

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет спеціальної освіти, психології і соціальної роботи
Кафедра загальної та практичної психології

Дипломна робота
(бакалавра)

з теми: **«ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТРИВОЖНОСТІ СЕРЕД
СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ»**

Здобувача вищої освіти
групи Ps1-B20z
спеціальності 053 Психологія
Брябін Віталіни Віталіївни

Керівник:
кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри
загальної та практичної психології
Куриця Денис Іванович

Рецензент:
кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри загальної
та практичної психології
Гудима Олександр Васильович

Кам'янець-Подільський – 2024 року

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ТРИВОЖНОСТІ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ	6
1.1. Концептуальні теорії та підходи до вивчення тривожності у осіб юнацького віку	6
1.2. Психологічні особливості прояву тривожності осіб юнацького віку	13
1.3. Психологічні детермінанти виникнення тривожності у осіб юнацького віку	17
Висновки до розділу 1	23
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ	25
2.1. Методика експерименту	25
2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів	27
Висновки до розділу 2	35
РОЗДІЛ 3. ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ ТРИВОЖНОСТІ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ.....	37
3.1. Розробка корекційної програми з подолання тривожності осіб юнацького віку.....	37
3.2. Практичні рекомендації щодо подолання тривожності у осіб юнацького віку.....	46
Висновки до розділу 3	50
ВИСНОВКИ.....	51
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	56
ДОДАТКИ.....	63

ВСТУП

Актуальність дослідження. Соціально-економічні, політичні процеси котрі зараз відбуваються у світі стають причиною нестабільності соціальної ситуації і розвитку особистості. Зміни у життєвих умовах, зростання потоку негативної інформації та труднощі в адаптації до нового середовища сприяють появі тривожності. Постійний негативний вплив екологічних та соціальних факторів, зростаючі вимоги суспільства в свою чергу також збільшують рівень тривожності. Це змушує особистість шукати шляхи адаптації до нових умов, що часто призводить до стресу та депресії. Такий стан справ привертає увагу науковців до дослідження та подолання тривожності особистості.

У кризові періоди життя людини та суспільства збільшується соціальна напруга, тривожність, екзистенціальні страхи, стрес та депресивні стани. Освітнє середовище також може сприяти виникненню екзистенційних страхів, що негативно впливає на психічний стан особистості. Тому, в юнацькому віці часто спостерігається особистісна тривожність.

У сучасному світі, де швидко змінюються технології, вимагаються нові навички та здібності, тривожність може стати перешкодою для випускників у реалізації їхнього потенціалу. Здатність до адаптації, самонавчання, саморозвитку, самоконтролю та толерантності у невизначених ситуаціях стає важливою якістю. Таким чином, тривожність може негативно впливати на всі сфери життєдіяльності та професійну успішність особистості.

У психологічній літературі категорія «тривожність» має різні трактування і часто використовується як синонім до таких понять, як «страх» або «переживання». Представники різних напрямів психологічної науки, починаючи від класичного психоаналізу, досліджували ці питання. Проблеми психологічного захисту присвячені праці як вітчизняних, так і

зарубіжних вчених зокрема, К. Хорні, З. Фрейд, Е. Формм, А. Адлер, Ч. Спілберг, Ю. Ханін, Г. Салівен, Ж. Зав'ялова, К. Лебединський та інші.

Вітчизняні та зарубіжні теорії та концепції детально висвітлили проблему феномену тривожності (Т. Артюхова, В. Астапов, В. Вилюнас), розкривши види, рівні та індикатори цього явища (В. Колюцкий, В. Мухіна, І. Кулагіна, Е. Еріксон), а також розглянули підходи до періодизації становлення особистості та визначили проблемні аспекти юнацького віку. Окрему увагу приділено визначенню студентства як особливої соціально-психологічної та вікової категорії (Б. Ананьєв, І. Демідова, І. Лисовська) а також підбору комплексу діагностичних методик для визначення рівня тривожності та соціально-психологічних характеристик особистості при врахуванні індивідуально-особистісних особливостей, які виступають важливим критерієм для корекції тривожності.

Згідно з дослідженнями, проблема психологічної тривожності у юнацькому віці, яка є однією з ключових для успішної соціалізації та професійного зростання студентської молоді, є недостатньо дослідженою. Саме це привело до вибору теми дослідження: «Психологічні особливості тривожності серед студентської молоді».

Мета полягає у теоретичному обґрунтуванні та експериментальному дослідженні тривожності у осіб юнацького віку.

Реалізація мети дипломної роботи зумовлює потребу виконання таких **завдань дослідження:**

1. Здійснити аналіз психологічних особливостей тривожності у осіб юнацького віку.
2. Експериментально дослідити тривожність у осіб юнацького віку.
3. Розробити корекційну програму щодо зниження тривожності у осіб юнацького віку.
4. Розробити практичні рекомендації профілактики тривожності.

Об'єкт дослідження – тривожність у осіб юнацького віку.

Предмет дослідження – психологічні особливості тривожності у осіб

юнацького віку.

Відповідно до мети і завдань дослідження обрано й використано комплекс методів: теоретичні – аналіз, синтез, порівняння, систематизація та узагальнення наукової літератури з проблеми особливостей тривожності у юнацькому віці; емпіричні – констатувальний експеримент; методи статистичної обробки даних.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження апробовані на XVI Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин» (23 квітня 2024 р., м. Кам'янець-Подільський, Україна), з публікацією матеріалів: Куриця Д.І., Брябін В.В. Психологічні особливості тривожності у осіб юнацького віку. *Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин: Матеріали XVI Міжнародної науково-практичної конференції, 23 квітня 2024 р. / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2024. С. 164-166.*

Структура роботи: робота складеться з вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків.

ВИСНОВКИ

Сьогодні, у сучасній психологічній літературі, визначають тривожність з різних точок зору. Це може бути внутрішній конфлікт між несвідомими імпульсами Id та Super-Ego, почуття небезпеки у міжособистісних відносинах, страх неприйняття соціальним оточенням, конфлікт між реальним та ідеальним Я, фізіологічні особливості нервової системи в контексті концепції І. Павлова, різноманітні темпераментні риси та особливості характеру, адаптація до стресових ситуацій як клінічний прояв психоемоційної напруги, наслідки порушення значущих особистісних відносин, системна організація емоційно-афективної сфери особистості, а також потреба у стійкій та задовільній самооцінці. Кожен з цих підходів дає можливість розглядати тривожність з різних точок зору та зрозуміти її природу з різних перспектив.

Тривожність, як феномен, виявляє вікову специфіку через відмінності у джерелах виникнення, формах вияву та способах компенсації та захисту. Для кожного вікового періоду існують свої сфери та об'єкти, які спричиняють тривогу, незалежно від того, чи існує реальна загроза, чи це лише уявний страх, характерний для конкретної особистості.

Термін «тривожність» використовується для опису комплексу стійких індивідуальних характеристик особистості, що призводять до тривожного стану. У теоретичних дослідженнях, діагностичній та експериментальній практиці це термін чітко розмежовується як характеристика особистості та як сам стан.

Індивідуально-психологічні особливості особистості юнацького віку, що впливають на появу та розвиток тривожності нами розглядалися з урахуванням таких компонентів свідомості, як: когнітивний, емоційний, діяльнісний та мотиваційний.

Когнітивний компонент свідомості описує систему пізнання, яка формується в свідомості людини через її особистісний розвиток, характер,

виховання, навчання, спостереження та роздуми про навколишній світ. Цей компонент включає різні аспекти міжособистісних відносин, такі як уява, сприймання, відчуття, пам'ять та мислення. Уява дозволяє людині створювати внутрішні образи та сценарії, сприймання допомагає осмислювати зовнішні події та враження, відчуття передає інформацію про фізичні враження, пам'ять зберігає минулі досвіди та знання, а мислення дозволяє аналізувати, розуміти та робити висновки на основі отриманої інформації; емоційний компонент свідомості (переживання, які ми відчуваємо під час спілкування з тими чи тими людьми); діяльнісний компонент свідомості (вчинки особистості та усвідомлення їх наслідків); мотиваційний компонент свідомості (саморегуляція, самоактуалізація).

Таким чином, когнітивний компонент реалізується в самопізнанні, емоційний у саморозумінні, діяльнісний у саморегуляції, мотиваційний реалізується в процесі самоактуалізації.

У результаті емпіричного дослідження було констатовано такі результати:

– констатований високий рівень самооцінки вказує на те, що серед факторів, які впливають на появу та розвиток тривожності як індивідуально-особистісної особливості у осіб юнацького віку, включається відчуття невпевненості у собі, власних силах, здібностях та можливостях. Особистість з такою самооцінкою гармонійно і правильно співвідносить свої можливості та здібності, ставить перед собою реалістичні цілі, вмє ефективно комунікувати з іншими, передбачаючи реакції інших на свою діяльність.

– в результаті аналізу даних констатовано інфернальний локус контролю у більшості осіб юнацького віку. Це свідчить про направленість особистості на послідовне досягнення успіхів шляхом розвитку власних здібностей, постановки зростаючих за складністю цілей та задач. Загалом, інтернали відрізняються емоційною стабільністю, схильністю до теоретичного мислення, абстрагування та синтезу власних уявлень і цілей в

конкретні дії;

– констатується, що у більшості досліджуваних осіб юнацького віку переважає мотивація до досягнення успіху, особливо у тих, хто спрямований на професійний розвиток і формування професійної ідентичності. Особистість з такою мотивацією налаштована на успіх і спрямована на досягнення позитивних результатів у своїй діяльності. Для них перешкоди стають мотивацією для самовдосконалення та здобуття нових знань і навичок. Основою їхнього мислення і мотивації є потреба у визнанні. Такі люди вірять у свої сили та дії, вони відповідальні, ініціативні та активні, але залежні від схвалення та визнання соціумом.

Це свідчить про те, що у процесі здобуття професійних знань, умінь та навичок юнаки мали змогу дізнатися більше про власну особистість в процесі інтроспекції та вивчення власних індивідуально-особистісних особливостей за допомогою психодіагностичних методик.

На основі отриманих результатів нами було розроблено психокорекційну програму для профілактики тривожності у осіб юнацького віку, щодо профілактики тривожності студентів практичних психологів.

На основі отриманих результатів нами було розроблено практичні рекомендації, щодо профілактики тривожності у осіб юнацького віку.

Для подолання тривожності, найважливішим є усвідомлення проблеми та бажання людини працювати над проблемою. Тривожність можна подолати самостійно та за допомогою психолога. Важливо розуміти, що психолог – це людина яка володіє специфічним інструментарієм, що недоступні для звичайних людей і він може надати професійну допомогу, в той час як самостійне подолання проблеми тривожності може виявитися не настільки результативним як професійна допомога психолога. Якщо ж з деяких причин людина не може отримати допомогу психолога, завжди можна звернутися у волонтерську службу, де працюють досвідчені спеціалісти, що допоможуть подолати проблему.

Для подолання тривожності самостійно, існують такі практичні

рекомендації:

- переключення (перенесення фокусу уваги з проблеми, що не вимагає негайного вирішення на розслаблюючий вид діяльності);
- відволікання (відсторонення від тривожного фактору за рахунок сили волі);
- зниження рівня значущості (зниження наданої значущості проблеми або ситуації, усвідомлення проблеми на рівні з іншими існуючими, більш глобальними);
- план «Б» (мати запасний план або декілька на випадок здійснення тривожних побоювань);
- пошук додаткової інформації (знайти людей які мали подібні проблеми або потрапляли у подібну ситуацію та дізнатися більше або пошукати в інтернеті відгуки або іншу додаткову інформацію);
- спорт (розминка, розтяжка, біг, кардіо-тренування знімають стрес і втому, розслаблює м'язи, підвищує активність, сприяє появі нових ідей та свіжих поглядів на ситуацію);
- тимчасова пауза на шляху досягнення мети зі зміною плану досягнення цієї мети (розслаблення та зменшення натиску на шляху до досягнення мети і пошук нових креативних ідей та можливостей для досягнення мети);
- згадати про власні досягнення (замість тривоги через невідоме, необхідно згадати про вже існуючі досягнення, життєвий досвід, існуючі сильні сторони та пройдені життєві етапи та позитивні моменти);
- розповідь про власні переживання (поділитися переживаннями з людьми, яким ви довіряєте, допоможе знизити емоційну напругу та переоцінити ситуацію);
- актуалізація хобі та захоплень (займатися улюбленою справою, що приносить задоволення);
- інтроспекція (розібратися з компонентами власної тривожності, механізмом її виникнення, з яких емоцій складається тривожність,

наприклад, «страх, вина, гнів» або «страх, вина, сором» та дослідити причину її появи, що слугує механізмом її появи);

– записати на аркуші паперу тривоги, що були присутні пів року тому, прочитайте, запитайте себе, що з них здійснилося, наскільки вони для вас важливі сьогодні

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Атаманчук Н.М. Емоційне здоров'я студентської молоді: ресурс арт-технік. Психолого-педагогічні координати розвитку особистості : зб. наук. матеріалів І Міжнар. наук.-практ. конф., 2-3 червня 2020 р. Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2020. С.6-9.
2. Байда І.А. Особливості студентського віку та необхідність їх врахування у навчальному процесі. *Актуальні проблеми природничих та гуманітарних наук у дослідженнях студентської молоді*. «Родзинка – 2008». Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2008. С. 10-12.
3. Барінов Д.Н. Соціоструктурні джерела тривожності. Соціальна психологія. Вип. 10. 2016. С. 147.
4. Батлер Д. Подолати соціальну тривогу. Львів : Вид-во Українського католицького університету : Свічадо, 2014. 96 с.
5. Бенеш Г. Психологія : dtv-Atlas : [довідник]; худож. Герман і Катаріна Фон Заальфельд ; наук. ред., пер. з нім. В.О. Васютинський. Київ : Знання-Прес, 2007. 510 с.
6. Білоус Р.М., Саннікова І.С. Психологічні особливості тривожності студентської молоді. Теорія і практика сучасної психології. 2019. 2(5), 25-28.
7. Боштан В. Соціальний контекст тривожності у психоаналізі, екзистенційній та гуманістичній психології. Вісник Прикарпатського університету. Філософські і психологічні науки. Івано-Франківськ, 2015. Вип. 19. С. 118-124.
8. Варій М.Й. Загальна психологія : підручник для студентів психологічних і педагогічних спеціальностей [2-ге видан., випр.і доп.]. Київ : Центр учбової літератури, 2017. 968 с.
9. Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. Львів : Свічадо, 2014. 420 с.
10. Вікова та педагогічна психологія : Навчальний посібник. За ред.

О.В. Скрипченко, Л.В. Долинської, З.В. Огороднійчук та ін. Київ : Каравела, 2007. 344 с.

11. Волошок О.В. Особистісні чинники тривожності студентської молоді. *Вісник Одеського національного університету. Психологія*. 2012. Вип. 8. С. 479-484.

12. Волошок О.В. Психологічний аналіз проблеми тривожності особистості. Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені І. Огієнка, Інститут психології імені Г.С. Костюка АПН України. 2010. Вип. 10, С. 120-128.

13. Галієва О.М. Диференціація понять «тривога» та «тривожність». Психологія та соціальна робота. Київ, 2019. Т. 24. Вип.1 (49). С. 32-48.

14. Гринечко А.Я. Співвідношення рівнів тривожності та самооцінки сучасної молоді. [Електронний ресурс] Режим доступу: <http://www.psyh.kiev.ua>.

15. Джонсон Девід В. Соціальна психологія : тренінг міжособистісного спілкування; пер. з англ. В. Хомика. Київ : 2003. 288 с.

16. Дзюба Т.М. Психотравмуюча ситуація в життєдіяльності людини : зміст, особливості, наслідки. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ : Видавництво «Фенікс», 2012. Т. XII. Психологія творчості. Вип. 15. Част. II. С. 113- 120.

17. Долинська Л.В., Левченко М.В., Чепелева Н.В. та ін. Активні методи в роботі практичного психолога. Київ, 1994. 80 с.

18. Дрозденко К.С. Загальна психологія в таблицях і схемах. Київ : Професіонал, 2004. 303 с.

19. Ентоні М., Рова Карен. Розлад соціальної тривоги. Львів : Свічадо, 2018. 122 с.

20. Забродський М.М. Педагогічна психологія. Київ : МАУП, 2000. 102 с.

21. Засекіна Л.В., Коць Є.М. Вплив ранніх дисфункційних схем на

прояв соціальної тривожності особистості. *Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості* : матеріали Всеукраїнської (із міжнародною участю) науково-практичної конференції (5- 6 жовтня 2017 року, м. Херсон). Херсон : Видавничий дім «Гельветика». 2017. С. 46-48.

22. Захаров А.І. Походження дитячих неврозів та психотерапія. 2020. 448 с.

23. Іванова Т.В. Тривога як психологічний феномен. Соціально-гуманітарні аспекти розвитку сучасного суспільства : матеріали Всеукраїнської наукової конференції викладачів, аспірантів, співробітників та студентів, м. Суми, 23-24 квітня 2015 року. Суми : СумДУ, 2015. С. 237-239.

24. Калюжна Є.М. Психологічні механізми особистісної тривожності у підлітковому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2008. 24 с.

25. Кокун О.М. Теорія і практика обґрунтування вибору методичного забезпечення психологічного дослідження. Атуальні проблеми психології. Т.У : Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. За ред. С.Д. Максименка. Київ : ІВЦ Держстандарту України, 2009. Вип.9. С.158-169.

26. Корекційна робота з учнями професійно-технічних навчальних закладів з профілактики девіантної поведінки. Збірник корекційних програм. Укладач В. Войтко. Кропивницький : КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», 2017. 140 с.

27. Корольчук М.С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ : Ніка-Центр, 2006. 580 с.

28. Коць Є.М. Психологічні особливості когнітивно-поведінкових стратегій осіб із соціальною тривожністю: дис. канд. психол. н.: 19.00.01; Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки; Луцьк, 2018. 213 с.

29. Крайнюк В.М. Психологічні особливості проявів тривожності і

агресивності у юнаків призовного віку : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01. Київ. 1999. 18 с.

30. Максименко С.Д. Загальна психологія : навч. посіб. С.Д. Максименко, Н.О. Соловієнко. Київ : МАУП, 2000. 256 с.

31. Максименко С.Д. Психологія особистості : підручник / С.Д. Максименко, К.С. Максименко, М.В. Папуча. Київ : ТОВ «КММ», 2007. 296 с.

32. Марусинець М.М., Мішкулинець О.О. Вікова і педагогічна психологія з основами психодіагностики : навчальний посібник. Київ : ОЛДІ-ПЛЮС, 2018. 439 с.

33. Основи психології : Підручник за заг. ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця. Київ : Либідь, 2002. 630 с.

34. Особистісні кризи студентського віку : збірник наукових статей. За ред. Т.М. Титаренко. Луцьк. Волинський державний університет імені Лесі Українки. 2017. 112 с.

35. Пашукова Т.І. Практикум із загальної психології. Т.І. Пашукова, А.І. Допіра, Г.В. Дьяконов. Київ, Знання, 2000.

36. Петренко В.Є. Вікові аспекти психологічної корекції тривожності. Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки. Київ, 2014. Вип. 44. С. 175-180.

37. Подоляк Л.Г. Психологія вищої школи : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Л.Г. Подоляк, В.І. Юрченко. Київ : ТОВ «Філ-студія», 2006. 320 с.

38. Подоляк Л.Г. Психологія вищої школи : практикум : навч. посіб. / Л.Г. Подоляк, В.І. Юрченко. Київ : Каравела, 2008. 336 с.

39. Психологія Підручник за ред. Ю.Л. Трофімова. Київ : Либідь, 2001. 390 с.

40. Психологія особистості : Словник довідник [За редакцією П.П. Горностаєва, Т.М. Титаренко]. Київ : Рута, 2001. 320 с.

41. Прихожан А.М. Тривожність у дітей та підлітків : психологічна

природа та вікова динаміка. Київ. 2016. 304 с.

42. Савчин М., Василенко Л. Вікова психологія. Навчальний посібник. Дрогобич, 2004. 287 с.

43. Савчин М.В. Соціальна психологія : навчальний посібник. Дрогобич : Відродження, 2000. 274 с.

44. Сергєєнкова О.П. Вікова психологія : навч. посіб. / О.П. Сергєєнкова, О.А. Столярчук, О.П. Коханова, О.В. Пасєка. Київ : ТОВ «Центр учбової літератури», 2012. 384 с.

45. Скрипченко О.В., Волинська Л.В., Огороднійчук З.В. та ін Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. Київ: Просвіта, 2001. 416 с.

46. Соломатіна П.Б. Проблеми психологічної діагностики агресивної поведінки підлітків. Педагогіка і психологія. Вип. 3. 2017. С. 22.

47. Сторож О. В. Тривожність як детермінанта творчої соціалізації особистості. Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць / Ін-т психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Т. 1 : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Київ, 2016. Вип. 44. С. 160-165.

48. Стоссел С. Епоха тривожності. Страх, надії, неврози і пошуки душевного спокою. Київ : Центр навчальної літератури, 2019. 450 с.

49. Стрілецька І.І. Тривожність як індивідуальна властивість особистості (теоретичний аспект). *Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова*. Серія Психологічні науки. Київ : Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2015. Вип. 1. С. 266-272.

50. Терлецька Л.Г. Психологія і психодіагностика : підручник для студентів ВНЗ. Київ : Слово, 2013. 605 с.

51. Тесленко М.М. Дослідження впливу тривожності підлітка на його статусне положення у групі однолітків. Психологія і особистість. 2016. № 2 (10). Ч. 1. С. 105-115.

52. Титаренко Т.М. Соціально-психологічна профілактика порушень адаптації молоді до повсякденного стресу. Київ. 2018. 84 с.

53. Томчук С., Томчук М. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі. Вінниця : КВНЗ «ВАНО», 2018. 200 с.

54. Філоненко М.М. Психологія спілкування : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 224 с.

55. Халік О.О. Деадаптована поведінка в період ранньої дорослості на етапі професійного становлення особистості. Актуальні проблеми психології. Т. 10. Ч. 5. За ред. акад. С.Д. Максименка. Київ : Главник, 2008. С. 505-512.

56. Халік О.О. Тривожність як чинник дезадаптації практичних психологів-початківців : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2010. 20 с.

57. Царькова О.В. Теоретичні аспекти прояву психологічного феномену тривожності. Актуальні проблеми психології. 2015. Т. 7. № 38. С. 479-491.

58. Цекова Я.Ю. Психологічна корекція високої особистісної тривожності у студентів-соціальних працівників. Практична психологія та соціальна робота. 2005. № 12. С. 66-72.

59. Чиньона І.І. Особливості впливу тривожності на розвиток соціального інтелекту студентів : дис. канд. психол. наук: 19.00.05. Херсон; Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля, 2017. 240 с.

60. Чорний С.В. Нейро- та психофізіологічний аналіз стану тривожності у людини : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. біолог. наук : спец. 03.00.13. Сімферополь, 2007. 21 с.

61. Чуйко О.В., Іванова І.В. Вплив рівня тривожності на успішність навчальної діяльності. *Актуальні проблеми психології. Том XI. Психологія особистості.* Психологічна допомога особистості. Вип. 16. Київ, 2017. С.215-226.

62. Шадських Ю.Г. Психологія і педагогіка : навч. посіб. Львів : Магнолія плюс, 2006. 320 с.

63. Шапар В. Психологічний тлумачний словник. Харків. Прапор, 2004. 640 с.

64. Ясточкіна І.А. Прояви тривожності серед студентської молоді. *Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки*. 2014. № 1, С. 173-180.

65. Ясточкіна, І.А. Психологічні чинники виникнення та корекція особистісної тривожності у ранньому юнацькому віці : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». 2011. Київ.