МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

Факультет гуманітарних та соціальних наук

кафедра психології та соціології

**Приймак Е. Д.**

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

**ВПЛИВ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ СТРЕСОВИХ РЕАКЦІЙ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Сєвєродонецьк – 2021

СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

Факультет Гуманітарних та соціальних наук

Кафедра Психології та соціології

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

до кваліфікаційної роботи

рівень вищої освіти другий (магістерський)

спеціальність 053 Психологія. Освітня програма «Психологія»

на тему **«**ВПЛИВ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ СТРЕСОВИХ РЕАКЦІЙ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**»**

**Виконала:** здобувачка вищої освіти групи ПС-20зм Приймак Е. Д.

**Керівник:** професор кафедри психології

та соціології, д. мед. н., проф. Хунов Ю. А.

**Рецензент:** завідувач кафедри психології

Інституту підготовки кадрів державної служби

зайнятості України (м. Київ),

д. мед. н., проф. Пріб Г. А.

**Нормо-контроль**: професорка кафедри

психології та соціології,

д. психол. н., доц. Лосієвська О. Г.

**Завідувачка кафедри:**

д. психол. н., проф. Бохонкова Ю. О.

Сєвєродонецьк ­ 2021

СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

Факультет Гуманітарних та соціальних наук

Кафедра Психології та соціології

Рівень вищої освіти Другий (магістерський)

спеціальність 053 Психологія. Освітня програма «Психологія»

|  |
| --- |
| **«ЗАТВЕРДЖУЮ»****Завідувачка кафедри психології****та соціології д. психол. н.,****проф. Бохонкова Ю. О.**«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021 року |

**З А В Д А Н Н Я**

**НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧЦІ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Приймак Евеліні Дишивні

1. Тема роботи: «Вплив навчальної діяльності на формування стресових реакцій у здобувачів вищої освіти».

**Керівник роботи:** Хунов Ю. А., д. мед. н., проф., професор кафедри психології та соціології СНУ ім. В. Даля, затверджений наказом по університету від 09.09.2021 р. № 114/15.18

1. Строк подання здобувачем роботи: 20.12.2021 р.
2. Вихідні дані до роботи: *обсяг роботи – 130 сторінок (1,5 інтервал, 14 шрифт з дотриманням відповідного формату), список використаної літератури оформлюється згідно з бібліографічними нормами.*
3. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити*): проаналізувати наукові джерела з зазначеної тематики; підібрати діагностичний інструментарій згідно проблеми дослідження; на основі проведеного констатувального експерименту розробити й апробувати програму соціально-психологічного тренінгу. Провести формувальний експеримент і порівняти результати констатувального і формувального експериментів. Ефективність проведеного експерименту оцінити за допомогою математичних методів оцінки значущості відмінностей середніх величин.*
4. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов’язкових креслеників): *таблиці, рисунки (діаграми, гістограми, сегментограми).*
5. Консультанти розділів роботи

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Розділ | Прізвище, ініціали та посада консультанта | Підпис, дата |
| завданнявидав | завданняприйняв |
| 1. | Хунов Ю. А. – д. мед. н., проф., професор кафедри психології та соціології СНУ ім. В. Даля | 20.09.2021 р. | 15.10.2021 р. |
| 2. | Хунов Ю. А. – д. мед. н., проф., професор кафедри психології та соціології СНУ ім. В. Даля | 16.10.2021 р. | 24.10.2021 р. |
| 3. | Хунов Ю. А. – д. мед. н., проф., професор кафедри психології та соціології СНУ ім. В. Даля | 25.10.2021 р. | 05.11.2021 р. |

1. Дата видачі завдання: 10 вересня 2021 р.

**КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №з/п | Назва етапів виконання кваліфікаційної роботи | Строк виконання етапів | Примітка |
| 1 | Визначення проблеми дослідження та розроблення плану кваліфікаційної роботи. | 10.09.2021 р. –19.09.2021 р. |  |
| 2 | Аналіз літератури за проблемою. Робота над теоретичною частиною дослідження. | 20.09.2021 р. –15.10.2021 р. |  |
| 3 | Розробка діагностичного інструментарію, проведення констатувального експерименту та обробка його результатів. | 16.10.2021 р. –24.10.2021 р. |  |
| 4 | Розробка й апробація програми соціально-психологічного тренінгу, спрямованого на зниження передекзаменаційного стресу у здобувачів вищої освіти | 25.10.2021 р. –28.10.2021 р. |  |
| 5 | Обробка результатів формувального експерименту та оцінка ефективності корекційних заходів за допомогою методів математичної статистики | 29.10.2021 р. –05.11.2021 р. |  |
| 6 | Підготовка роботи до захисту | 06.11.2021 р. – 12.12.2021 р. |  |
| 7 | Представлення роботи на зовнішню рецензію | 13.12.2021 р. –19.12.2021 р. |  |
| 8 | Перевірка роботи на академічний плагіат | 20.12.2021 р. –23.12.2021 р. |  |
| 9 | Захист роботи | 24.12.2021 р. |  |

**Здобувачка вищої освіти:** Приймак Е. Д.

**Керівник роботи:**

**д. мед. н., проф.** Хунов Ю. А.

**РЕФЕРАТ**

Текст – 130 с., рис. – 16, табл. – 19, літератури – 83 дж.

У кваліфікаційній роботі проаналізовано наукову літературу з проблеми дослідження впливу навчальної діяльності на формування стресових реакцій у здобувачів вищої освіти. Охарактеризовано особливості виникнення стресових станів у здобувачів вищої освіти. Визначено вплив навчальної діяльності на формування стресових реакцій у здобувачів вищої освіти. Проведено констатувальний та формувальний етапи соціально-психологічного експерименту, спрямованого на експериментально-психологічне дослідження впливу навчальної діяльності на формування стресових реакцій у здобувачів вищої освіти. Проведена оцінка ефективності корекційних заходів щодо зниження передекзаменаційного стресу у здобувачів вищої освіти.

Ключові слова: НАВЧАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ, СТРЕСОВІ РЕАКЦІЇ, ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТРЕС, ЗДОБУВАЧІ ВИЩОЇ ОСВІТИ, СОЦІАЛЬНА СИТУАЦІЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ, ЗАКЛАДИ ВИЩОЇ ОСВІТИ, ОРГАНІЗАЦІЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

**ЗМІСТ**

ВСТУП………………………………….…………...……………………………..7

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ СТРЕСОВИХ РЕАКЦІЙ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ………………....11

1.1. Аналіз наукової літератури щодо проблеми вивчення впливу навчальної діяльності на формування стресових реакцій у здобувачів вищої освіти……………………………………………………………………….…….11

1.2. Соціальна ситуація розвитку в студентському віці………………….….....17

1.3. Особливості виникнення стресових станів у здобувачів вищої освіти…………………………………………………………………………..…25

Висновки до розділу 1…………………………………………………………...32

РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ СТРЕСОВИХ РЕАКЦІЙ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ……………………………………………..…33

2.1. Організація та хід дослідження …….……...………………..…………….. 33

2.2. Психологічний та статистичний аналіз результатів констатувального експерименту…………………………………………………………………….38

Висновки до розділу 2…………………………………………………………...57

РОЗДІЛ 3. ПСИХОКОРЕКЦІЙНА РОБОТА ЩОДО ЗНИЖЕННЯ ПЕРЕДЕКЗАМЕНАЦІЙНОГО СТРЕСУ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ………………………………………………………………………..…58

3.1. Програма соціально-психологічного тренінгу, спрямованого на зниження передекзаменаційного стресу у здобувачів вищої освіти……....……………..58

3.2. Аналіз результатів формувального експерименту……………………….102

3.3. Оцінка ефективності корекційних заходів………………………………..118

Висновки до розділу 3………………………………………………………….122

ВИСНОВКИ……………...…………………………………….….…………....123

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ…….…………………….….......128

ДОДАТКИ…………………..………...……….…...……......…..…...................138