

*On the basis of comprehensive reflection of scientific literature, it is proved that multimedia is not only informational, but also communication resources that affect society, and also helps to effectively organize the process of training and education. The introduction of multimedia learning tools is inevitable, although it is happening gradually. Taking into consideration the intensified development of multimedia technologies, their implementation in the educational process should be more rapid. Despite the categorical fact of the widespread use of multimedia in the process of adaptive physical education of primary school children with hearing impairment, there is a noticeable shortage of educational multimedia tools and programs available to the wide user.*

*Prospects for further research will be associated with the development of multimedia information-methodological system for its integration into the process of adaptive physical education of younger students with hearing impairment.*

**Key words:** *adaptive physical education, primary school children, multimedia technologies, deprivation, eyesight, hearing, sensory system.*

УДК 796.2

**Василь Хлопецький, Сергій Курилюк**

### **Сучасні уявлення про негативні психічні стани та передумови їх виникнення в навчальній діяльності студентів**

*Державний вищий навчальний заклад «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» (м. Івано-Франківськ)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** У сучасних умовах модернізації освіти в Україні виняткового значення набуває якість навчання студентської молоді у вищих навчальних закладах як передумова підготовки висококваліфікованих кадрів, здатних до творчої самореалізації в складних соціально-економічних умовах та конкурентоспроможних на ринку праці [1, 2, 3, 6 й ін.].

Дослідження особливостей виникнення та корекції негативних психічних станів набуває особливого значення під час навчання студентів у ВНЗ, оскільки в цей період відбувається інтенсивний розвиток особистості, формування її інтелектуальної, емоційно-вольової, мотиваційної сфер, системи ціннісних орієнтацій, професіоналізація та самовизначення в життєвому просторі. Домінування зазначених станів деструктивно позначається на життєдіяльності студентів, перебігу процесів їхнього особистісного розвитку й самореалізації [9, 10, та ін.].

Не можуть залишатися поза увагою дослідження про негативний вплив на психічний стан студентів недостатніх мотиваційних чинників до навчальної діяльності на адаптаційному етапі [16, 17 та ін.]; нерационально організована робота, що характеризується високою інформаційною насиченістю, порушенням режиму праці й відпочинку, недостатня рухова активність [7, 11, 19]. У контексті піднятої проблеми викликають інтерес праці щодо позитивного впливу на психічний стан особистості поєднання комплексів корекційних засобів [10].

Однак досі немає чіткої класифікації системного аналізу особливостей розвитку негативних психічних станів студентів, відсутні конкретні, науково обґрунтовані рекомендації щодо їхньої комплексної корекції та профілактики.

**Мета дослідження** – здійснити аналіз наукових даних із проблеми виникнення та корекції негативних психічних станів студентів.

**Результати дослідження та їх обговорення.** В умовах реформування сучасної освіти актуалізується проблема збереження відносно стабільних психічних станів суб'єктів навчально-виховного процесу [2, 3, 4].

Психічні стани як базове поняття ставали предметом системного наукового аналізу в дослідженнях багатьох учених і психологів [9, 10, 13]. Водночас у сучасній психолого-педагогічній літературі зроблено спроби розкрити зміст, основні підходи до класифікації психічних станів особистості [10, 15], висвітлено особливості негативних психічних станів у людей [8, 18]. Поряд із вищевисвітленим І. В. Волженцева [5] виокремлює такі провідні функції психічних станів: адаптивна; регулювально-інтеграційна, що у взаємозв'язку утворює функціональну одиницю (процес – стан – властивість).

Узагальнюючи проблему психічних станів, науковці зазначають, що негативний психічний стан є реакцією людини на життєву ситуацію у вигляді стійкого цілісного синдрому. При цьому автори виділяють такі основні ознаки психічного стану особистості, як цілісність, ситуативність, стійкість у часі, єдність переживання й поведінки, зв'язок з особистісними властивостями та психічними процесами [13, 15, 17].

Негативні психічні стани можуть спричинятися внаслідок втоми, перевтомлення, нервово-психічної напруги, невміння працювати з людьми й знаходити компроміс під час вирішення питань, а також унаслідок критичних ситуацій. Конкретні події в житті людини, як відзначає В. П. Москалець [13], можуть викликати водночас стрес, фрустрацію, конфлікт і кризу [13, 15, 17].

Серед негативних психічних станів, що супроводжують навчальну діяльність, на особливу увагу заслуговують стани занепокоєння та тривоги [5]. Передумовою тривоги виступає невизначеність ситуації. Відхилення від оптимального стану, що характеризує тривогу та напруженість, призводить до подальшого розвитку стану тривоги, приймаючи постійний характер, поступово переходить у таку властивість особистості, як тривожність [13, 18].

Навчальна діяльність студентів передбачає високі емоційні навантаження, перевтому, стресові ситуації. Стрес виступає як неспецифічний фізіологічний та психологічний прояв адаптаційної активності індивіда під час сильних екстремальних для організму впливів; у навчальній діяльності є фактором, що викликає нервово-психічні перевантаження, перевтому, негативні психічні реакції студентів [5, 8, 18].

Відзначимо, що студенти часто потрапляють у ситуацію, де їм треба виконувати конкретні навчальні завдання в незвичних умовах, що часто спричиняє виникнення ускладнень і стресів [18].

Аналіз науково-методичної літератури переконливо доводить, що основними стресами в навчальному процесі студентів виступають емоційно негативні подразники (різні вимоги навчальних дисциплін, великий обсяг навчального матеріалу для опанування, страх критики, неспроможність справитись із виконанням нормативних вимог, невдачі під час спілкування зі студентами, викладачами) [8, 9, 17, 18].

Матеріали досліджень сучасних учених [4, 6, 10, 12, 16, 18] засвідчують, що для більшості студентів-першокурсників адаптація до навчальної діяльності й пристосування до нових умов життя та побуту є складним процесом. Тому в них часто розвиваються такі стани, як монотонність, нудьга, психічне виснаження. Цей стан викликаний невідповідністю студентів до дій в умовах самостійної навчальної діяльності, що спостерігалось під час виконання індивідуальних завдань, оформлення документації з навчально-виробничої практики в ЗОШ; власне входження в роль майбутньої професії спричиняє боязнь ініціативи й відповідальності, а це породжувало специфічну форму страху, що паралізував активність суб'єкта навчання [5, 12, 18, 19].

Результати наукових досліджень [5, 12, 18, 19] уможливили класифікацію труднощів, із якими стикаються студенти в навчальній діяльності. На нашу думку, вони і є тими передумовами виникнення навчальних психологічних станів, які умовно можна поділити на три групи. (рис. 1).

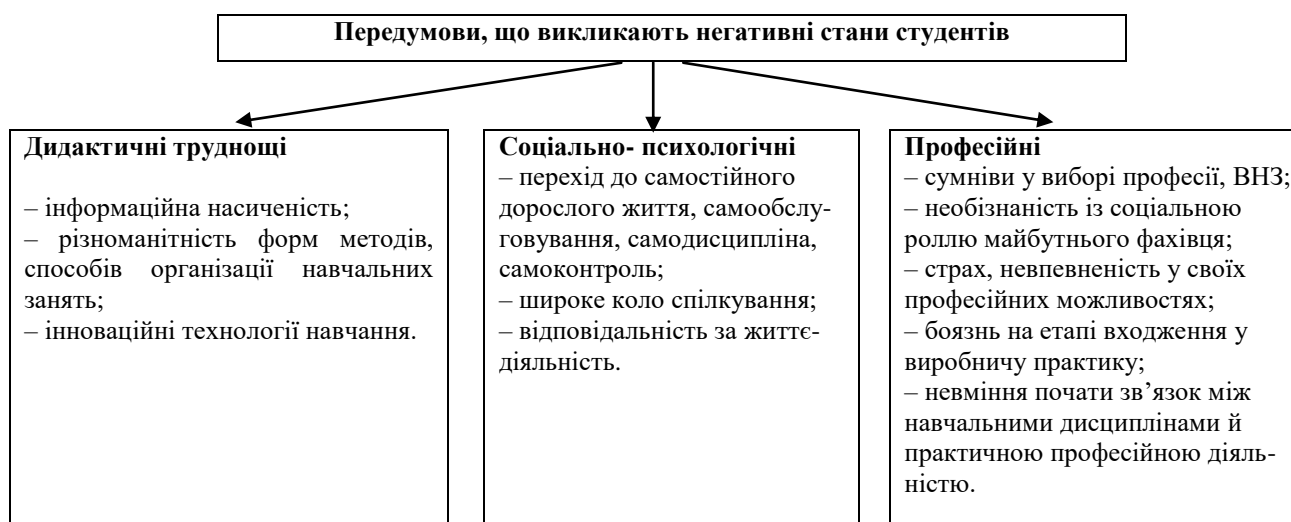


Рис. 1. Передумови, що спричиняють негативні психічні стани студентів

У контексті зазначеної проблеми не можуть залишитися поза увагою результати дослідження про те, що студентам усіх курсів притаманні такі стани, як радість та втома. Крім того, зміст кожного з етапів навчання зумовлює формування типових психічних станів [18].

Так, для першокурсників характерними є стани активації, збудження, радості; для студентів третього курсу – стани роздратованості, пасивності, сумнівів та розчарування; студенти п'ятого курсу переживають переважно такі психічні стани, як радість, страх, апатія, сонливість і втома [5, 12, 18, 19].

Поряд із вищевисвітленим вченими [5, 16, 18, 19] також доведено, що існує тісний взаємозв'язок між психічним та фізичним станами людини. Тому стан здоров'я також є одним із факторів, що зумовлює психічний стан [2, 3]. Останнім часом указують на погіршення показників здоров'я української молоді. У студентів спостерігають відхилення в стані опорно-рухової системи (69 %), центральної нервової (61 %), серцево-судинної (56 %) і травної (56 %) систем [16]. Причиною цього є зниження якості умов життя при збільшених вимогах до рівня підготовки фахівців й інтенсифікація навчального процесу в умовах вищої освіти. Так, показники фізичного здоров'я студентів протягом навчання знижуються [1, 2, 3, 6, 16]. Одна з причин такої ситуації – типовий спосіб життя, притаманний студентам, що не є сприятливим. Загалом життєдіяльність студентів характеризується невпорядкованою хаотичною організацією (несвоєчасний прийом їжі, систематичне недосипання, недостатнє перебування на свіжому повітрі, низька рухова активність, відсутність загартовувальних процедур, виконання самостійних завдань уночі, паління тощо). Протягом навчання у ВНЗ ці процеси суттєво впливають на стан здоров'я молоді [2, 3].

Негативні наслідки неоптимальної організації життєдіяльності накопичуються протягом навчального року й мають здатність найбільше проявлятися перед його фіналом, у відповідальній і напружений період сесії та іспитів. Крім того, рухова активність студентів саме в час підготовки до сесії й власне сесії зменшується ще більше. Характерні нестійкість настрою, порушення сну, нетерпеливість і погіршення самовладання. Тривала низька рухова активність зумовлює стан апатії, підвищену втомлюваність, знижує психічну активність [7, 12, 14].

Постановка проблеми студентства як окремої вікової та соціально-психологічної категорії в психології вченими розглядається як особлива онтогенетична стадія соціалізації індивіда, що вимагає опанування й інтеграції багатьох соціальних функцій, формування професійної майстерності [9, 10, 12, 15, 18].

Студентський вік – сенситивний період для розвитку соціальної активності людини як особистості, формування професійних, світоглядних і громадянських якостей майбутнього фахівця, основний період становлення та структурування інтелекту, постійності рис характеру, формування мотивації, системи ціннісних орієнтацій, інтенсивного формування спеціальних здібностей і соціальних цінностей у зв'язку з професійною підготовкою [13, 14].

Отже, виходячи з розуміння психічного стану як складного, цілісного, багатофункціонального та структурного явища, вивчення виникнення негативних психічних станів студентів протягом навчання можливо з позиції обґрунтованого системного підходу: дослідження станів, що мають виражений стійкий прояв, з урахуванням їхніх різноманітних взаємозв'язків та умов виникнення.

У роботі здійснено теоретичне узагальнення актуального наукового завдання, що виявляється у визначенні умов і психологічних чинників психічних станів студентів ВНЗ у процесі навчальної діяльності. Отримані в ході дослідження дані дають підставу сформулювати такі **висновки**.

Проведений аналіз за проблемою уможливує визначення психічних станів як відносно стабільну цілісну структурну організацію компонентів психіки, що відіграє роль активної взаємодії індивіда із зовнішнім середовищем, представленим конкретною ситуацією за певних умов у певний проміжок часу, у якій відбито зв'язок поведінки й переживання. Незважаючи на великий обсяг та різноманітність трансситуативних і ситуаційно емоційних, інтелектуальних, вольових, тензійних та активаційних психічних станів, які актуалізуються в психіці студента під час навчальної діяльності, їх можна умовно поділити на ті, що «збігаються» й «не збігаються» з метою навчальної діяльності.

Психічний стан, у нашому розумінні, – це характер реакції індивіда на вплив соціуму в певний період часу, що відрізняється від традиційного стану. Формувальним чинником для психічних станів є потреба, яка ініціює той чи інший стан. Ученими доведено, що існує тісний взаємозв'язок між психічним і фізичним станами людини. Психічні стани за особливістю впливу на особистість поділяють на позитивні й негативні.

До негативних психічних станів відносять сум, незадоволеність, тривогу, страх, паніку, нерішучість, апатію, утому, байдужість, горе, агресію, емоційне вигорання. Вони демобілізують діяльність, призводять до дисгармонії особистісного розвитку та виступають вагомим чинником

невротизації індивіда, легко закріплюються й набувають стійкості, що призводить до дезадаптації в соціумі.

Основну причину виникнення негативних станів студентів нами класифіковано в три групи:

- *дидактичні* (інформаційна перенасиченість використання інноваційних форм, методів контролю за навчальною діяльністю, тощо);
- *соціально-психологічні* (перехід до самостійного життя, широке коло спілкування, самодисципліна, самоконтроль, відповідальність за життєдіяльність та успішність);
- *професійні* (необізнаність із соціальною роллю фахівця вибраної професії, страх, невпевненість, боязнь, тривога в умовах сесії, у період педагогічної практики та ін.) .

Аналіз наукових джерел, довідникових матеріалів дав можливість розкрити сутність поняття «психічна корекція», яке розглядаємо, як доцільно організовану систему навчально-виховного впливу на особистість із метою запобігання, виправлення негативних психічних станів. Тобто це цілеспрямованість психолого-педагогічного впливу на студентів із метою виправлення недоліків емоційного й інтелектуального станів студентів з опорою на адаптаційно-пізнавальну, корекційно-змістову та самодіяльно-діяльну складову частину в умовах їх професійного становлення.

**Перспективи подальших досліджень** убачаємо в площині поглибленого вивчення психічних станів студентів і пошуку адекватних засобів їх корекції та профілактики засобами фізичного виховання.

#### *Джерела та література*

1. Альошина А., Колос М. Коррекция функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата студентов в процессе физического воспитания. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2015. № 4. С. 52–56.
2. Баклицька О., Сірко Р. Аналіз методів корекції психічного здоров'я студентської молоді. *Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні*: зб. наук. праць. Рівне, 2006. Вип. 4. С. 82–87.
3. Блавт О. З. Інформативні показники рівня фізичного здоров'я та фізичної підготовленості студентів ВНЗ. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: [зб. наук. праць/під ред. Єрмакова С. С.]. Харків: ХХП, 2012. № 11. С. 14–18.
4. Боднар І., Вовканич Л., Духта Т. Властивості нервової системи та психоемоційний стан студентів вищих навчальних закладів III–IV рівнів акредитації. *Слобожанський науково-спортивний вісник*: [наук.-теорет. журн.]. Харків: ХДАФК, 2012. № 3. С. 94–98.
5. Волженцева І. В. Динаміка стану тривожності студентів у навчальному процесі. *Педагогічний процес: теорія і практика*: зб. наук. праць. Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. Київ: П/п ЕКМО, 2004. Вип. 2. С. 319–329.
6. Гончаренко М. С. Оцінка стану соматичного та психічного здоров'я студентів ВУЗів при адаптації до учбового процесу. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: зб. наук. праць. Харків: ХДАДМ, 2006. № 3. С. 12–14.
7. Грибан Г. П. Формування готовності студентів до майбутньої професійної діяльності в системі фізичного виховання. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2014. Вип. 118. Т. I. С. 100–103.
8. Гула Н. В. Саморегуляція як чинник подолання негативних психічних станів у студентському віці: автореферат дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07/наук. кер. С. О. Ставицька; М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2014. 20 с.
9. Ігумнова О. Б. Генеза негативних психічних станів студентів. *Психологія і суспільство*: наук. журн./голов. ред. Фурман А. В. 2013. Вип. 3 (53). С. 110–115.
10. Ігумнова О. Б. Формування та виокремлення комплексів психічних станів особистості. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2015. Вип. 1 (46). С. 142–149.
11. Кашуба В., Футорний С., Дудко М. Використання веб-ресурсів у процесі фізичного виховання студентської молоді. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2015. № 2. С. 69–75.
12. Кравченко, Т. П. Підвищення емоційної стійкості студентів вищих навчальних закладів засобами фізичної культури та спорту. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2018. Вип. 2 (96). С. 45–48.
13. Кузнєцова О. Т. Системний підхід як засіб управління якістю навчання студентів у вищому навчальному закладі. *Науковий вісник Кременецької гуманітарно-педагогічної академії імені Тараса Шевченка. Серія: Педагогіка*. 2015. Вип. 5. С. 80–87.
14. Москалець В. П. Структурно – функціональна організація особистості. *Психологія і суспільство. Український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис*. 2010. № 2 (40). С. 20–26.

15. Нікітенко С. Актуальні проблеми вдосконалення професійно орієнтованої підготовки студентів засобами фізичної культури та спорту. *Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини/за заг. ред. Євгена Приступи. Львів, 2015. Вип. 19. Т. 2. С. 181–187.*
16. Носков В. І. Актуальні проблеми психогігієни у контексті удосконалення освітніх систем. *Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка. 2002. Т. 4. Ч. I. С. 181–189.*
17. Турчина Н. І., Коробейніков Г. В., Попадюха Ю. А. Дослідження здоров'я та рівня фізичного розвитку у студентів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2010. № 12. С. 150–152.*
18. Федоренко А. Ф. Зміст та структура ціннісно-смыслового розвитку студентської молоді. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. 2015. Вип. 19–20. С. 206–214. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnf\\_2015\\_19-20\\_21](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnf_2015_19-20_21)*
19. Шмелева С. А. Взаимосвязь психических состояний студентов и профессионально важных качеств в педагогической деятельности. *Актуальные проблемы современного человека: психолого-педагогический аспект: материалы I открытой науч.-практ. конф. студентов и аспирантов. Казань: Изд-во Фолиантъ, 2010. С. 91–93.*
20. Kuznetsova O. T., Zubrytskyi V. D. Innovative aspects of implementation of university students' professionally applied physical preparation. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ, 2017. Вип. 1(82) 17. С. 19–25.*

#### References

1. Aloshyna, A. & Kolos, M. (2015). Korrektsiia funktsionalnykh narushenyi oporno-dvyhatelnoho apparata studentov v protsesse fizycheskoho vospytanyia. [Correction of functional disorders of the musculoskeletal system of students in the process of physical education]. *Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi* [Physical education, sports and health culture in today's society], 4, 52–56 (in Ukrainian).
2. Baklytska, O. & Sirko, R. (2006). Analiz metodiv korektsii psykhychnoho zdorovia studentsoi molodi. [Analysis of methods of correction of mental health of student youth ]. *Kontseptsiiia rozvytku haluzi fizychnoho vykhovannia i sportu v Ukraini: zb. nauk. pr. Rivne*. [The Concept of Development of the Physical Education and Sports Industry in Ukraine: Coll of sciences, Rivne Ave], 4, 82–87 (in Ukrainian).
3. Blavt, O. Z. (2012). Informatyvni pokaznyky rinvnia fizychnoho zdorovia ta fizychnoi pidhotovlenosti studentiv VNZ. [Informative indicators of the level of physical health and physical fitness of university students]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*: [Zb. nauk. prats pid red. Yermakova S. S. Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports: Coll. of sciences. works ed. Yermakova SS] Kharkiv, 11, 14–18 (in Ukrainian).
4. Bodnar, I., Vovkanych, L. & Dukhta, T. (2012). Vlastyvosti nervovoi systemy ta psykhoemotsiyni stan studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv III–IV rinvniv akredytatsii. [Properties of nervous system and psycho-emotional state of students of higher educational institutions of III–IV levels of accreditation.] *Slobozhanskyi naukovospotyvnyi visnyk*: [nauk.-teor. zhurn.]. [Slobozhansky Scientific and Sport Bulletin: Theoretical Sciences]. Kharkiv: KhDAFK, 3, 94–98 (in Ukrainian).
5. Volzhentseva, I. V. (2004). Dynamika stanu tryvozhnosti studentiv u navchalnomu protsesi. [Dynamics of students' anxiety in the educational process.] *Pedahohichnyi protses: teoriia i praktyka*: zb. nauk. prats/Instytut pedahohiky i psykholohii profesiinnoi osvity APN Ukrainy. [The pedagogical process: theory and practice: Coll. of sciences. Wash. Institute of Pedagogy and Psychology of Professional Education of APS of Ukraine], 2, 319–329 (in Ukrainian).
6. Honcharenko, M. S. (2006). Otsinka stanu somatychnoho ta psykhychnoho zdorovia studentiv VUZiv pry adaptatsii do uchbovoho protsesu. [Assessment of somatic and mental health of university students as they adapt to the learning process.] *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*: [zb. naukovykh prats]. [Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sport (scientific works)]. Kharkiv: KHDADM, 3, 12–14 (in Ukrainian).
7. Hryban, H. P. (2014). Formuvannia hotovnosti studentiv do maibutnoi profesiinnoi diialnosti v systemi fizychnoho vykhovannia. [Formation of students' readiness for future professional activity in the physical education system]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T. H. Shevchenka. Seriia: Pedahohichni nauky. Fizychnе vykhovannia ta sport*. [Bulletin of Chernihiv Taras Shevchenko National Pedagogical University. Series: Pedagogical Sciences. Physical education and sports], 118, T. I, S. 100–103 (in Ukrainian).
8. Hula, N. V. (2014). Samorehuliatstsia yak chynnyk podolannia nehatyvnykh psykhychnykh staniv u studentskomu vitsi: avtoreferat dys. [Self-regulation as a factor in overcoming negative mental states in the student's age: dissertation author's abstract ....]. *Kand. psykhol. nauk: 19.00.07. M-vo osvity i nauky Ukrainy, Nats. ped. un-t im. M. P. Drahomanova*. [Cand. psych. Sciences: 19.00.07. Ministry of Education and Science of Ukraine, Nat. ped. them.]. MP Dragomanov, Kyiv, 20 p.

9. Ihumnova, O. B. (2013). Geneza nehatyvnykh psykhiichnykh staniv studentiv. [Genesis of negative mental states of students.]. *Psykholohiia i suspilstvo: naukovyi zhurnal. Holovnyi redaktor Furman A. V.* [Psychology and Society: A Scientific Journal. Editor-in-Chief Furman A. V.], 3 (53), 110–115 (in Ukrainian).
10. Ihumnova, O. B. (2015). Formuvannia ta vyokremлення kompleksiv psykhiichnykh staniv osobystosti. [Formation and separation of complexes of mental states of personality]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova: zbirnyk naukovykh prats. K. Vyd-vo NPU im. M. P. Drahomanova., Seriia 12: Psykholohichni nauky.* [Scientific journal of MP Dragomanov National Pedagogical University: collection of scientific papers. K. View-in NPU them. MP Dragomanov, Series 12: Psychological Sciences], 1 (46), 142–149 (in Ukrainian).
11. Kashuba, V., Futornyi, S., Dudko, M. (2015). Vykorystannia veb-resursiv u protsesi fizychnoho vykhovannia studentskoi molodi. [Use of web resources in the process of physical education of student youth.]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia.* [Sports Bulletin Dniepro], 2, 69–75 (in Ukrainian).
12. Kravchenko, T. P. (2018). Pidvyshchennia emotsiinoi stiiokosti studentiv vyshcheykh navchalnykh zakladiv zasobamy fizychnoi kultury ta sportu. [Increase of emotional stability of students of higher educational institutions by means of physical culture and sports]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriia 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport): zb. nauk. prats. Kyiv: Vyd-vo NPU imeni M. P. Drahomanova.* [Scientific journal of MP Dragomanov National Pedagogical University. Series 15: Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sport): Coll. of sciences. wash. Kiev: MP Dragomanov NPU], 2 (96), 45–48 (in Ukrainian).
13. Kuznietsova, O. T. (2015). Systemnyi pidkhid yak zasib upravlinnia yakistiu navchannia studentiv u vyshchomu navchalnomu zakladi. [A systematic approach as a means of managing the quality of student learning in a higher education institution]. *Naukovyi visnyk Kremenetskoï humanitarно-pedahohichnoï akademii imeni Tarasa Shevchenka. Seriia: Pedahohika.* [Scientific Bulletin of Kremenets Taras Shevchenko Humanitarian and Pedagogical Academy. Series: Pedagogy], 5, 80–87 (in Ukrainian).
14. Moskalets, V. P. (2010). Strukturno-funktsionalna orhanizatsiia osobystosti. Psykholohiia i suspilstvo. [Structurally-functional organization of personality]. *Ukrainskyi teoretyko-metodolohichniy sotsiohumanitarnyi chasopys.* [Psychology and society Ukrainian theoretical and methodological socio-humanitarian journal], 2 (40), 20–26 (in Ukrainian).
15. Nikitenko, S. (2015). Aktualni problemy vdoskonalennia profesiino oriietovanoi pidhotovky studentiv zasobamy fizychnoi kultury ta sportu. [Actual problems of improving students' vocational training by means of physical culture and sports]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy: zb. nauk. pr. z haluzi fiz. vykhovannia, sportu i zdorovia liudyny/za zah. red. Yevhena Prystupy. L.* [Young Sports Science of Ukraine: Coll. of sciences. BC in the field of phys. education, sports and human health], 19, t. 2, 181–187 (in Ukrainian).
16. Noskov, V. I. (2002). Aktualni problemy psykhiichnieny u konteksti udoskonalennia osvitynich system. [Actual problems of psychohygiene in the context of improvement of educational systems]. *Problemy zahalnoi ta pedahohichnoi psykholohii: Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii im. H. S. Kostiuka.* [Problems of General and Educational Psychology: Collection of Scientific Papers of the Institute of Psychology], T. 4, I, 181–189 (in Ukrainian).
17. Turchyna, N. I., Korobeinikov, G. V., Popadiukha U.A. (2010). Doslidzhennia zdorovia ta rivnia fizychnoho rozvytku u studentiv. [Research of health and the level of physical development in students]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu.* [Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sport], 12, 150–152 (in Ukrainian).
18. Fedorenko, A. F. (2015). Zmist ta struktura tsinnisno-smyslovoho rozvytku studentskoi molodi. [Content and structure of value and semantic development of student youth.]. *Mizhnarodnyi naukovyi forum: sotsioloohiia, psykholohiia, pedahohika, menedzhment.* [International scientific forum: sociology, psychology, pedagogy, management], 19–20, 206–214. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnf\\_2015\\_19-20\\_21](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnf_2015_19-20_21) (in Ukrainian).
19. Shmeleva, S. A. (2010). Vzaymosviaz psykhiicheskyykh sostoianyi studentov y professionally vazhnykh kachestv v pedahohicheskoi deiatelnosti. [Relationship of students' mental states and professionally important qualities in pedagogical activity]. *Aktualnye problemy sovremennogo cheloveka: psykholoho-pedahohicheskyy aspekt: Materyaly I otkrytoi nauchno-praktycheskoi konferentsii studentov i aspyrantov.* [Actual problems of modern man: psychological and pedagogical aspect: Materials of the 1st open scientific and practical conference of students and graduate students], 91–93 (in Ukrainian).
20. Kuznetsova, O. T., Zubrytskyi, B. D. (2017). Innovative aspects of implementation of university students professionally applied physical preparation. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriia 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport).* [Scientific journal of MP Dragomanov National Pedagogical University. Series 15: Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)]. Kyiv, 1(82), 17, 19–25 (in Ukrainian).

#### Анотація

**Мета дослідження** – здійснити аналіз наукових даних із проблеми виникнення негативних психічних станів студентів. У дослідженні проведено теоретичне узагальнення даних актуального наукового завдання, що виявляється у визначенні психологічних чинників психічних станів студентів у процесі навчальної діяль-

ності. Науковці зазначають, що помірний ступінь нервово-психічної напруги характеризується підвищенням якості та ефективності психічної діяльності й представляє таку форму психічного стану індивіда, за якої з усією повнотою розкривається спроможність людини досягати мети, виконувати ту чи іншу діяльність. Проведений аналіз проблеми психічних станів дає змогу визначити їх як відносно стабільну цілісну структурну організацію компонентів психіки, що відіграє роль активної взаємодії індивіда із зовнішнім середовищем, представленим конкретною ситуацією за певних умов у певний проміжок часу. Відбито зв'язок поведінки й переживання. Серед основних чинників виникнення негативних станів у студентів можемо виокремити дидактичні, соціально-психологічні, професійні. Вивчення особливостей психічних станів студентів дає можливість своєчасно підтримати й посилити позитивні або ж усунути негативні, шкідливі для навчальної діяльності психічні стани. Очевидним стає те, що успішна навчальна діяльність студентів повинна передбачати оптимальний рівень нервово-психічної напруги, а підвищений її рівень зумовлює низький рівень навчальної успішності. Відтак постає необхідність вивчення й розгляду доцільно організованої системи навчально-виховного впливу на особистість із метою запобігання, виправлення негативних психічних станів. Тобто застосування цілеспрямованого психолого-педагогічного впливу на студентів із метою оптимізації емоційного та інтелектуального станів студентів з опорою на адаптаційно-пізнавальну, корекційно-змістову й самодіяльно-діяльну складову частину в умовах їх професійного становлення.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у поглибленому вивченні психічних станів студентів і пошуку адекватних засобів їх корекції та профілактиці засобами фізичного виховання.

**Ключові слова:** негативні психічні стани, студенти, нервово-психічна напруга, психокорекція.

**Василий Хлопецький, Сергей Курилюк. Современные представления о негативных психических состояниях и предпосылки их возникновения в учебной деятельности студентов. Цель исследования** – анализ научных данных по проблеме возникновения негативных психических состояний студентов. В исследовании проводится теоретическое обобщение данных актуальной научной задачи, что выражается в определении психологических факторов психических состояний студентов в процессе учебной деятельности. Ученые отмечают, что умеренная степень нервно-психического напряжения характеризуется повышением качества и эффективности психической деятельности и представляет такую форму психического состояния индивида, при которой со всей полнотой раскрываются способности человека к достижению цели, к выполнению той или иной деятельности. Анализ проблемы психических состояний позволяет определить психические состояния как относительно стабильную целостную структурную организацию компонентов психики, выполняющая роль активного взаимодействия индивида с внешней средой, представленным конкретной ситуацией при определенных условиях в определенный промежуток времени, в которой отражается связь поведения и переживания. Среди основных факторов возникновения негативных состояний у студентов можно выделить дидактические, социально-психологические, профессиональные. Изучение особенностей психических состояний студентов дает возможность своевременно поддержать и усилить положительные или устранить негативные, вредные для учебной деятельности психические состояния. Очевидным становится то, что успешная учебная деятельность студентов должна предусматривать оптимальный уровень нервно-психического напряжения, а повышенный ее уровень обуславливает низкий уровень учебной успеваемости. Следовательно, возникает необходимость изучения и рассмотрения целесообразно организованной системы учебно-воспитательного воздействия на личность с целью предотвращения, исправления негативных психических состояний. То есть применение целенаправленного психолого-педагогического воздействия на студентов с целью оптимизации эмоционального и интеллектуального состояний студентов с опорой на адаптационно-познавательную, коррекционно-содержательную и самодетельно-деятельностную составляющие в условиях их профессионального становления.

**Перспективы дальнейших исследований** – углубленное изучение психических состояний студентов и поиск адекватных средств их коррекции и профилактики средствами физического воспитания.

**Ключевые слова:** негативное психическое состояние, студент, нервно-психическое напряжение, психокоррекция.

**Vasyl Khlopetskyi, Serhiy Kuryliuk. Modern Conceptions of Negative Mental States and their Occurrence Background in Students.** The purpose of the study is to analyze the scientific data on the problem of negative mental states occurrence in students. The study contains data theoretical generalization of actual scientific task, which is manifested in psychological factors determining of students' mental states in educational activity process. Scientists note that nervous and mental stress moderate degree is characterized by an increase in mental activity quality and efficiency and represents the form of an individual mental state, in which the full person's capacity to achieve a goal, to perform a particular activity are revealed. The conducted analysis on mental states problem allows to define mental states as a relatively stable holistic structural organization of psyche components, which has a role of active interaction of the individual with external environment, represented by certain situation under certain conditions, where the behavior and experience connection is reflected. Among the main factors of negative states occurrence in students can be identified the following: didactic, socio-psychological and professional. Studying the students mental states

*peculiarities provides an opportunity to support and strengthen the positive or to eliminate the negative, harmful to educational activity mental states. It is obvious that successful educational students activity should provide nervous and mental stress optimum level, and its increased level causes low academic performance level. Therefore, there is a need to study and consider a properly organized system of educational influence on the individual in order to prevent and correct negative mental states. That is, the application of focused psychological and pedagogical influence on students in order to optimize the students emotional and intellectual states based on adaptive-cognitive, correction-content and activity component in terms of their professional formation.*

**Key words:** *negative mental states, students, neuropsychic stress, psychocorrection.*