

УДК 159.9:019
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-1-6>

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОСТІ, АГРЕСИВНОСТІ ТА СУБ'ЄКТИВНОГО КОНТРОЛЮ МОЛОДІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

Курова А. В.

*кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології*

Національний університет «Одеська юридична академія»

вул. Академічна, 2, Одеса, Україна

orcid.org/0000-0001-6595-492X

nastusha-k@ukr.net

Ключові слова: *особистість, ситуація невизначеності, форма навчання, нервово-психічне напруження, особистісна тривожність, реактивна тривожність, локус контролю, емоційна сфера.*

Стаття присвячена теоретико-емпіричному дослідженню психологічних особливостей емоційності, агресивності та суб'єктивного контролю молоді в умовах невизначеності. Показано, що в психології наявні багато визначень ситуації невизначеності, її розглядають як незавершеність процесу сприйняття або пізнання у ситуаціях дефіциту, нечіткості або протиріччя інформації; нову, складну ситуацію, що має багато взаємовиключних інтерпретацій; повну відсутність інформації про способи дії у незнайомій ситуації. Серед її основних ознак виділяють інформаційні та інформаційно-особистісні. Інтерпретація та переживання ситуації невизначеності залежить від поведінки конкретної людини в реальній життєвій ситуації. Тому емпіричне дослідження динаміки індивідуально-особистісних проявів здобувачів вищої освіти, які навчаються аудиторно та дистанційно в період пандемії COVID-19, є актуальним. Виявлено, що в період тривалого дистанційного навчання у здобувачів вищої освіти рівень нервово-психічного напруження вищий, аніж у період проведення аудиторних занять. Констатовано статистично значущі відмінності між тривожністю та агресією, причому їх значення в період тривалого дистанційного навчання значно підвищується, що свідчить про зростання цих станів, оскільки строки завершення пандемії невідомі, вірус активно мутує, у засобах масової інформації новини подаються емоційно забарвлені та різні за змістом. Високий рівень особистісної тривожності в період тривалого дистанційного навчання може бути пов'язаний з відсутністю соціальної підтримки з боку оточуючих, розбіжністю потреби у позитивному ставленні до себе та реальним ставленням оточуючих або браком цього ставлення, а також із заниженою самооцінкою.

Під час тривалого дистанційного навчання у респондентів зафіксовано домінуючі емоції: інтерес, радість, здивування та горе, кількісні показники радості та горя трохи вищі, аніж у процесі аудиторних занять, показники інтересу та здивування, навпаки, нижчі. Це пов'язане зі зниженням самокритичності під час дистанційної форми навчання. Крім того, особи з інтернальним локусом контролю переживають напругу важче, тому саме вони становлять групу ризику щодо негативної дії ситуації невизначеності.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF EMOTIONALITY, AGGRESSIVENESS AND SUBJECTIVE CONTROL OF YOUTH IN CONDITIONS OF UNCERTAINTY

Kurova A. V.

*Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor at the Department of Psychology
National University "Odessa Law Academy"
Academichna str., 2, Odessa, Ukraine, 65009
orcid.org/0000-0001-6595-492X
nastusha-k@ukr.net*

Key words: *personality, situation of uncertainty, form of learning, neuropsychological stress, personal anxiety, reactive anxiety, locus of control, emotional sphere.*

The article is devoted to the theoretical and empirical study of the psychological characteristics of emotionality, aggression and subjective control of young people in conditions of uncertainty. It is shown that in psychology there are many definitions of the situation of uncertainty, it is considered as incomplete process of perception or cognition in situations of deficit, ambiguity or contradiction of information; a new, complex situation with many mutually exclusive interpretations; complete lack of information on how to act in an unfamiliar situation.

Among the main features of the situation of uncertainty are informational and informational-personal. Interpretation and experience of a situation of uncertainty depends on the behavior of a particular person in a real life situation. Therefore, an empirical study of the dynamics of individual personal manifestations of higher education students who study classroom and distance during the pandemic COVID-19 is relevant.

It was found that in the period of long-distance learning in higher education students the level of nervous and mental stress is higher than in the period of classroom classes. There were statistically significant differences between: anxiety and aggression, and their importance during long distance learning increases significantly, indicating an increase in the conditions of these conditions, as the end of the pandemic is unknown, the virus is actively mutating, the media reports emotionally colored and different by its content.

High levels of personal anxiety during long-term distance learning may be due to lack of social support from others, differences in the need for a positive attitude towards themselves and the real attitude of others or lack of this attitude, as well as low self-esteem.

During long-term distance learning, the respondents recorded dominant emotions: interest, joy, surprise and grief, quantitative indicators of joy and sorrow are slightly higher than in the classroom, indicators of interest and surprise, on the contrary, lower. This is due to the reduction of self-criticism during distance learning. In addition, people with an internal locus of control experience stress more severely, so they are at risk for the negative effects of uncertainty.

Постановка проблеми. У соціально-психологічній парадигмі сучасних подій, в умовах часто змінюваних соціально-економічних, політичних, психологічно-побутових умов кожна людина стикається із нестабільністю, яка може посилюватися під впливом об'єктивних або суб'єктивних чинників. Саме така нестабільність постає основною причиною формування ситуації невизначеності, під якою в науці розуміють: незавершеність процесу сприйняття або пізнання будь-чого, у ситуаціях, коли людина стикається з дефіцитом,

нечіткістю або протиріччям інформації, яка надходить ззовні (О.О. Белорусова [4]); нову, складну ситуацію, яка має багато взаємовиключних інтерпретацій або є нерозв'язною (О.М. Голубев [5], К.Г. Мажиріна [11]); повну відсутність інформації про способи дії у незнайомій ситуації (О.П. Белінська [3]); сукупність обставин, умов, які характеризуються неповнотою змісту або є інформаційно неоднозначними (О.І. Гусев [6]).

У психологічній науці до основних ознак ситуації невизначеності відносять інформаційні:

недолік, суперечливість або нечіткість інформації, що реалізується у ситуаціях прийняття рішень (Т.В. Корнілова [8]); та інформаційно-особистісні: новизна, складність та суперечливість.

Але у будь-якому випадку сприйняття та інтерпретація ситуації невизначеності багато у чому залежить від суб'єкта когнітивно-перцептивної діяльності. Як відзначав В.П. Зінченко, за будь-яких теоретичних припущень щодо особливостей впливу ситуації невизначеності на суб'єкта та його поведінку найскладніше – зрозуміти, як конкретна людина у реальній життєвій ситуації буде поводитися у ситуації невизначеності, протистояти їй, які засоби її конкретизації буде використовувати [7].

Розвиваючи цей напрям, О.М. Підд'яков виділив два провідні типи пізнавально-дослідницького ставлення людини до дійсності, протилежні за змістом [12]. Перший тип ставлення до дійсності сприяє формуванню образу світу як стабільного, впорядкованого, цільного. Він базується на потребі особистості в однозначності та порядку, наявності чітко ієрархізованих цілей, алгоритмізації власної діяльності та можливості однозначного прогнозування її можливого результату. Суб'єкти, схильні до першого типу ставлення до дійсності, демонструють вузькість соціального мислення, поляризацію в процесі оцінювання об'єктів, інтолерантність до неоднозначних ситуацій, відсутність плюралізму у сприйнятті соціальної ситуації, прагнення контролювати події свого життя.

Другий тип ставлення до дійсності за суб'єктивну основу має глибинну потребу особистості у невизначеності, новизні, суб'єктивній готовності до виходу за межі відомого. Образ світу такої особистості постійно змінюваний, різноманітний, а суб'єкт характеризується високою пластичністю когнітивних процесів [12].

Виходячи з цього, ми можемо припустити, що одним із предикторів поведінки суб'єкта у ситуації невизначеності є ригідність-пластичність психіки.

Продовжуючи дослідження особливостей впливу суб'єктивних чинників на стратегію поведінки у ситуації невизначеності, К.Г. Мажиріна та О.М. Первушина довели, що особливу роль у цьому процесі відіграє саморегуляція, оскільки вона суттєво оптимізує деструктивні психоемоційні стани та сприяє подоланню ситуацій невизначеності [11]. Саме здатність до саморегуляції є базисною характеристикою в процесі реалізації індивідуальних стратегій поведінки у неоднозначних, невизначених життєвих, стресових ситуаціях, оскільки формує у суб'єкта збалансованість фізіологічних функцій (Е.Є. Кригер [9]).

У цьому ж контексті Л.І. Анциферова ввела у науковий обіг парадигму «когнітивного оцінювання», завдяки якій оцінювання у ситуації

невизначеності залежить від упевненості людини у власній здатності контролювати ситуацію, а в разі необхідності і змінити її [1]. Важливо відзначити, що за Л.І. Анциферовою, поведінка особистості у ситуації невизначеності максимально суб'єктивізована та залежить від індивідуально функціонуючих механізмів когнітивного оцінювання.

Отже, короткий аналіз досліджень доводить, що ситуацію невизначеності часто супроводжують деструктивні емоційні стани та переживання. Хоча, на думку В.П. Зінченка, сучасна психологічна наука має відповіді на складне питання: які суб'єктивні предиктори лежать в основі сприйняття ситуації невизначеності (наприклад, індивідуальні сенси, довільна поведінка, конкретні вчинки, рефлексія та ін.), все одно перелік особистісних особливостей та ресурсів переживання ситуації невизначеності до кінця не вичерпаний.

Мета статті – презентувати результати дослідження особливостей емоційності, тривожності, агресивності та суб'єктивного контролю молоді в умовах невизначеності.

Результати дослідження. Психодіагностичне дослідження проводилося за допомогою методичного комплексу, в який увійшли: методика діагностики рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера, опитувальник Г. Айзенка (EPI), тест-опитувальник діагностики реактивної та особистісної тривожності Ч.Д. Спілбергера-Ю.Л. Ханіна, тест САН, тест К. Ізарда «Диференційні шкали емоцій».

У дослідженні взяли участь 300 досліджуваних – здобувачів вищої освіти м. Одеса, які навчалися аудиторно та дистанційно в період пандемії COVID-19.

Перший етап був присвячений дослідженню особливостей нервово-психічної напруги здобувачів вищої освіти, які навчаються аудиторно та дистанційно в період пандемії COVID-19.

Теоретичний аналіз проблеми довів, що психо-емоційний стан особистості є специфічною адаптивною реакцією організму, яка пластично регулює зміни активності суб'єкта відповідно до змін у ситуації та ступеня її невизначеності. Зокрема, нервово-психічна напруга як різновид психічного стану має різні ступені прояву (низький, середній, високий) та характеризує функціонування адаптивної системи особистості та рівень її пристосування до умов невизначеності.

Емпіричне дослідження нервово-психічного напруження показало, що в групі здобувачів вищої освіти, які навчалися дистанційно, воно вище аніж у період аудиторних занять та дорівнює $56,4 \pm 1,3$ бала. Виходячи з кількісної представленості цього показника, ми можемо припустити, що в період дистанційного навчання в групі здобувачів фіксується високий рівень нервово-психічної напруги. Це може свідчити, що на третьому

році пандемії основні ресурси та можливості психіки з подолання стресових невизначених ситуацій щоденного характеру вичерпані, а особистість є у зоні ризику виникнення психосоматичних сигналів організму.

Необхідно відзначити, що в процесі аудиторного навчання ступінь нервово-психічного напруження показав середні дані ($43,6 \pm 0,94$ бала). На підставі цього ми можемо припустити, що такі показники є джерелом оптимального психічного стану здобувачів вищої освіти, оскільки основні запаси цього ресурсу поповнюються із зовнішніх чинників – спілкування, можливості сенсорного «бомбардування» мозку, розширення власних психо-емоційних вражень від природи, відвідування бібліотеки у закладі вищої освіти та інших буденних, але звичних справ у житті молоді людини, яка навчається в університеті. Все це створює оптимальні умови для відтворення сил, можливості реалізувати власну енергію у навчально-професійному середовищі.

Достовірні відмінності між показниками нервово-психічного напруження здобувачів вищої освіти, які навчаються аудиторно та дистанційно в період пандемії, визначалися за t-критерієм Стьюдента. Результати вказують, що тривала ситуація дистанційного навчання сприяє незначному підвищенню нервово-психічного напруження. Отже, в період дистанційного навчання у здобувачів вищої освіти рівень нервово-психічного напруження достовірно вищий, аніж у період аудиторних занять ($t=2.51, p \leq 0,01$).

Подальша емпірична робота проводилася за допомогою опитувальника Г. Айзенка, було виявлено, що діагностовані показники тривожності, фрустрації, ригідності та агресії у здобувачів вищої освіти в процесі аудиторного та дистанційного навчання в період пандемії COVID-19 виражені по-різному.

Аналіз отриманих даних показав, що в період тривалого дистанційного навчання у 29,6% респондентів виявлено високий рівень тривожності, що суб'єктивно проявлялося у підвищеному хвилюванні та занепокоєнні в різних ситуаціях, активізації випереджувальної функції психіки у вигляді очікування поганого, порушення сну та ін.

У 56,6% здобувачів було зафіксовано середній рівень тривожності та низький рівень тривожності – у 13,8%, що загалом відповідає нормі, представленій у мануалі. Фрустрація як неприємний емоційний стан, викликаний об'єктивно або суб'єктивно непереборними обставинами, втратою зацікавленості до звичних повсякденних справ, у більшості здобувачів вищої освіти (55,6%) виражена середньо, а у 38,7% цей емоційний стан не виражений зовсім. Це доводить, що ці здобувачі вищої освіти у ситуації невизначеності володіють

стійкістю до труднощів та не уникають зустрічі з викликами ситуації невизначеності.

Тільки невелика частина респондентів (5,7%) продемонструвала високий рівень фрустрації, із суб'єктивно зафіксованим почуттям розгубленості перед невизначеністю, заниженням самооцінки та прагненням уникати виклики, які надає соціальна ситуація.

Щодо вивчення проявів ригідності, то можемо відзначити, що у 9,6% здобувачів вищої освіти виявлено її високий рівень: вони тяжко переживають будь-які зміни у зовнішніх обставинах, центруються на певних об'єктах. У 52% діагностовано середній рівень ригідності, а у 38,4% цей емоційний стан відсутній взагалі – вони вільно змінюють свої плани та звички, легко орієнтуються у невизначених ситуаціях, демонструючи оптимальний стиль поведінки, не застрягають на певних об'єктах.

Припускаючи, що у ситуації невизначеності в групі ризику перебуває психо-емоційна сфера, ми виявили таке: високий рівень агресії діагностовано лише у 7,2% здобувачів вищої освіти, в період дистанційного навчання. У більшості нашої вибірки виявлено середній та низький рівні агресії (51,2% та 41,6% відповідно).

Аналіз проявів тривожності, фрустрації, ригідності та агресії у здобувачів вищої освіти в період аудиторного навчання показав, що у більшій частині нашої вибірки домінує середній рівень вираженості ригідності (86,4%) та агресії (55,2%) та низький рівень тривожності (58,4%) та фрустрації (65,6%). Високий рівень тривожності (5,2%), фрустрації (2,0%), ригідності (8%) та агресивності (5,3%) виявлено лише у незначній кількості респондентів. Достовірність відмінностей визначалися за t-критерієм Стьюдента.

Оскільки психіка являє собою цілісну систему, яка функціонує як єдиний часовий механізм, для отримання достовірної картини ми використали метод парних порівнянь окремих її компонентів. Нами виявлено статистично значущі відмінності між: тривожністю ($p \leq 0,01$) та агресією ($p \leq 0,05$), причому їх значення в період тривалого дистанційного навчання значно підвищується, що свідчить про зростання станів тривожності та агресії у цій соціальній ситуації навчання у закладі вищої освіти, оскільки строки завершення пандемії не відомі, вірус активно мутує, в засобах масової інформації новини подаються емоційно забарвлені та різні за змістом.

За даними Г.Г. Аракелова, Н.Є. Лисенко [2] та Г.М. Лядокової [10], надвисока тривожність знижує продуктивність діяльності, а низька або середня може цю продуктивність та результативність підвищувати. У ситуаціях невизначеності, які для особистості є стресовими, особливого

значення набуває не ситуативна, а особистісна тривожність як стійка властивість: виражена схильність до емоційного реагування на стрес посилюється не тільки в невизначених ситуаціях, а й у будь-яких інших скрутних. Саме за таким механізмом ситуативна тривожність набуває властивостей стійкого структурного елементу особистості [10].

Тривожність як синдром різноспрямованих зовнішніх (порушення діяльності) та внутрішніх (вегетативних) проявів у психологічній науці вивчена повно, тому й дослідження її окремих компонентів у здобувачів вищої освіти в різних ситуаціях навчання надає такому емпіричному дослідженню сенсової завершеності.

Нами був використаний тест-опитувальник реактивної та особистісної тривожності Ч.Д. Спілбергера та Ю.Л. Ханіна, спрямований на виявлення рівнів розвитку ситуативної тривожності як реакції на конкретну зовнішню ситуацію та особистісної тривожності як стабільної особистісної характеристики (таблиця 1).

Таблиця 1

Вираженість рівнів тривожності здобувачів вищої освіти, які навчаються аудиторно та дистанційно, в період пандемії COVID-19 (%)

№ п/п	Рівні тривожності	Дистанційно в період пандемії	Аудиторно
Ситуативна (реактивна) тривожність			
1	високий	33	13
2	середній	60	59
3	низький	7	28
Особистісна тривожність			
1	високий	41	34
2	середній	49	62
3	низький	10	4

Аналіз відсоткового розподілу результатів тестування показав (таблиця 1), що у період аудиторних занять у 13% респондентів діагностовано високий рівень ситуативної (реактивної) тривожності, а у 59% – середній. Щодо підвищення показників ситуативної (реактивної) тривожності під час тривалого дистанційного навчання наше припущення підтвердилося: у 33% виявлено високий рівень, а у 60% респондентів – середній.

Аналіз результатів дослідження Г.М. Льдкової довів, що ситуативна (реактивна) тривожність у ситуації невизначеності домінує лише у певному часовому континуумі [10]. Такі здобувачі вищої освіти у повсякденному житті впевнені у собі, активні; для них ситуативна тривожність може бути додатковим поштовхом для прийняття адекватного рішення щодо долання перешкод.

Дослідження особистісної тривожності показало, що під час проведення занять у аудиторній

формі високий рівень виявлено у 34% респондентів, а у разі дистанційного навчання – у 41%. Традиційно у психологічній науці особистісна тривожність розглядається як властивість психіки, що належить до темпераменту, або як трансформації емоційної сфери, які можуть посилюватися у ситуації невизначеної або у разі загрози самооцінці.

На наш погляд, високий рівень особистісної тривожності в період тривалого дистанційного навчання може бути пов'язаний з відсутністю соціальної підтримки з боку оточуючих, розбіжністю потреби у позитивному ставленні до себе та реальним ставленням оточуючих або браком цього ставлення, а також із заниженою самооцінкою. У період тривалого дистанційного навчання в умовах карантину у здобувачів вищої освіти може знижуватися опірність дії стресорів та стресових ситуацій. Так, ми бачимо з таблиці 1, що у здобувачів вищої освіти відзначається виражена та різновекторна динаміка ситуативної тривожності у обох формах проведення занять. Цей факт може свідчити, що у будь-якому разі навчальний процес впливає на втомленість здобувачів вищої освіти.

Для достовірного порівняння проявів особистісної та ситуативної тривожності у здобувачів вищої освіти, які навчаються аудиторно та дистанційно в період пандемії COVID-19, нами був використаний t-критерій Стьюдента.

Оскільки емоції є важливим регулятором ставлення особистості до будь-якого об'єкта або суб'єкта, додаткове вивчення емоційного стану здобувачів вищої освіти, які навчаються аудиторно та дистанційно, в нашому емпіричному дослідженні був використаний тест К. Ізарда «Диференціальні шкали емоцій», який є надійним та валідним діагностичним інструментом та дозволяє діагностувати якісні особливості емоційності – патерни стійких емоційних переживань таких модальностей, як: інтерес, радість, здивування, горе, гнів, огида, зневага, страх, сором та провина.

Результати порівняльного аналізу домінуючих емоцій дозволили коректно описати самопочуття здобувачів вищої освіти під час аудиторних занять та дистанційно. У респондентів під час аудиторних занять компонентний склад емоційності був представлений такими емоційними модальностями, як: інтерес, радість, подив та горе. Найменш вираженими були огида, зневага та гнів.

Під час тривалого дистанційного навчання у респондентів домінуючими емоціями також були: інтерес, радість, здивування та горе, але кількісні показники радості та горя були трохи вищими, аніж у процесі аудиторних занять, а показники інтересу та здивування, навпаки, нижчими. Ми пов'язуємо цей факт з можливим зниженням самокритичності у дистанційній формі проведення занять. Але необхідно відзначити, що ці відмінності були недостовірними.

Крім того, емпірично встановлено, що у період тривалого дистанційного навчання низькі кількісні еквіваленти показники мають гнів, огида та провина. Попри це, такі емоції під час проведення модульного контролю більш виражені, ніж у період нормального семестрового навчання.

Застосування t-критерію Стьюдента для порівняння домінуючих емоцій у разі різних форм навчання продемонструвало наявність статистично значимих відмінностей у показниках: огиди, презирства, страху та сорому. Ці емоції достовірно більше представлені у здобувачів вищої освіти під час тривалого дистанційного навчання.

Грунтуючись на результатах дослідження К.В. Судакова щодо механізмів виникнення емоцій з урахуванням фізіологічного порушення та когнітивного оцінювання змісту невизначеної ситуації, можна припустити, що форма тривалого дистанційного навчання в період пандемії оцінюється здобувачами вищої освіти дуже негативно [12]. Така оцінка в період ситуації невизначеності дозволяє здобувачеві назвати відчуття порушення внутрішнього балансу страхом, огидою або будь-якою іншою негативною емоцією.

Отже, отримані результати емпіричного дослідження дозволяють говорити про особливості прояву емоційних модальностей як позитивно за знаком емоцій (інтерес, радість), так і негативно спрямованих (гнів, огида, вина тощо) за умов переживання суб'єктом напруги та дискомфорту.

У різних ситуаціях невизначеності особистість перебуває під тривалим впливом різних внутрішніх та зовнішніх чинників, тому, які відзначають вчені (Г.М. Лядкова [10], J.R. Averill [13] та ін.), специфіка її поведінки багато в чому залежить від поєднання індивідуальних властивостей особистості та дії об'єктивних чинників навколишнього середовища; на соціальну поведінку індивіда у ситуації невизначеності суттєво впливають такі стійкі особливості особистості, як екстернальний та інтернальний локуси контролю. Відомо, що екстерналам напруга загрожує більше, тому саме вони становлять групу ризику щодо негативної дії ситуації невизначеності.

Так, проведений кореляційний аналіз показав такі значущі коефіцієнти кореляції та наявність таких негативних зв'язків між показниками:

- загальної інтернальності з нервово-психічною напругою ($r=-0,459$ $p<0,01$), тривожністю, ($r=-0,364$ $p<0,01$), агресією ($r=-0,427$ $p<0,01$) та із ситуативною тривожністю ($r=-0,224$ $p<0,01$);

- інтернальності у сфері досягнення з тривожністю ($r=-0,352$ $p<0,01$), із ситуативною тривожністю ($r=-0,211$ $p<0,01$);

- інтернальності у сфері невдач з нервово-психічною напругою ($r=-0,207$ $p<0,05$) та тривожністю ($r=-0,275$ $p<0,05$);

- інтернальності у сфері виробничих відносин із ситуативною тривожністю ($r=-0,178$ $p<0,05$);

Крім того, виявлено значущі позитивні зв'язки загального показника інтернальності з особистісною тривожністю (при $p<0,05$ до $p<0,001$).

Зафіксовані значущі негативні зв'язки загального показника інтернальності із психологічними станами здобувачів вищої освіти у разі тривалої дистанційної форми навчання дозволяють зробити припущення про зменшення ступеня нервово-психічного напруження та стресу у разі активізації соціальної активності.

Висновки. У психологічній науці ситуація невизначеності розглядається як незавершеність процесу сприйняття або пізнання у ситуаціях дефіциту, нечіткості або протиріччя інформації; нова, складна ситуація, що має багато взаємовключених інтерпретацій або є нерозв'язною; повна відсутність інформації про способи дії у незнайомій ситуації; сукупність обставин, умов, які характеризуються неповнотою змісту або є інформаційно неоднозначними. До основних ознак ситуації невизначеності відносять інформаційні: недолік, суперечливість або нечіткість інформації, що реалізується у ситуаціях прийняття рішень; та інформаційно-особистісні: новизна, складність та суперечливість. Але сприйняття та інтерпретація ситуації невизначеності багато в чому залежить від того, як конкретна людина у реальній життєвій ситуації буде поводитися у ситуації невизначеності, протистояти їй, які засоби її конкретизації буде використовувати. Тому емпіричне дослідження динаміки індивідуально-особистісних проявів здобувачів вищої освіти, які навчаються аудиторно та дистанційно в період пандемії COVID-19, є своєчасним. Виявлено, що в період тривалого дистанційного навчання у здобувачів вищої освіти рівень нервово-психічного напруження вищий, аніж у період проведення аудиторних занять. Виявлено статистично значущі відмінності між: тривожністю та агресією, причому їх значення в період тривалого дистанційного навчання значно підвищується, що свідчить про зростання цих станів, оскільки строки завершення пандемії невідомі, вірус активно мутує, в засобах масової інформації новини подаються емоційно забарвлені та різні за змістом. Високий рівень особистісної тривожності в період тривалого дистанційного навчання може бути пов'язаний з відсутністю соціальної підтримки з боку оточуючих, розбіжністю потреби у позитивному ставленні до себе та реальним ставленням оточуючих або браком цього ставлення, а також із заниженою самооцінкою.

Під час тривалого дистанційного навчання у респондентів домінуючими емоціями були: інтерес, радість, здивування та горе, але кількісні показники радості та горя були трохи вищими,

аніж у процесі аудиторних занять, показники інтересу та здивування, навпаки, нижчі. Цей факт може бути пов'язаний зі зниженням самокритичності під час дистанційної форми навчання.

Крім того, особи з інтернальним локусом контролю переживають напругу важче, тому саме вони становлять групу ризику щодо негативної дії ситуації невизначеності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита. *Психологический журнал*. 2013. № 1. С. 3–16.
2. Аракелов Г.Г., Лысенко Н.Е., Шотт Е.К. Психофизиологический метод оценки тревожности. *Психологический Журнал*. 2013. № 2. С. 37–51.
3. Белинская Е.П. Конструирование идентификационных структур личности в ситуации неопределенности. *Социально-экономическая трансформация* № 130. 2001. С. 30–53.
4. Белорусова Е.А. Ситуация неопределенности как источник развития личности. *Молодой ученый*. 2018. № 50 (236). С. 455–459.
5. Голубев А.М. Исследование связи личностных особенностей с особенностями поведения и оценки в ситуации неопределенности. *Человек в условиях неопределенности*. Новосибирск, 18–19 мая, 2016.
6. Гусев А.И. К проблеме измерения толерантности к неопределенности. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 8. С. 75–80.
7. Зинченко В.П. Толерантность к неопределенности: новость или психологическая традиция? *Человек в ситуации неопределенности*. Москва : ТЕИС, 2013. С. 26–27.
8. Корнилова Т.В. Принцип неопределенности в психологии выбора и риска. *Психологические исследования*. 2015. Т. 8. № 40. С. 9–12.
9. Кригер Е.Е. Ситуации неопределенности и проблемные ситуации: общее и особенное. *Современные проблемы науки и образования*. 2014. № 2. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=12030>.
10. Лядокова Г.М. Негативные психические состояния студентов в ситуациях с неопределенным исходом. Елабуга : ОАО «Алмедиа», 2013. 174 с.
11. Мажирина К.Г., Первушина О.Н., Джафарова О.А. Изменение стратегий поведения человека в ситуации неопределенности в курсе игрового компьютерного биоуправления. *Вестник Новосибирского государственного университета. Серия: Психология*. 2007. Т. 1, вып. 1. С. 44–50.
12. Поддьяков А.Н. Преднамеренное создание трудностей и совладание с ними. *Психологические исследования*, 2008. № 1(1). С. 34–47.
13. Averill J.R. Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 1973. Vol. 80. P. 286–303.

REFERENCES

1. Ancyferova, L.I. (2013). Lichnost v trudnyh zhiznennyh usloviyah: pereosmyslivanie, preobrazovanie situacij i psihologicheskaya zashita [Personality in difficult life conditions: rethinking, transformation of situations and psychological protection]. Moskva: APC [in Russian].
2. Arakelov, G.G., Lysenko, N.E., Shott, E.K. (2013). Psihofiziologicheskij metod ocenki trevozhnosti [Psychophysiological method for assessing anxiety]. Moskva: APC [in Russian].
3. Belinskaya, E.P. (2001). Konstruirovanie identifikacionnyh struktur lichnosti v situacii neopredelennosti [Construction of personality identification structures in a situation of uncertainty]. Kyiv: Lybid [in Russian].
4. Belorusova, E.A. (2018). Situaciya neopredelennosti kak istochnik razvitiya lichnosti [The situation of uncertainty as a source of personality development]. [in Russian].
5. Golubev, A.M. (2016). Issledovanie svyazi lichnostnyh osobennostej s osobennostyami povedeniya i ocenki v situacii neopredelennosti [The study of the relationship of personal characteristics with the characteristics of behavior and evaluation in a situation of uncertainty]. Novosybyrsk [in Russian].
6. Gusev, A.I. (2007). K probleme izmereniya tolerantnosti k neopredelennosti [On the problem of measuring uncertainty tolerance]. Odessa [in Russian].
7. Zinchenko, V.P. (2013). Tolerantnost k neopredelennosti: novost ili psihologicheskaya tradiciya? [Uncertainty tolerance: news or psychological tradition?] Moskva: TEIS [in Russian].
8. Kornilova, T.V. (2015). Princip neopredelennosti v psihologii vybora i riska [The uncertainty principle in the psychology of choice and risk]. Sankt-Peterburg [in Russian].
9. Kriger, E. (2014). Situacii neopredelennosti i problemnye situacii: obshee i osobennoe [Situations of uncertainty and problem situations: general and special]. Moskva: TEIS [in Russian].

10. Ldokova, G.M. (2013). Negativnye psihicheskie sostoyaniya studentov v situatsiyah s neopredelennym ishodom [Negative mental states of students in situations with an uncertain outcome]. Elabuga: "Almedia" [in Russian].
11. Mazhirina, K.G., Pervushina, O.N., Dzhafarova, O.A. (2007). Izmenenie strategij povedeniya cheloveka v situatsii neopredelennosti v kurse igrovogo kompyuternogo bioupravleniya [Changing Human Behavior Strategies in a Situation of Uncertainty in the Course of Game Computer Biofeedback]. Novosibirsk [in Russian].
12. Poddyakov, A.N. (2008). Prednamerennoe sozdanie trudnostej i sovladanie s nimi [Intentionally creating difficulties and coping with them]. Moskva [in Russian].
13. Averill, J.R. Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 1973. Vol. 80. P. 286–303.