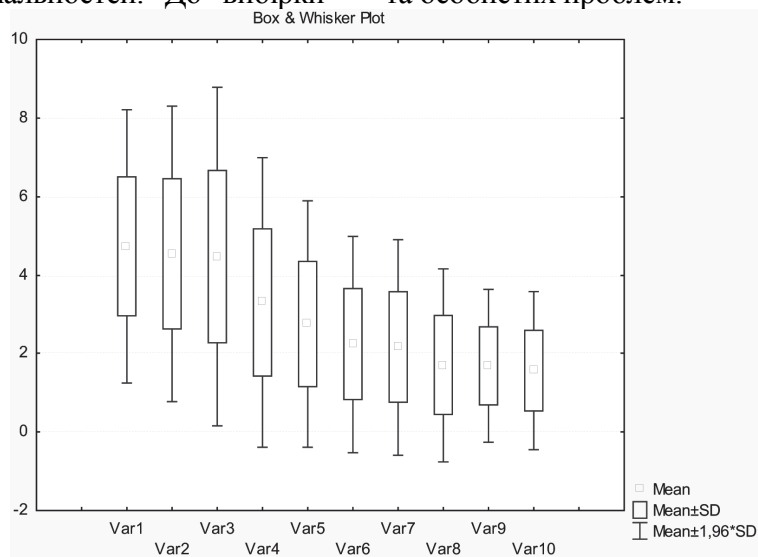


Рисунок 1 – Розподіл ступеня вираженості намірів звернення студентів за усією опитаною вибіркою до різних джерел соціальної підтримки у ситуації емоційних та особистих проблем

Результати свідчать про те, що студенти найохочіше звертаються по соціальну підтримку до людей з їхнього особистого оточення. Це ті, кому вони найбільшою мірою довіряють, - друзі, романтичний партнер, батьки. Професійна допомога відстає від сім'ї та друзів за ступенем довіри та вираженості намірів звернення до неї. Психологи посідають 5-те місце за вираженістю намірів звернутися до них по допомогу, а решта джерел професійної допомоги - лікарі-психіатри та терапевти, телефон служби довіри та служителі релігійних конфесій - посідають з 6-го по 10-те місце, що

свідчить про їхню непопулярність у молодіжному середовищі.

У табл. 1 наведено достовірні відмінності середніх показників сприйняття соціальної підтримки від людей із близького оточення у студентів із високим і низьким рівнями суб'єктивного благополуччя. Результати свідчать, що студенти із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя набагато меншою мірою сподіваються на підтримку від найближчого оточення: сім'ї, друзів, значущих інших людей. Це означає, що молоді люди із хорошими соціальними зв'язками почуваються набагато благополучнішими та упевненішими.

**Достовірні відмінності середніх показників сприйняття соціальної підтримки від людей із близького оточення (методика MSPSS) серед студентів із високим і низьким рівнями суб'єктивного благополуччя**

Джерела соціальної підтримки	Студенти із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя, N=294	Студенти із високим рівнем суб'єктивного благополуччя, N=552	t-критерій Стьюдента	p
Сім'я	2,88±1,29	3,57±0,87	-9,31	0,00
Друзі	3,04±1,44	3,67±0,90	-7,51	0,00
Інші значущі	3,24±1,27	3,75±0,70	-7,58	0,00
Загальний бал	9,19±2,92	10,97±1,80	-11,14	0,00

У табл. 2 наведено порівняння соціальних джерел у студентів із високим і вираженості намірів звернутися за низьким рівнями суб'єктивного соціальною підтримкою до різних благополуччя.

Таблиця 2

**Достовірність відмінностей середніх показників вираженості намірів звернутися про допомогу (за методикою GHSQ) до різних джерел соціальної підтримки серед студентів із різними рівнями суб'єктивного благополуччя**

Джерела соціальної підтримки	Студенти із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя, N=294	Студенти із високим рівнем суб'єктивного благополуччя, N=552	t-критерій Стьюдента	p
Романтичний партнер	4,16±2,18	4,62±2,20	-2,87	0,004
Друзі	4,32±1,78	4,93±1,72	-5,08	0,00
Батьки	3,82±1,93	4,95±1,81	-8,43	0,00
Родичі	2,57±1,63	3,68±1,90	-8,53	0,00
Лікар-психіатр	2,35±1,56	2,07±1,31	2,83	0,00
Священник	1,58±1,17	1,77±1,31	-1,39	0,00

Таким чином, студенти і з високим, і з низьким рівнями благополуччя першою чергою мають намір звернутися про допомогу до близьких людей, романтичного партнера, друзів, родичів. При цьому у ситуаціях особистих емоційних проблем у студентів із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя меншою мірою виражені наміри звернутися про допомогу до близьких людей, ніж у студентів із високим рівнем суб'єктивного благополуччя. Тобто до групи респондентів «із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя».

Розподіл показників вираженості намірів звернення про допомогу до людей/джерел допомоги у ситуації особистих емоційних проблем (Box plot, діаграма розмаху): Var 1 - друзі; Var 2 - батьки; Var 3 - романтичний партнер (хлопець/дівчина); Var 4 - родичі; Var 5 - психологи; Var 6 - лікарі-терапевти; Var 7 - лікарі-психіатри; Var 8 - служителі релігійних конфесій; Var 9 - фахівці телефону довіри; Var 10 - учасники груп з аналогічними проблемами, до Інтернету

потрапили студенти з не дуже сприятливими відносинами у їхніх сім'ях.

Про професійну допомогу лікаря-психіатра більшою мірою готові звернутися студенти із низьким рівнем благополуччя, ніж із високим, що також свідчить про меншу надію у них на близьких людей і сім'ю. Проте наміри звернутися за духовною підтримкою більше виражені у студентів із високим рівнем благополуччя. Це опосередковано означає, що серед групи із високим рівнем суб'єктивного благополуччя набагато більше релігійних студентів, ніж у групі із низьким рівнем. При порівнянні вибірок студентів із різним рівнем суб'єктивного благополуччя достовірних відмінностей за показниками готовності звернення за соціальною підтримкою не виявлено. Лише як тенденцію можна відзначити дещо більшу готовність студентів використовувати соціальний ресурс близького оточення.

Результати, які свідчать про високий ступінь довіри студентів до близьких людей і членів їхніх родин у ситуаціях пошуку допомоги, узгоджуються із результатами дослідження D.Grevenstein із колегами, які показали, що для студентів найважливішу роль відіграє їхня сім'я, що є для них захистом від стресу у ситуації адаптації до навчального процесу (Grevenstein et al., 2019). Чим кращі сімейні стосунки, тим більшою мірою у студентів виражені життєстійкість, почуття самоузгодженості, самоспівчуття (прийняття себе) і суб'єктивне благополуччя. Сімейні стосунки забезпечують соціальний контекст, що сприяє розвитку здорової особистості, адекватних соціальних компетенцій і здатності до соціальної адаптації. Звернення про допомогу до людей із найближчого кола та родичів спричинене довірою до них, що забезпечує психологічну безпеку під час звернення по допомогу та робить неформальну соціальну підтримку більш бажаною.

**Висновки.** Життєва ситуація студентської молоді на кожному етапі навчання у ЗВО має свої специфічні риси та обставини, що роблять цю ситуацію важкою, а іноді і стресогенною. Крім важких особистісних обставин, студенти мають основну мету їхнього життя на етапі навчання у ЗВО. Вона, як правило, полягає у здобутті гарної освіти, успішному її завершенні та виконанні вимог освітньої програми. У сучасних соціальних умовах постійно змінюються вимоги до знань, вмінь, особистісної активності тих, хто навчається. Навіть до кардинальних соціальних змін, пов'язаних із пандемією COVID-19 та війною, інноваційна складова освітніх програм була дуже насиченою та інтенсивною, а в умовах пандемії та війни, що призвела не лише до соціальної ізоляції, яка є значним стресс-чинником для усіх людей, а і до повної перебудови процесу навчання на дистанційний режим, життєва ситуація студентської молоді поповнилась ще одним потужним чинником емоційного дистресу.

Дослідники давно шукають особистісні предиктори стресостійкості, що саме керує реакцією у стресових обставинах - глобальні

риси особистості чи стресогенність самої життєвої ситуації. Отримані результати, можливо, перспективно було б інтерпретувати у контексті ситуаційного підходу, який передбачає аналіз взаємодії особистості та середовища. Дискусія між персонологами і ситуаціоністами, що триває десятиліттями, наразі призводить до визнання моделі особистісно-ситуаційної взаємодії, згідно з якою поведінка є функцією взаємодії особистості та середовища; особистість при цьому позиціонується як активний, цілеспрямовано діючий суб'єкт (Webster, 2009). Одне і те ж саме середовище може по-різному впливати на особистість, що показано, зокрема, на прикладі «сильних» і «слабких» ситуацій (Mischel et al., 2007).

Неформальна соціальна підтримка виявилася більш бажаною для студентів, які у скрутних життєвих ситуаціях більш охоче звертаються до людей зі свого найближчого оточення, друзів, батьків, романтичного партнера. Психологічна допомога посідає лише п'яте місце за ступенем вираженості наміру звернення по неї, що свідчить про недостатню довіру до психологів та організацію допоміжної діяльності. У ситуаціях особистих емоційних проблем у студентів із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя меншою мірою виражені наміри звернутися про допомогу до близьких людей, ніж у студентів із високим рівнем суб'єктивного благополуччя, що, імовірно, пов'язано з тим, що їхні сімейні стосунки не забезпечують їм відчуття психологічної безпеки. Про професійну допомогу лікаря-психіатра більшою мірою готові звернутися студенти із низьким рівнем благополуччя, ніж із високим, що свідчить про менший ступінь їхньої довіри до близьких людей. Однак намір звернутися за духовною підтримкою більше виражений у студентів із високим рівнем благополуччя. Студенти із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя потребують фахової допомоги психологів, лікарів, спеціалістів телефону довіри, тому фахова соціальна підтримка як ресурс здоров'я студентів потребує вивчення можливих шляхів оптимізації надання допомоги.

За результатами дослідження неформальна підтримка від людей із найближчого оточення особистості отримує

у студентів-психологів найбільшу довіру, забезпечуючи їм психологічну безпеку, і викликає вищий ступінь намірів звернення до неї у важких ситуаціях. Проте є студенти, більшість із яких потрапили до категорії респондентів із низьким суб'єктивним благополуччям, які не мають цього ресурсу із різних причин. Ці студенти потребують професійної допомоги психологів, лікарів, фахівців телефону довіри. Тому соціальна

підтримка як ресурс здоров'я студентів-психологів потребує подальшого вивчення, як і аналізу можливих шляхів оптимізації надання фахової допомоги, оскільки, судячи зі світового досвіду вивчення реакцій молодих людей на соціальну ситуацію, що склалася внаслідок пандемії чи воєнних дій, така допомога може знадобитися вже набагато більшій кількості студентів, ніж це було раніше.

### Список використаних джерел

1. Argyle, M. (2013). *The psychology of happiness*. Routledge.
2. DeNeve, K. M. (1999). Happy as an extraverted clam? *Current Directions in Psychological Science*, 8(5), 141-144. doi:10.1111/1467-8721.00033
3. Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302. doi:10.1037//0033-2909.125.2.276
4. Ennis, E., McLafferty, M., Murray, E., Lapsley, C., Bjourson, T., Armour, C., ... O'Neill, S. (2019). Readiness to change and barriers to treatment seeking in college students with a mental disorder. *Journal of Affective Disorders*, 252, 428-434. doi:10.1016/j.jad.2019.04.062
5. Grevenstein, D., Bluemke, M., Schweitzer, J., & Aguilar-Raab, C. (2019). Better family relationships—higher well-being: The connection between relationship quality and health related resources. *Mental Health & Prevention*, 14, 200160. doi:10.1016/j.mph.2019.200160
6. Kapasia, N., Paul, P., Roy, A., Saha, J., Zaveri, A., Mallick, R., ... Chouhan, P. (2020). Impact of lockdown on learning status of undergraduate and postgraduate students during COVID-19 pandemic in West Bengal, India. *Children and Youth Services Review*, 116, 105194. doi:10.1016/j.childyouth.2020.105194
7. Safin, O., Kravchenko, O., Mishchenko, M., & Potapchuk, Y. (2021). Peculiarities of psychologists' and social pedagogues' work in terms of quarantine. *Advances in Human Factors, Business Management and Leadership*, 149-157. doi:10.1007/978-3-030-80876-1\_20
8. Kriek, L. V., Jeronimus, B. F., Blaauw, F. J., Wanders, R. B., Emerencia, A. C., Schenk, H. M., ... Jonge, P. D. (2015). HowNutsAreTheDutch (HoeGekIsNL): A crowdsourcing study of mental symptoms and strengths. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 25(2), 123-144. doi:10.1002/mpr.1495
9. Mischel, W., Shoda, Y., & Ayduk, O. (2007). *Introduction to personality: Toward an integrative science of the person*. John Wiley & Sons.
10. Odriozola-González, P., Planchuelo-Gómez, Á., Iruiria, M. J., & De Luis-García, R. (2020). Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university. *Psychiatry Research*, 290, 113108. doi:10.1016/j.psychres.2020.113108
11. Ribeiro, Í. J., Pereira, R., Freire, I. V., de Oliveira, B. G., Casotti, C. A., & Boery, E. N. (2018). Stress and quality of life among University students: A systematic literature review. *Health Professions Education*, 4(2), 70-77. doi:10.1016/j.hpe.2017.03.002
12. Shu, F., Ahmed, S. F., Pickett, M. L., Ayman, R., & McAbee, S. T. (2020). Social support perceptions, network characteristics, and international student adjustment. *International Journal of Intercultural Relations*, 74, 136-148. doi:10.1016/j.ijintrel.2019.11.002
13. Tang, W., Hu, T., Hu, B., Jin, C., Wang, G., Xie, C., ... Xu, J. (2020). Prevalence and correlates of PTSD and depressive symptoms one month after the outbreak of the COVID-19 epidemic in a sample of home-quarantined Chinese university students. *Journal of Affective Disorders*, 274, 1-7. doi:10.1016/j.jad.2020.05.009
14. Tang, W., Hu, T., Yang, L., & Xu, J. (2020). The role of alexithymia in the mental health problems of home-quarantined university students during the COVID-19 pandemic in China. *Personality and Individual Differences*, 165, 110131. doi:10.1016/j.paid.2020.110131
15. Webster, G. D. (2009). The person-situation interaction is increasingly outpacing the person-situation debate in the scientific literature: A 30-year analysis of publication trends, 1978-2007. *Journal of Research in Personality*, 43(2), 278-279. doi:10.1016/j.jrp.2008.12.030
16. Wilson, C. J., Deane, F. P., Ciarrochi, J., & Rickwood, D. (2005). Measuring Help-Seeking Intentions: Properties of the General Help-Seeking Questionnaire. *Canadian Journal of Counselling*, 39(1), 15-28.
17. Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). Multidimensional scale of perceived social support. *PsycTESTS Dataset*. doi:10.1037/t02380-000

Summary

**SOCIAL SUPPORT OF FUTURE PSYCHOLOGISTS AS A COMPONENT OF RESOURCE PROVISION OF THEIR SUBJECTIVE WELL-BEING AT THE STAGE OF PROFESSIONAL DEVELOPMENT**

*Yakymchuk I.* Candidate of Psychology Sciences, Docent, Associate Professor of the Department of Psychology, Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

*Sulyatytskyy I.* candidate of psychological sciences, associate professor associate professor of the Department of Special Education of the Ivan Franko National University of Lviv

**Introduction.** Studenthood is a sensitive period for the development and formation of the basic psychological potential. At the same time, high intellectual and psycho-emotional stress in the course of educational activities, frequent fluctuations in work and rest, restructuring of semantic and moral values, and many other factors require future psychologists to have a wide range of resources that would ensure effective coping with difficult life situations.

**Methods** - empirical (tests), mathematical and statistical.

**Originality.** Informal social support proved to be more desirable for students who, in difficult life situations, are more willing to turn to people from their immediate environment, friends, parents, and romantic partners. Psychological support ranks only fifth in terms of the degree of intention to seek it, which indicates a lack of trust in psychologists and the organisation of support activities. In situations of personal emotional problems, students with a low level of subjective well-being have a lower intention to seek help from close people than students with a high level of subjective well-being, which is probably due to the fact that their family relationships do not provide them with a sense of psychological security. Students with a low level of well-being are more willing to seek professional help from a psychiatrist than those with a high level of well-being, which indicates a lower degree of trust in their loved ones. However, the intention to seek spiritual support is more pronounced among students with a high level of well-being. Students with low levels of subjective well-being need professional help from psychologists, doctors, and helpline specialists, so professional social support as a resource for students' health requires exploring possible ways to optimise the provision of assistance.

**Conclusion.** According to the results of the study, informal support from people in the person's immediate environment is the most trusted by psychology students, providing them with psychological security, and causes a higher degree of intention to seek it in difficult situations. However, there are students, most of whom fell into the category of respondents with low subjective well-being, who do not have this resource for various reasons. These students need professional help from psychologists, doctors, and helpline specialists. Therefore, social support as a health resource for psychology students requires further study, as well as an analysis of possible ways to optimise the provision of professional assistance, since, judging by the global experience of studying the reactions of young people to the social situation resulting from a pandemic or military action, much more students may need such assistance than before.

**Keywords:** social support; future psychologist; resource provision; well-being; professional development.

Концептуалізація – Якимчук І. П.

Методологія – Сулятицький І. В.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 08.02.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 05.03.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.