

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА ПРАВА «КРОК»
Навчально-науковий інститут психології**

Кафедра психології

Шибецький Дмитро Степанович

УДК 159.943.2-057.87

Кваліфікаційна робота

Особливості психологічного самопочуття студентів на початковому та
завершальному етапі навчання у ВНЗ

053 «Психологія»
«Організаційна психологія»

Подається на здобуття освітнього ступеня бакалавр

Кваліфікаційна робота містить результати власних доробок. Використання
ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне
джерело _____ Д.С. Шибецький

Науковий керівник

Петрунько Ольга Володимирівна доктор
психологічних наук, старший науковий
співробітник, професор кафедри психології

Київ – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ ПІДХІД ДО ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЛОГІЧНОГО САМОПОЧУТТЯ СТУДЕНТІВ НА ПОЧАТКОВОМУ ТА ЗАВЕРШАЛЬНОМУ ЕТАПІ НАВЧАННЯ У ВНЗ	7
1.1. Огляд теоретичних концепцій психологічного самопочуття особистості	7
1.2. Фактори чинники, що впливають на психічне здоров'я студентів під час початкового та завершального етапів навчання	11
1.3. Психологічні особливості адаптації студентів до університетського середовища	19
Висновки до розділу 1	25
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО САМОПОЧУТТЯ СТУДЕНТІВ У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ВНЗ	27
2.1. Методичне обґрунтування проведення експерименту	27
2.2. Емпіричне дослідження особливостей психологічного самопочуття студентів у навчальному процесі ВНЗ	33
Висновки до розділу 2	41
РОЗДІЛ 3 СИСТЕМА РОБОТИ ЗІ СТУДЕНТАМИ З МЕТОЮ ПОКРАЩЕННЯ ЇХ ПСИХОЛОГІЧНОГО САМОПОЧУТТЯ	43
3.1. Теоретичні підходи до проведення формульованого експерименту з покращення психологічного самопочуття студентів	43
3.2. Організаційні та змістові аспекти розвивально-корекційної програми покращення психологічного самопочуття студентів	47
3.3. Рекомендації студентам та викладачам для покращення психологічного самопочуття студентів	63
Висновки до розділу 3	64
ВИСНОВКИ	66
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	69
ДОДАТКИ	79

РЕФЕРАТ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

«Особливості психологічного самопочуття студентів на початковому та завершальному етапі навчання у ВНЗ»

В умовах сучасного надзвичайно динамічного, глобалізованого та уніфікованого соціуму постійно змінюються соціальні орієнтири, які спрямовують розвиток людства. За цих обставин особливо гостро постає проблема психологічного самопочуття студентів.

Аналіз теоретико-методологічних джерел з досліджуваної проблеми виявив відсутність єдиної концепції мотиваційної сфери особистості, недостатню розробленість наукових підходів щодо розвитку мотиваційної сфери особистості у всіх її проявах.

Отже, важливого теоретичного і прикладного значення набуває поглиблене вивчення сутності та структури мотиваційної сфери особистості, обґрунтування чинників, критеріїв, показників, умов, засобів, властивостей, індивідуально-типологічних особливостей розвитку мотиваційної сфери особистості студента-психолога.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості психологічного самопочуття студентів на початковому та завершальному етапі навчання у ВНЗ.

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

1. Провести теоретичний аналіз концепцій психологічного самопочуття.
2. З'ясувати, як змінюється психологічне самопочуття студентів з переходом від початкового до завершального етапу навчання.
3. Емпірично дослідити рівень психологічного самопочуття студентів на початковому та завершальному етапах навчання, використовуючи кількісні та якісні методи дослідження.
4. Розробити та апробувати програму психологічної підтримки, яка

б допомогла покращити психологічне самопочуття студентів на кожному з етапів навчання.

5. Сформулювати рекомендації для викладачів та адміністрації вищих навчальних закладів щодо оптимізації умов навчання з метою підвищення психологічного самопочуття студентів.

Об'єкт дослідження – психологічне самопочуття студентів на початковому та завершальному етапі навчання у ВНЗ.

Предмет дослідження – особливості психологічного самопочуття студентів у контексті переходу від початкового до завершального етапу навчання у вищому навчальному закладі.

У **вступі** обґрунтовано актуальність досліджуваної проблеми, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи; розкрито методологічні та теоретичні засади дослідження, висвітлено наукову новизну і практичне значення кваліфікаційної роботи; наведено відомості про апробацію результатів дослідження, їх висвітлення у публікаціях, представлено дані щодо структури й обсягу кваліфікаційної роботи.

У першому розділі «**Огляд теоретичних концепцій психологічного самопочуття особистості**» проаналізовано основні підходи до вивчення проблеми самопочуття особистості у сучасній психології, на основі аксіоматичного підходу до аналізу понятійної бази досліджуваної проблеми визначено вихідне поняття «суб'єктивне благополуччя» та базові поняття «психічне здоров'я», «самопочуття людини», «стрес», «адаптація», «психічне здоров'я», обґрунтовано модель мотиваційної сфери особистості, структуровано психологічні чинники розвитку мотиваційної сфери особистості майбутнього психолога.

Вихідним поняттям стосовно мотиваційної сфери виступає поняття термін «суб'єктивне благополуччя» був введений в результаті величезної кількості всіляких досліджень і публікацій на тему благополуччя в рамках позитивної психології в західному суспільстві.

В результаті аналізу літератури з проблеми дослідження було розкрито

зміст понять «самопочуття», «психологічне самопочуття». В даний час, в сучасному світі, емоційна сфера стає більш проблемною зоною психічного благополуччя людини.

Причина зростання негативної тенденції збільшення депресивно-тривожних станів – наявність внутрішнього конфлікту у кожної людини, труднощі навчання і застосування оптимальних життєвих стратегій і ефективного вирішення самою людиною сенсо-життєвих проблем, внаслідок чого виникає відсутність відчуття благополуччя і розвиток психосоматичних розладів. Таким чином, відчуття благополуччя виступає базовим елементом здоров'я кожної людини. Благополуччя особистості саме по собі і за своєю сутністю є, головним чином, суб'єктивним.

Від концепцій позитивного психічного здоров'я уявлення про психологічне благополуччя відмінне інтересом, не тільки до самоактуалізаційних аспектів, а й до того, яким чином вони сприймаються самою особистістю, загостренням уваги на переживанні людиною щастя і задоволеністю самим собою і своїм оточенням. Психологічне самопочуття і благополуччя більш стійке при гармонії особистості. Під гармонією особистості розуміється узгодженість безлічі процесів, її розвитку, асертивності особистості, толерантності та самореалізації, співмірність життєвих цілей і можливостей.

У другому розділі **«ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО САМОПОЧУТТЯ СТУДЕНТІВ У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ВНЗ»** у другому розділі представляється програма і етапи дослідження, описується вибірка досліджених студентів, а також застосовуються психологічні методи і методики дослідження. Представлені в цьому розділі методики проведення дослідження дозволяють більш якісно представити результати даного дослідження:

За результатами експрес-діагностики стану стресу Шрайнера: високий рівень стресу відчувають 16 студентів першого курсу (53,33%), 17 студентів останнього курсу (56,67%), середній рівень - по 9 студентів у кожній групі

(30%), тоді як низький рівень стресу мають відповідно 5 студентів першого курсу (16,67%) та 4 студенти останнього курсу (13,33%). За результатами методики визначення стресостійкості та соціальної адаптації Холмса і Раге: перша група показала високий рівень стресостійкості у 6 осіб (20%), середній - у 5 осіб (16,67%), пороговий - у 7 осіб (23,33%), і низький - у 12 осіб (40%), тоді як у другій групі високий рівень стресостійкості мають 5 осіб (16,67%), середній - 6 осіб (20%), пороговий - також 6 осіб (20%), і низький рівень - у 13 осіб (43,33%). За методикою «Самооцінка емоційних станів» А.Уессмана та Д.Рікса у студентів першого курсу, 53,33% відчують високий рівень спокою, 16,67% - високий рівень тривоги, на шкалі енергійності 36,67% мають високий і 40% середній рівні енергійності, 23,33% з низьким рівнем втоми, на шкалі піднесеності 43% з високим рівнем піднесеності, а 26,67% із низьким, та на шкалі впевненості 40% мають високий та 46,67% середній рівень впевненості; загальна самооцінка емоційного стану показує, що 40% студентів мають високий і 36,67% середній рівні самооцінки. У групі студентів останнього курсу 46,67% відчують тривогу, 16,67% - високий рівень спокою, 56,67% мають високий рівень втоми проти 13,33% високої енергійності, 53,33% відчують пригніченість, 23,33% - піднесеність, на шкалі впевненості в собі 30% мають високий рівень, тоді як 33,33% відчують безпорадність.

У третьому розділі **«Типологізація мотиваційної сфери особистості майбутніх психологів»** У контексті формувального експерименту з покращення психологічного самопочуття студентів важливо враховувати різноманітні теоретичні підходи, такі як когнітивно-поведінковий, гуманістичний, психодинамічний, системний, позитивна психологія та екологічний підхід. Інтеграція цих підходів дозволяє створити комплексні програми та стратегії, спрямовані на поліпшення емоційного стану та психічного благополуччя студентів. Враховуючи індивідуальні особливості та потреби студентів, використання цих підходів може сприяти збільшенню ефективності програм формувального експерименту та досягненню

позитивних результатів у забезпеченні їхнього психологічного самопочуття.

Програма забезпечує цілісний підхід до адресації психологічних потреб студентів, включаючи зниження рівня стресу, покращення емоційного стану та соціальної адаптації. Організаційні аспекти включають структуроване впровадження індивідуальних та групових занять, які сприяють розвитку стресостійкості та саморегуляції. Змістові аспекти програми охоплюють розробку та використання спеціалізованих методик та вправ, спрямованих на виховання позитивних емоцій та психологічної стійкості. Загалом, програма сприяє покращенню психологічного самопочуття студентів, що є ключовим для їхнього академічного успіху та особистісного розвитку.

Студентам рекомендується активно займатися самодопомогою через техніки майндфулнес, ведення денників подяки та розвиток соціальних зв'язків. Викладачам пропонується інтегрувати в навчальний процес методики, що сприяють зниженню стресу та підтримці емоційного благополуччя студентів, а також створювати більш гнучкі та студентоцентровані підходи до навчання. Важливим аспектом є також співпраця адміністрації університетів з психологами для розробки та впровадження програм психологічної підтримки на кампусі. Зазначені заходи спрямовані на створення оптимальних умов для особистісного розвитку та академічного прогресу студентів.

Підсумком кваліфікаційного дослідження стала розроблена програма оптимізації розвитку емоційної сфери особистості, соціальної адаптації та зниженню рівня стресу студентів, що складається з трьох блоків: інформаційного, діагностичного та розвивального. Розроблена програма органічно вписується у навчально-професійну діяльність студентів і не потребує організації додаткових спеціальних занять.

ВИСНОВКИ

На основі проведеного дослідження зробимо наступні висновки.

1. Огляд теоретичних концепцій психологічного самопочуття особистості свідчить про багатогранність факторів, що впливають на емоційний стан та загальне самопочуття індивіда. Визначення психологічного самопочуття включає у себе підходи різного характеру, від когнітивних до гуманістичних та системних. Кожна з цих концепцій відображає важливі аспекти психічного здоров'я та добробуту особистості. Розуміння цих концепцій допомагає визначити ключові фактори, які впливають на самопочуття людини та виробити ефективні стратегії для його покращення. Такий огляд є важливим кроком у розробці програм та інтервенцій, спрямованих на підтримку психічного здоров'я та підвищення якості життя.

2. Здійснення аналізу зміни психологічного самопочуття студентів від початкового до завершального етапу навчання виявило важливі тенденції та динаміку. Результати свідчать про те, що перехід через різні етапи навчання супроводжується різними емоційними та психологічними викликами. Істотне зростання стресу, тривоги та втоми спостерігається у завершальному етапі навчання, що може бути пов'язане з очікуваннями, змінами у житті та перспективах на майбутнє. При цьому, програми та інтервенції, спрямовані на підтримку студентів у цьому періоді, можуть бути надзвичайно корисними для покращення їхнього психологічного самопочуття та забезпечення успішного завершення навчального процесу.

3. Мета дослідження – вивчення особливостей психологічного самопочуття студентів на початковому та завершальному етапах їхнього навчання в вищих навчальних закладах. За результатами емпіричного дослідження можна зробити наступні висновки: результати дослідження виявили значні різниці у психологічному самопочутті студентів з різних курсів. Зокрема, експрес-діагностика стану стресу показала, що більше половини студентів як першого (53,33%), так і останнього (56,67%) курсів

відчувають високий рівень стресу. Це свідчить про значні труднощі, з якими студенти зіштовхуються на протязі усього навчання. Оцінка стресостійкості також показала важливі відмінності між групами студентів. В першій групі лише 20% студентів мають високий рівень стресостійкості, тоді як у другій цей показник становить лише 16,67%. Низький рівень стресостійкості виявлено у 40% студентів першого курсу та у 43,33% студентів останнього курсу. Щодо соціальної адаптації, результати також варіюються між двома групами. Наприклад, високий рівень стресостійкості виявлений у 20% студентів першого курсу, а в другій групі - у 16,67%. Проте пороговий рівень стресостійкості спостерігається у 23,33% студентів першого курсу та у 20% студентів останнього.

4. Розробка та апробація програми психологічної підтримки для покращення психологічного самопочуття студентів на кожному з етапів навчання є важливим кроком у забезпеченні їхнього успіху та добробуту. Результати дослідження підтверджують значний вплив стресу та емоційного стану на студентське життя, особливо в перехідні моменти між курсами. Підготовлена програма повинна бути індивідуалізованою та орієнтованою на конкретні потреби студентів на кожному етапі навчання. Вона може включати різноманітні компоненти, такі як тренінги зі стресового менеджменту, психологічні консультації, групові сесії для розвитку навичок саморегуляції та підвищення самооцінки. Крім того, важливо забезпечити доступ до ресурсів, які сприяють психологічній підтримці, таких як центри здоров'я та благополуччя на кампусі, онлайн-ресурси для самостійної роботи над емоційними станами та психологічними труднощами.

5. Висновуючи, рекомендації для викладачів та адміністрації вищих навчальних закладів спрямовані на оптимізацію умов навчання з метою підвищення психологічного самопочуття студентів. Важливо забезпечити доступність психологічних послуг та ресурсів для студентів, включаючи консультації та тренінги зі стресового менеджменту. Також слід сприяти створенню позитивного та підтримуючого навчального середовища.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агарков О.А. Соціальна адаптація студентів-першокурсників як напрям діяльності соціальної служби вищого навчального закладу. *Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право*. Вип. 3 (19). 2013. С. 78-83.
2. Алексеєва Т.В. Психологічні фактори та прояви процесу адаптації студентів до навчання у ВНЗ. Київ нац. Університет ім. Т. Шевченка. Київ. 2004. 20с.
3. Андросович К. А. Умови та форми процесу успішної адаптації студентів-першокурсників. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки: зб. наук. праць Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2013. № 4 (21). С. 121–128.
4. Андросович К.А. Феномен соціальної адаптації як предмет наукового аналізу. *Освіта та розвиток обдарованої особистості* № 3 (46). 2016. С.20-24.
5. Антоненко І. Ю. Системний підхід до вивчення психологічного захисту особистості в системі педагогічної взаємодії. *Теорія і практика сучасної психології*. 2011. Вип. 2. С. 5–8. URL: http://www.tpsjournal.kpu.zp.ua/archive/2_2011/3.pdf
6. Атаманчук Н.М. Адаптація студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти за допомогою психологічних арт-практик. Проблеми мотивації особистості в сучасному освітньому просторі: кол. моногр. Кременчук: Щербатих О.В., 2020. С.110-128.
7. Борисенко Л. Л. Психолого-педагогічні аспекти дослідження функціональних станів студентів. *Вісник Львівського університету. Серія «Педагогіка»*, 2009. Вип. 25. Ч. 2. С. 207-215.
8. Боярин Л. В. Теоретичний аналіз вивчення проблеми соціальної адаптації у психологічній літературі. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2013. №. 3. С. 54-60.
9. Ващенко І. В. Стадії соціалізації в процесі становлення

особистості. Соціалізація особистості і суспільні трансформації: механізми взаємовпливу та вияви: Міжнар. наук.-практ. конф. (Чернівці, 14–16 трав. 2009 р.). *Науковий вісник Чернівецького ун-ту: зб. наук. праць*. Чернівці: ЧНУ, 2009. Вип. 447–448. С. 82–84.

10. Вірна Ж., Ключко І. Вплив дистанційного навчання на соціально-психологічну адаптацію студентів-першокурсників. Соціальна адаптація особистості в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога із циклу: *Психологічні складові сталого розвитку суспільства: пошук психологічного обґрунтування на виклики сучасності: матеріали VII Наук.-практ. інтернет-конф. (з міжнар.участ.)* (14-16 січ. 2021 р.) / за заг. ред. Я.О. Гошовського, Ж.П. Вірної, Д.Т. Гошовської, Н. К. Вічалковської, О.Є. Іванашко. Луцьк: ПП Іванюк В. П, 2021.С.46-47.

11. Ворожбит С.А. Проблема соціалізації та її зв'язок з адаптацією студента. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка: збірник наукових праць у 2-х т.* Чернігів: ЧДПУ, 2006. Серія: психологічні науки. Вип. 41. Том 1. С. 47–50

12. Вінс В. А. Переживання кризових станів у перехідні періоди як проблема наукового пізнання. Гуманітарний вісник Переяслав-Хмельницького державного педагогічного інституту імені Григорія Сковороди: Науково-теоретичний збірник. Переяслав-Хмельницький. 2014. Вип. 1. С. 153-259

13. Вітенко І. С. Основи загальної і медичної психології. Тернопіль: Укрмедкнига, 2003. 345 с.

14. Гладиш М. О. Наукові підходи до проблеми адаптації студентів з особливими освітніми потребами в умовах закладу вищої освіти. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. Запоріжжя : КПУ, 2019. № 63. Т. 2. С. 55–58.

15. Галецька І.І., Климанська Л.Д., Климанська М.Б., Горошенко М.В. Переживання та поведінка студентської молоді в умовах карантину COVID-19: страх чи внутрішня мотивація детермінують превентивну поведінку. *The*

psychological journal. 2020. Vol. 64. С. 36-52.

16. Дзвінчук Д. І. Глобальні виклики та освіта: криза ідентифікації чи розвій етнічної самобутності. Гілея: *Науковий вісник*. 2014. Вип. 86. С. 284-288.

17. Дудник О.А. Структурно-змістові характеристики Я-концепції особистості. Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації: Зб. наук. праць. Матеріали Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. Переяслав, 2020. Вип. 56. С. 234–237.

18. Дерев'янка С.П. Роль емоційної сфери в соціально психологічній адаптації особистості. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. Серія «Психологічні науки». 2008. Вип. 59 . Т. 1. С. 94 98.

19. Журавльова Л. П. Психологія емпатії. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2017. 328 с.

20. Жигайло Н. Психологічні проблеми адаптації студентів-першокурсників і шляхи їх вирішення. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2014. №4. С.107-112.

21. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с. С. 173.

22. Засекіна Л. В. Структурно-функціональна організація інтелекту особистості: автореф. дис. ... д-ра. психол. наук: 19.00.01; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ, 2006. 33 с.

23. Зайченко І. В. Педагогіка. Навчальний посібник для респондентів вищих педагогічних навчальних закладів. 2-е вид. К.: «Освіта України», «КНТ», 2008. 528 с.

24. Збірник психодіагностичних методик. URL: <http://psy.kpi.ua/wp-content/uploads/2015/12/zmist-psychology.pdf>

25. Каськов І.В. Теоретичні аспекти формування стресостійкості студентів ВНЗ до негативних чинників навколишнього середовища. *Вісник*

Національного університету оборони України. 2020. № 1 (54). С. 104–110

26. Казміренко В. П. Програма дослідження психосоціальних чинників адаптації молоді людини до навчання у ВНЗ та майбутньої професії. *Практична психологія та соціальна робота*. 2016. № 3. С. 17–24.

27. Коломієць Л.І., Степова А.С. Психологічні особливості самоактуалізації осіб юнацького віку з різним рівнем стресостійкості. *Психологічний часопис*. 2017. № 3 (7). С. 77.

28. Корольчук В.М. Обґрунтування організаційної моделі дослідження стресостійкості особистості. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2010. Вип. 7. С. 210–218.

29. Корольчук М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах. К.: Ніка-Центр, 2006. 580 с.

30. Кравчук С. Л. Психологічні особливості автономності та емоційної стійкості особистості юнацького віку. Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки: збірник наукових праць. К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. № 3 (48). С. 179–187

31. Крайнюк В. М. Аналіз зумовленості стресостійкості її первинними характеристиками. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. К.: Логос, 2007. Т.7, № 10. С. 178-183.

32. Крайнюк В. М. Механізми формування стресостійкості особистості. *Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. К.; Логос, 2004. Т.6, № 7. С. 155-162

33. Кравчук С. Л. Психологічні особливості емоційної лабільності та емоційної стійкості особистості юнацького віку. *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2014. Вип. 26. С. 308-325.

34. Кравчук С. Л. Психологічні особливості емоційної стійкості та самоконтролю особистості. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка*. Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство». 2014. Том 10. Вип. 26. С. 467-481.
35. Курова А.В. Психологічні особливості емоційності, агресивності та суб'єктивного контролю молоді в умовах невизначеності. *Проблеми сучасної психології: «Гельветика»*. Вип. 1 (24). 2022. С. 53-61.
36. Коброслі А.Х. Значення здібностей та волі в успішності студентів. *Збірник матеріалів до 73-ї звітної студентської наукової конференції ННІ та СТ. Одеса, 2017 р.* С. 162-166.
37. Ложкін Г. В. Психологічний потенціал успішної особистості. Г.В. Ложкін. *Успішність особистості: потенціал та обмеження: Тези доповідей Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 18 березня 2010 р.)*. К., 2010. С. 160-162.
38. Лукашевич М.П., Мигович. І. Теорія і методи соціальної роботи. Київ: 2003. 188 с.
39. Левківська Г. П. Адаптація першокурсників в умовах вищого закладу освіти: Навч. посібник. К. : Либідь, 2001. – 128 с.
40. Мартинюк І. А. Психолого-педагогічний супровід студентів під час навчання у ВНЗ: метод. посіб. К.: НУБіПУ, 2016. 101 с.
41. Москаленко В. В. Соціальна психологія: підручник. Київ: Центр учбової літератури, 2008. Вид. 2-ге, виправл. та доповн. 688 с.
42. Малімон Л.Я., Дучимінська Т.І. Психологія особистісної безпорадності студентів: монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 192 с.
43. Особистісні кризи студентського віку: Зб. наук. ст. / Відп. ред. Т.М. Титаренко. Луцьк : Ред.-вид. відділ «Вежа» Волинського держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2001. 110 с
44. Павленко В. М., Мельничук М. М. Психологія толерантності особистості (на матеріалі дослідження студентів): монографія. Полтава: ФОП Мирон І. А., 2014. 244 с

45. Психологія стресостійкості студентської молоді / Л. Афанасенко, І. Мартинюк, Л. Омельченко, А. Шамне, В. Шмаргун, С. Яшник / За заг. ред. В. Шмаргуна. К.: Видавничий центр НУБіП України, 2018. 198 с.
46. Психологічний стрес: розвиток і подолання: комплекс навчально-методичного забезпечення для підготовки аспірантів за спеціальністю 053 «Психологія». / Укл.: Г. В. Ложкін, І. О. Блохіна. К.: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2016. 32 с.
47. Психологічні чинники конфліктної поведінки особистості : методичні рекомендації для самостійної роботи / укл. Мирошник О.Г., Нещетна К.А. Полтава, 2012. 55 с. С. 36.
48. Пашукова Т. І. Практикум із загальної психології; за ред. Т.І. Пашукової. К.: Т-во «Знання», КОО, 2012. 204 с.
49. Півень М. А. Структура емоційної зрілості особистості. Вісник ХНПУ ім. Г. С. Сковороди. Психологія. Х. : ХНПУ. 2014. Вип. 47. С. 156–163.
50. Півень М. А. Розробка методики діагностики емоційної зрілості особистості. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. Київ, 2013. Т. 11 : Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Вип. 7. Ч. 2. Ніжин : ПП Лисенко М. М., 2013. С. 224–232.
51. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я: навч. посіб. М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко, Т. І. Кочергіна. К.: Інкос, 2002. 272 с.
52. Подольська Є. А., Назаркін П. О. Новий сенс й інноваційні способи забезпечення соціальної безпеки. Вісник Одеського національного університету ім. І. І. Мечнікова. Соціологічні і політичні науки. 2015. Т. 20. Вип. 2 (23). С. 19–25.
53. Рогачова Т. Психологічні проблеми студентів на першому році навчання у ВНЗ: причини виникнення та можливості подолання. *Психологія і особистість*. 2016. № 2 (10) Ч. 2. С.228-236. URL:

<http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/6576/1/Rohachova.pdf>

54. Степова А.С. Психологічні особливості стресостійкості осіб юнацького віку. *Молодий вчений*. 2018. № 9 (61). С. 314–315.

55. Степова А.С. Психологічні особливості стресостійкості осіб юнацького віку. *Молодий вчений*. 2018. № 9 (61). С. 314–315.

56. Саннікова О. П. Феноменологія особистості: Вибрані психологічні праці. Одеса : СМІЛ, 2003. 256 с.

57. Слюсаревський М. М. Інститут соціальної та політичної психології: п'ять років творчого пошуку і подальші перспективи. *Наукові студії із соціальної та політичної психології* : зб. статей АПН України, Ін-т соціальної та політичної психології ; редкол.: С. Д. Максименко, М. М. Слюсаревський та ін. Київ, 2000. Вип. 2 (5). С. 3–18.

58. Соціокультурні чинники становлення сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги особистості : монографія / [З. С. Кісарчук, Л. О. Гребінь, Т. С. Гурлева та ін.] ; за ред. З. С. Кісарчук. – Кіровоград : ІмексЛТД, 2012. 276 с.

59. Стресостійкість у сучасному світі. Психологічна служба ЗУНУ: вебсайт. URL: <https://www.tneu.edu.ua/student-life/laboratory-psychological-services/recommendations-and-tips/9681-stresostiikist-usuchasnomu-sviti.html>

60. Соціальна адаптація обдарованої особистості: від дитинства до юності: методичний посібник / К. А. Андросович, Л. І. Ткаченко, Г. В. Ільїна, І. О. Якімова, В. М. Шульга. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2021. 106 с.

61. Спіріна Т.П., Зарюгіна Ю.Є. Особливості адаптації студентів-першокурсників до умов навчання в вищому навчальному закладі. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота»*. Випуск 32. С.182-184.

62. Титаренко Т. М. Можливості підтримання та відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах довготривалої травматизації. *Особистість в умовах кризових викликів сучасності* : матеріали методол.

семінару НАПН України (24 берез. 2016 р.) / за ред. С. Д. Максименка. Київ, 2016. С. 42–51.

63. Угрин О.Г., Христюк О.Л. Ставлення молоді до дистанційного навчання: сучасний погляд. Медіаторчість в сучасних реаліях: протистояння медіатравмі. Матеріали Всеукраїнської наукової інтернет-конференції (з міжнародною участю) (м. Київ, 19 червня 2020 р.) 2020. URL: <http://www.mediaosvita.org.ua/book/iii-vseukrayinska-naukovopraktychna-internet-konferentsiya-z-mizhnarodnoyu-uchastyu-mediatvorchist-v-suchasnyh-realiyahprotystoyannya-mediatravmi/>

64. Філіпович В. М. Психологічні чинники формування інтелектуальної компетентності у студентів гуманітарного профілю: дис. ...кандидата психол. наук:19.00.07. Київський університет імені Бориса Грінченка, 2016. 211 с.

65. Хома Д.О., Дідух М.М. Теоретичні аспекти дослідження стресостійкості. Актуальні питання виявлення та розкриття злочинів Національною поліцією: вітчизняний та зарубіжний досвід : матеріали Міжнар. наук.-практ. круглого столу (Київ, 19 лют. 2020 р.). Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2020. С. 228.

66. Циганчук Т. В. Підвищення стресостійкості у студентів ВНЗ. Практична психологія та соціальна робота. 2010. № 8. С. 18–30.

67. Циганчук Т. Динаміка переживання стресу студентами вищих навчальних закладів: дис... канд. психол. наук: 19. 00. 01. Київ, 2011. 271 с.

68. Чачко С.Л., Ващенко В.М. Особливості стійкості до стресу курсантів військових навчальних закладів чоловічої статі. Гендерна конструкція соціуму: історія і сучасність. Збірник матеріалів міжнародної науково-практичної конференції (Одеса, 20-21 травня 2020 р.). Одеса : Одес. нац. ун-т ім. І.І. Мечникова, 2020. С. 78-81.

69. Чачко С., Єгорова В. Ресурси життестійкості студентів під час воєнного стану в Україні. Особистісні ресурси людини на різних етапах життя : колективна монографія. Одес. нац. ун-т ім. І.І. Мечникова, 2023. С.

60-102.

70. Шамне А.В. Теорія та практика психосоціального розвитку у підлітковоюнацькому віці: монографія. Київ : Інтерсервіс, 2015. 489 с.

71. Шмаргун В. М Інтелектуальна компетентність особистості. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2014. Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. Т.5, Випуск 14. С. 224–232.

72. Яскевич О. Особливості мотивації до навчання студентів першого курсу психологічних спеціальностей. *Psychological journal* № 5 (15) 2018. С.268-282.

73. Berkowitz L. *Aggression: A social psychological analysis*, NY, Mac GrawHill, 2015. 152 p.

74. Buss A. H. *The psychology of aggression*, NY, Wiley, 2015. 175 p.

75. Dorfman L., Petrov V. Subjective phenomena as quantity and measurement. *European Journal of Scientific Research*. 2016. Vol. 2, № 1. P. 253–275.

76. Piaget J. Piaget's theory. In P. Mussen. *Handbook of Child Psychology*. New York: Wiley. 1983.

77. Kobrosli A. H. Psychological profile of students as a determinant of academic achievement. *Science and Education a New Dimension. Problems of Humanities and Social Sciences*. 2017. V (24). I.: 146. P. 33-36.

78. Lazarus R.S. *Psychological stress and the coping process* s. N.Y., 2016. 156 p.

79. Rotter, J.B. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychol. Monogr.* 2016. Vol. 80. P. 128.

80. Thoits, P. Social support as coping assistance. *J. of Consulting and Clinical Psychology*. 2016. Vol. 54. P. 416-423.

81. Петрунько О.В. «Ідеальні» функції соціалізації / В.О. Петрунько // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. – Т. 2. – Вип. 94. – Чернігів: ЧДПУ, 2011. – С. 79-83.

82. Петрунко О. В. Особливості відхиленої поведінки підлітків у сучасному аномічному суспільстві / О. А. Годун, О. В. Петрунко // Правничий вісник Університету "КРОК" : Збірник наукових праць. - 2016. - № 25. - С. 174-184.