

УДК 159.923:378
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2023-3-6>

ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ПРОЯВУ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Савчук Н. А.

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціогуманітарних технологій
Луцький національний технічний університет
вул. Львівська, 75, Луцьк, Україна
orcid.org/0000-0001-7457-0872
ladz1364@gmail.com*

Ковальчук О. М.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри іноземної та української філології
Луцький національний технічний університет
вул. Львівська, 75, Луцьк, Україна
orcid.org/0000-0001-5371-9543
kasana17@ukr.net*

Хомік О. М.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри освітніх, педагогічних технологій
ПВНЗ «Академія рекреаційних технологій і права»
вул. Карбишева, 2, Луцьк, Україна
orcid.org/0000-0001-9094-5005
Okshom2017@ukr.net*

Ключові слова: *емоційна сфера особистості, психічні явища, психічні властивості, діагностичні показники, негативні психічні стани, студентська молодь.*

Різноманітні соціогенні фактори та кризові явища в суспільстві вкрай негативно впливають на розвиток особистості, що викликає значне навантаження на навчальну діяльність здобувачів освіти під час опанування загальних і спеціальних компетенцій, необхідних для професійної діяльності. У статті розглянуто систему поглядів на сутність поняття «психічні стани». Охарактеризовано специфіку і характер взаємозв'язку психічних станів та індивідуально-типологічних властивостей особистості студентів у процесі навчально-виховної діяльності. Встановлено, що психічні стани мають різноманітні вираження і тісно пов'язані з індивідуально-особистісними якістьми суб'єкта. Мета статті полягає в теоретичному та емпіричному вивченні особливостей прояву психічних станів у здобувачів закладів вищої освіти на основі психодіагностичних методик. У дослідженні взяли участь 107 студентів, які навчаються в Луцькому національному технічному університеті та в приватному вищому навчальному закладі «Академія рекреаційних технологій і права». Психічні стани студентів досліджувалися за методиками оперативної оцінки станів самопочуття, активності та настрою (методика САН), діагностики реактивної та особистісної тривожності (за шкалою Ч. Спілбергера), депресивності (за шкалою Зунге). Визначено показники самопочуття, активності та настрою у здобувачів закладів вищої освіти, які показали відповідність нормативним

данім. Встановлено наявність у них помірної вираженості реактивної тривожності й тривожності як особистісної властивості на основі шкали Ч. Спілбергера. Виявлено стан легкої ситуативної пригніченості на основі шкали депресивності Зунге. Результати проведених методик свідчили, що в разі підвищеної розумової діяльності та емоційної напруженості у здобувачів закладів вищої освіти проявляється зниження самопочуття, легка реактивна тривожність, фрустрованість. Створення та проведення корекційної програми стосовно гармонізації психічних станів дасть змогу суттєво стабілізувати психічні стани студентської молоді.

EMPIRICAL STUDY OF MANIFESTATION OF MENTAL STATES IN HIGHER EDUCATION APPLICANTS

Savchuk N. A.

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Social and Humanitarian Technologies
Lutsk National Technical University
Lvivska str., 75, Lutsk, Ukraine
orcid.org/0000-0001-7457-0872
ladz1364@gmail.com*

Kovalchuk O. M.

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Foreign and Ukrainian Philology
Lutsk National Technical University
Lvivska str., 75, Lutsk, Ukraine
orcid.org/0000-0001-5371-9543
kasana17@ukr.net*

Khomik O. M.

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Educational, Pedagogical Technologies
Private Higher Education Institution "Academy of Recreation Technologies and Law"
Karbysheva str., 2, Lutsk, Ukraine
orcid.org/0000-0001-9094-5005
Okshom2017@ukr.net*

Key words: *emotional sphere of personality, mental phenomena, mental properties, diagnostic indicators, negative mental states, student youth.*

Various sociogenic factors and crisis phenomena in society have an extremely negative impact on personality development. It causes a significant load on the educational activity of applicants of higher education institutions when mastering the general and special competencies necessary for professional activity. The system of views on the essence of the concept of "mental states" has been considered in the article. The specificity and character of the relationship between the mental states and the individual-typological properties of the students' personality in the process of educational activity has been characterized. It has been established that mental states have diverse expressions and are closely related to the individual and personal qualities of the subject. The aim of the article is in theoretical and empirical study of the peculiarities of mental states manifestation among applicants of higher

education institutions on the basis of psycho-diagnostic methods. 107 students of Lutsk National Technical University and of private higher education institution “Academy of Recreation Technologies and Law” took part in the research. Mental states of the students were studied according to the methods of operative assessment of states of well-being, activity and mood (SAN technique), diagnostics of reactive and personal anxiety (according to the scale of C. Spielberger), depression (on the Zunge’s scale). The indicators of health state, activity and mood among applicants of higher education institutions have been defined, which showed the conformity with normative data. The presence of moderate severity of reactive anxiety and anxiety as a personal property has been established on the basis of the scale of C. Spielberger. The state of light situational depression has been found on the basis of the Zunge’s depression scale. The results of the conducted methods showed that with increased mental activity and emotional tension of applicants of higher education institutions a decrease in well-being, light reactive anxiety, frustration are manifested. The creation and implementation of a correctional program according to the harmonization of mental states will make it possible to substantially stabilize the mental states of student youth.

Постановка проблеми. Актуальність дослідження зумовлена новими підходами в розвитку сучасної освітньої політики, де на чільному місці стоять особливі вимоги до професійної компетентності, особистісного ресурсу та морально-психологічних якостей майбутніх фахівців. Процес навчання сприймається досить неоднозначно здобувачами освіти і завжди пов’язаний з високим рівнем стресу. Надзвичайно велика кількість інформаційних потоків, своєчасне їх опрацювання, розмежування правдивої та невірної інформації, висока емоційна насиченість комунікативних зав’язків спричинюють виникнення негативних психічних станів. Новий колектив, інша система оцінювання, великий обсяг матеріалу для опрацювання, індивідуальні завдання й курсові проекти, екзаменаційна сесія та інші стресогени викликають порушення в мотиваційній, поведінковій та когнітивній сферах молоді людини. Саме тому психологічне дослідження впливу різноманітних чинників на емоційну сферу особистості в процесі навчальної діяльності є досить актуальним.

Загальновідомо, що важливою ознакою готовності здобувачів освіти до майбутньої професійної діяльності є наявність душевної рівноваги, позитивного настрою та самопочуття особистості. Водночас домінування перевтоми, стресу, неухвальної, тривожності, сумнівів деструктивно позначається на життєдіяльності здобувачів освіти, перебігу процесів їх особистісного розвитку і самореалізації. Підтвердженням слугує дослідження Т. Жвані [1], який окреслив складники емоційної готовності до професійної діяльності, зауваживши, що підвищення рівня тривожності знижує ефективність навчально-пізнавальної діяльності здобувачів освіти. Тому дослідження

особливостей прояву психічних станів у студентської молоді є надзвичайно актуальним.

Поняття «стан» із загальнобіологічних позицій традиційно розглядається як певна сукупність процесів, які відбуваються в організмі людини, а також як ступінь розвитку та цілісності її біологічних структур. У психології найпоширенішим є уявлення про стан як процес відносно стійкого психічного явища, що має початок, період протікання та кінець [2].

Специфічність феномена «психічні стани» завжди приваблювала науковців і вивчалась у різних напрямках. Загалом існує тісний взаємозв’язок між психічним і фізичним станом людини. Соціальна ізоляваність та обмеження комунікативних контактів під час дистанційного навчання негативно впливає на психоемоційний стан здобувачів освіти. Як стверджує М.М. Шпак, майже половина респондентів емоційно напружені перед іспитом, часто відчувають страх, невпевненість у собі та своїх знаннях. Для нормалізації емоційної сфери потрібно «налагодити механізм зворотного зв’язку між викладачем та студентом, що передбачає не лише обговорення навчального матеріалу, а і психоемоційного стану студента та причин, які його зумовлюють» [3, с. 120].

Заслуговує на увагу дослідження Ж. Новікової щодо визначення рівня емоційної напруженості здобувачів освіти під час дистанційної форми навчання. Здійснений аналіз результатів експерименту показав, що третина вибірки має високий і дуже високий рівень ситуативної та особистісної тривожності під час онлайн-навчання. Крім того, 50% першокурсників схильні до переживання стресу під час дистанційного навчання. Встановлені високі показники вказують на нестабільність емоційної сфери здобувачів освіти першого курсу

під час дистанційного навчання та переважання в них негативних емоцій [4]. Цю ж думку розділяє А.В. Кічук [5], аналізуючи психоемоційний стан студентської молоді в період карантинних обмежень через пандемію COVID-19.

Дослідження фахівців у психолого-педагогічній науці [6; 7] засвідчують, що здобувачам освіти всіх курсів притаманні такі «наскрізні» стани, як радість та втома. У складних невизначених умовах, наприклад, здачі іспиту, може виникати стресовий стан, що утруднює мисленнєві дії. У таких випадках доцільно використовувати копінг-стратегії, що дозволить особистості регулювати свій емоційний стан у складних невизначених ситуаціях сьогодення. Також існує диференціація емоційних станів залежно від курсу навчання: радість, збудження переважають на першому курсі, а до третього формується пасивність, розчарування, роздратування. Випускники переживають цілу низку протилежних емоцій, водночас радість, страх, апатію і втому.

Гендерний аспект міри вираженості самопочуття, активності й настрою дівчат і хлопців на лекційних навчальних заняттях на різних курсах вивчала О.В. Гричук. Автором виявлено, що позитивне самопочуття й активність на лекціях статистично значущо більш виражені у хлопців, ніж у дівчат, а міра вираженості настрою статистично значущо не відрізняється. Також досліджено, що найнижчі показники міри самопочуття на лекційних заняттях у студентів третього курсу, найвищі – першого курсу; найнижчі показники міри активності на лекційних заняттях у студентів другого курсу, найвищі – першого курсу; найвищі показники настрою на лекційних заняттях у студентів на четвертому курсі, найнижчі – на шостому курсі навчання [8].

Отже, зміст кожного з етапів навчання зумовлює формування типових психічних станів.

О.Г. Бойчук-Товста розробила модель формування емоційної сфери майбутнього медичного працівника в процесі фахової підготовки, виокремивши критерії сформованості емоційної сфери: когнітивний, емоційно-ціннісний, поведінковий. Автором встановлено, що формування емоційної сфери майбутніх лікарів відбувається ефективніше за умови розвитку цілісної індивідуальності здобувача освіти в поєднанні з особистісними якостями [9].

Сутність невизначеності психічного стану проявляється в розмитості й відносності меж, що відрізняють його від психічних процесів і властивостей особистості. Узагальнюючи розглянуті позиції, А. Титович розуміє психічний стан як інтегральну характеристику функцій психіки людини на певному відрізку часу, що віддзеркалює переживання нею рівня функціонування

пізнавальних процесів, активності емоційно-вольової сфери та прояв якостей особистості у відношенні до діяльності, що має для неї біологічне або соціальне значення [10].

У нашому дослідженні під психічними станами розуміємо тимчасові, відносно статичні, переважно ситуативно зумовлені особливості самопочуття, психічної діяльності та поведінки здобувачів освіти, характерну ознаку яких становить суб'єктивне внутрішнє відчуття.

Існують численні дослідження психічних станів як відносно більш мінливих у порівнянні з психічними процесами та особистісними якостями, станів стресових, фрустрації, конфліктних, критичних [7], тривожності [4], емоційних станів [7; 11; 12], вивчення особливостей психологічного впливу воєнних новин на особистість та психічні стани мирних громадян у період воєнних дій в Україні (І.В. Жданова, Л.О. Бондаренко, А.В. Велічко), емоційних станів здобувачів освіти під час онлайн-навчання [2] тощо. Крім того, варто звернути увагу на різноманітні соціогенні фактори і кризові явища в суспільстві (примусова ізоляція під час пандемії, невизначеність ситуації, воєнний стан), що негативно впливають на розвиток особистості молодої людини. Отже, важливість дослідження зумовлена необхідністю вивчення актуального рівня прояву психічних станів у здобувачів закладів вищої освіти в процесі навчальної діяльності з метою їх попередження та корекції.

Мета статті – аналіз психічних станів у здобувачів закладів вищої освіти під час навчальної діяльності.

Результати дослідження. Експериментальною базою дослідження було вибрано Луцький національний технічний університет та приватний вищий навчальний заклад «Академія рекреаційних технологій і права». У ньому брали участь 107 здобувачів освіти I–IV курсів освітніх програм «Психологія», «Фізичне виховання», «Соціальне забезпечення».

Для розв'язання поставлених завдань було використано комплекс теоретичних методів для узагальнення та систематизації даних наукових досліджень із вибраної проблематики; експериментальні методики різного спрямування щодо вивчення психічних станів; методи математичної статистики для аналізу отриманих експериментальних даних.

Оперативна оцінка станів самопочуття, активності та настрою здійснювалася за методикою САН протягом першого місяця діагностичних обстежень, щотижня. Усереднені показники 4-разових обстежень за цією методикою наведено нижче.

За діагностичними даними самопочуття в обстежених здобувачів освіти щодо працездатно-

сті–виснаженості, загальної напруженості–розслабленості, бадьорості–в’ялості тощо загалом підтримувалося в нормативних межах ($4,4 \pm 0,14$ за нормативного показника $5,0-5,5$).

Показник активності, який відбиває загальну активність, рухливість, діяльність, розподіл уваги, загалом відповідає нормативним даним (становлячи $5,8 \pm 0,87$ за умовної норми $5,0-5,5$) і вказує на легко виражену тенденцію до підвищеної активності, що співвідноситься з показником близької до акцентуації гіпертимності (за Леонгардом), внутрішньої активності (9 шкала Міні-Мульт), афектотимії, наполегливості та гнучкості за опитувальником Кеттелла (фактори А, Е, і Q1), з якими виявлені значущі корелятивні зв’язки (табл. 1, 2).

У межах нормативних знаходиться й показник настрою, який характеризує відчуття повноти сил, захопленості, загальної задоволеності та оптимістичної налаштованості: цей показник становить $5,1 \pm 0,33$, і має тісні кореляції з показниками емотивної, дистимічної та екзальтованої акцентуації за Леонгардом, психастенічності за Міні-Мульт (7 шкала) і факторами емоційної нестійкості (С), почуття провини (О) і фрустрованості (Q4) (табл. 2).

Діагностика тривожності як стану і як особистісної риси за шкалою Ч. Спілбергера виявила наявність помірної вираженості відповідного стану ($38,9 \pm 2,62$ за нормативного показника, що становить менше 30 балів) і практично низького ступеня вираженості тривожності як стійкої риси особистості (відповідний показник становить $31,4 \pm 1,77$). Наведені дані, одержані за шкалою Спілбергера, загалом відбивають ситуативно зумовлений стан легкої тривожності, властивий здобувачам освіти під час складання заліків, іспитів тощо. Проте привертає увагу показник особистісної тривожності, який, хоча й знаходиться практично в нормативних межах, усе ж дещо перевищує нормативний рівень ($31,7 \pm 1,77$ за нормативної оцінки нижче 30), що, на наш погляд, може бути пов’язано з наявністю в обстежуваних акцентуованої риси відповідного типу (за опитувальником Леонгарда показник риси тривожного типу становить $14,53 \pm 2,70$ за умовної норми нижче 12-ти балів).

З одержаними даними кореляцій тривожності як стану та особистісної риси з показниками особистісно-характерологічних особливостей здобувачів освіти (див табл. 2) чинниками згаданого стану, очевидно, виступають: акцентуації емотив-

Таблиця 1

Коефіцієнти рангової кореляції між показниками 16-PF-Кеттелла і шкал САН, Спілбергера і Зунге за результатами дослідження

Методики та діагностичні показники	САН			Тривожність за Спілбергером		Депресивність за Зунге
	Само-почуття	Активність	Настрій	Реактивна	Особистісна	
16-PF						
A		426		394		
B						
C			-625	-305		-452
E		377				
F	-538			-592		
G						
H					-527	
I						626
L				-433		
M						
N						
O			524	319	649	
Q1		309				
Q2						
Q3						
Q4	-437		366			569

Примітки: у таблиці наводяться обчислені коефіцієнти рангової реляції Спірмена лише $r_s > 0,20$, коефіцієнти $r_s < 0,20$ – опущені; у числових вираженнях коефіцієнтів нулі, що позначають цілу частину, опущені, а наводяться лише складники дробу

Коефіцієнти рангової кореляції між діагностичними показниками опитувальників Леонгарда і Міні-Мульт та шкал САН, Спілберґера і Зунґе за результатами дослідження здобувачів освіти

Методики та діагностичні показники	САН			Тривожність за Спілберґером		Депресивність за Зунґе
	Само-почуття	Активність	Настрій	Реактивна	Особистісна	
Акцентуації за Леонгардом						
1.	338	536				
2.					404	
3.			328	491		
4.						
5.				769	588	
6.		302				339
7.						
8.						
9.	-673	-412	-550	841	773	478
10.			347			298
Шкали Міні-Мульт						
1.						
2.	-377	-606		656		327
3.				391		
4.						
6.					374	
7.			-325	308	588	
8.						
9.	507	458		-435		-430

Примітки: у таблиці наводяться обчислені коефіцієнти рангової реляції Спірмена лише $r_s > 0.20$, коефіцієнти $r_s < 0.20$ – опущені; у числових вираженнях коефіцієнтів нулі, що позначають цілу частину, опущені, а наводяться лише складники дробу

ного, дистимічного та екзальтованого типів (за Леонгардом), депресивна чутливість, демонстративність поведінки, фіксація на тривозі та знижена внутрішня активність (за опитувальником Міні-Мульт), фактори афектотимії-відчуженості (А), емоційної нестійкості (С), заклопотаності (F), підозрливості (L) та почуття провини (O) за Кеттеллом. Водночас особистісну тривожність відбивають кореляційні зв'язки з показниками циклотимної, дистимічної та екзальтованої акцентуацій (за Леонгардом), ригідності афекту та психастенічності (за Міні-Мульт), факторів боязкості (H) та почуття провини (O) (за Кеттеллом).

З показниками легко вираженої ситуативної тривожності, очевидно, пов'язується й наявність у станах досліджуваних легкої ситуативної пригніченості (депресивності), яка, проте, не сягає навіть рівня «субдепресивності», як свідчать дані обстеження за шкалою депресивності Зунґе (одержаний відповідний показник становить 56,6

$\pm 4,24$ за оцінки його в межах 50–59 як «легкої депресії ситуативного генезу»). За цією методикою детальної диференціації між станами тривоги й депресії не передбачається, тому в досліджуваних йдеться, вочевидь, про відображення в наведених показниках легкої ситуативної психоемоційної напруженості. На користь такого припущення свідчать і значущі кореляційні зв'язки (див. табл. 1, 2) згаданого діагностичного показника Зунґе з рівнями акцентуацій циклотимії, дистимічності, екзальтованості (за Леонгардом), депресивності та внутрішньої активності (Міні-Мульт) і факторів Кеттела – емоційної нестійкості (С), м'якосердності (I), фрустрованості (Q4).

Таким чином, зазначені особистісні властивості слугують чинниками актуалізації в ситуаціях підвищеної розумової діяльності та емоційної напруженості дисгармонійних психічних станів у вигляді дещо зниженого самопочуття, легкої реактивної тривожності, фрустрованості, котрі істотно

не позначаються на ефективності спілкування і навчальної діяльності, хоча й спричиняють переживання певного суб'єктивного дискомфорту.

Актуальність означеної проблеми підтверджується дослідженням Л.В. Степаненко щодо особливостей виникнення і протікання негативних психічних станів у здобувачів освіти та можливістю їх регуляції з використанням копінг-стратегій [7]. У статті акцентується увага на важливості підтримки позитивних психічних станів, які виступають основою успішної самореалізації суб'єкта в довкіллі. Експериментальне дослідження емоційних станів засвідчує характерні прояви агресивності, фрустрації, нейротизму, зумовлені переважно зовнішніми соціальними чинниками. Зіставляючи результати нашого доробку, де в обстежуваних проявляється легка емоційна напруженість і тривожність, можна констатувати, що зазначені психічні стани зумовлені певними ситуативними подіями (під час написання контрольних робіт, складання заліків, іспитів тощо). Загальний висновок автора узгоджується з нашими міркуваннями щодо створення та проведення корекційної програми стосовно гармонізації психічних станів студентської молоді.

Висновки. Актуальність емпіричного дослідження зумовлена необхідністю вивчення негативних психічних станів та передумов їх генези у студентський вік, який характеризується розвитком професійного та особистісного самовизначення, становленням емоційно-вольової, інтелектуальної, поведінкової, мотиваційної, соціально-психологічної сфер. Отримані результати особливостей генези та психокорекції негативних психічних

станів у здобувачів освіти економічного, фізичного і гуманітарного напрямів засвідчили стійкий формовий станів тривожності, фрустрації, агресивності, ригідності. Проведене дослідження надає можливість використання виявлених особливостей у профілактиці й корекції відповідних станів під час навчання для забезпечення умов реалізації особистісних ресурсів та оптимізації професійного становлення майбутніх фахівців.

За результатами дослідження можна констатувати, що психічні стани мають різноманітні вираження та тісно пов'язані з індивідуально-особистісними якостями суб'єкта. Емпіричне дослідження дало змогу показати, що психічні стани можуть впливати на розвиток особистості як деструктивно, так і конструктивно, залежно від індивідуальних та соціальних особливостей студентської молоді. Соціальні стресогени виступають додатковими змінними виникнення негативних психічних проявів у навчальній діяльності здобувачів освіти під час опанування загальних і спеціальних компетенцій, необхідних для професійної діяльності. Отримані дані проведених методик свідчать про те, що в разі підвищеної розумової діяльності та емоційної напруженості у здобувачів закладів вищої освіти проявляється зниження самопочуття, легка реактивна тривожність, фрустрованість, що надалі може спричинити дисгармонійний особистісний розвиток.

Перспективними напрямками подальших досліджень вбачаємо створення та проведення корекційної програми стосовно гармонізації психічних станів, спрямованої на розвиток особистісних ресурсів студентської молоді.

ЛІТЕРАТУРА

1. Жванія Т. Розвиток емоційної готовності майбутніх психологів до професійної діяльності. *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя* : Матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції 28 лютого – 1 березня 2019 року. Суми, 2019 С. 399–403.
2. Hewson E.R.F. Students' Emotional Engagement, Motivation and Behaviour Over the Life of an Online Course: Reflections on Two Market Research Case Studies. *Journal of Interactive Media in Education*. 2018. Vol. 1. P.10.
3. Шпак М.М. Психоемоційний стан студентів в умовах дистанційного навчання. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2021. Випуск 4. С. 115–121.
4. Новікова Ж. Особливості емоційної сфери студентів-психологів першого року навчання в період онлайн-навчання. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. 2021. № 3 (52). С. 109–115.
5. Кічук А.В. Деякі особливості змін у психоемоційному здоров'ї студентів та факторів, які їх обумовлюють при карантинних обмеженнях. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2020. № 3 (53). Т. 3. С. 5–18.
6. Кузнецов М.А., Діомідова Н.Ю. Емоційний інтелект як чинник психоемоційних станів студентів в умовах іспиту. Харків : «Діса плюс», 2017. 189 с.
7. Степаненко Л.В. Емоційні властивості в системі емоційної саморегуляції психологів. *Габітус*. 2020. Випуск 20. С. 56–81.
8. Грицук О.В. Емоційні стани студентів закладів вищої освіти на лекційних заняттях. *Психологія і особистість*. 2020. № 2 (18). С. 77–95.
9. Бойчук-Товста О.Г. Модель формування емоційної сфери

студентів – майбутніх лікарів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2019. № 67. Т. 1. С. 134–138.

10. Титович А.О. Психічний стан як характеристика психічної діяльності спортсмена : збірник матеріалів III Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення». Харків, 2017. С. 164–171.
11. Drozdovski A.K. The connection between typological complexes of properties of the nervous system, temperaments, and personality types in the professions and sports. *Open access journal of sports medicine*. 2015. Vol. 6. P. 161–166.
12. Barrett L.F. The theory of constructed emotion: An active inference account of interoception and categorization. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, doi: 10.1093/scan/nsw154

REFERENCES

1. Zhvania T. (2019) Rozvytok emotsiinoi hotovnosti maibutnikh psykholohiv do profesiinoi diialnosti. Osobystist u kryzovykh umovakh ta krytychnykh sytuatsiiah zhyttia: Materialy V Mizhnarodnoi naukovopraktychnoi konferentsii 28 liutoho – 1 bereznia 2019 roku. (pp. 399-403) Sumy [in Ukrainian]
2. Hewson E.R.F. (2018) Students' Emotional Engagement, Motivation and Behaviour Over the Life of an Online Course: Reflections on Two Market Research Case Studies. *Journal of Interactive Media in Education*. Vol. 1. P.10.
3. Shpak M.M. (2021) Psykhoemotsiinyi stan studentiv v umovakh dystantsiinoho navchannia. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Serii: Psykholohichni nauky. Vypusk 4, 115-121 [in Ukrainian]
4. Novikova Zh. (2021) Osoblyvosti emotsiinoi sfery studentiv-psykholohiv pershoho roku navchannia v period onlain-navchannia. Naukovi pratsi Mizhrehionalnoi Akademii upravlinnia personalom. Psykholohiia. 3 (52), 109-115 [in Ukrainian]
5. Kichuk A.V. (2020) Deiaki osoblyvosti zmin u psykhoemotsiinomomu zdorovi studentiv ta faktoriv, yaki yikh obumovliuiut pry karantynnykh obmezheniakh. Teoretychni i prykladni problemy psykholohii. 3 (53), 3, 5–18 [in Ukrainian]
6. Kuznetsov M.A., Diomidova N.Yu. (2017) Emotsiinyi intelekt yak chynnyk psykhoemotsiinykh staniv studentiv v umovakh ispytu. Kharkiv: «Disa plus» [in Ukrainian]
7. Stepanenko L.V. (2020) Emotsiini vlastyvoli v systemi emotsiinoi samorehuliatcii psykholohiv. *Habitus*. Vypusk 20, 56-81[in Ukrainian].
8. Hrytsuk O.V. (2020) Emotsiini stany studentiv zakladiv vyshchoi osvityna lektsiinykh zaniattiakh. *Psykholohiia i osobystist*. 2(18), 77-95 [in Ukrainian]
9. Boichuk-Tovsta O.H. (2019) Model formuvannia emotsiinoi sfery studentiv – maibutnikh likariv. *Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh*. 67, 1, 134-138 [in Ukrainian]
10. Tytovych A.O. (2017) Psykhichni stan yak kharakterystyka psykhnichnoi diialnosti sportsmena. Zbirnyk materialiv III Vseukrainskoi naukovopraktychnoi konferentsii «Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia riznykh verstv naselennia», (pp. 164-171) Kharkiv [in Ukrainian]
11. Drozdovski A.K. (2015) The connection between typological complexes of properties of the nervous system, temperaments, and personality types in the professions and sports. *Open access journal of sports medicine*. Vol. 6. P. 161-166.
12. Barrett L.F. The theory of constructed emotion: An active inference account of interoception and categorization. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, doi: 10.1093/scan/nsw154.