

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАДИМА ГЕТЬМАНА**

**Факультет управління персоналу, соціології та психології
Кафедра педагогіки та психології**

**ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА «ЕКОНОМІЧНА ТА
СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ»**

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність 053 Психологія

Форма навчання: очна (денна, заочна)

КВАЛІФІКАЦІЙНА БАКАЛАВРСЬКА РОБОТА

на тему: **ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ОСОБИСТІСНИХ РИС ТА ПСИХІЧНИХ
СТАНІВ СТУДЕНТІВ**

здобувача Зоряни ПАСЕКИ

(підпис)

Науковий керівник: канд. пед. н., доц. Тетяна КОВАЛЬКОВА

(підпис)

**Робота допущена до захисту перед Екзаменаційною
комісією (ЕК) з атестації здобувачів вищої освіти**

Завідувачка кафедри: д.п.н., проф. Марина АРТЮШИНА

(підпис)

Київ-2026

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНИХ РИС ТА ПСИХІЧНИХ СТАНІВ СТУДЕНТІВ	7
1.1 Поняття та структура особистих рис	7
1.2 Психічні стани: сутність, класифікація	10
1.3 Студентський вік як період інтенсивного психічного розвитку	16
1.4. Взаємозв'язок особистісних рис та психічних станів	19
Висновки до 1 розділу	24
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНИХ РИС ТА ПСИХІЧНИХ СТАНІВ СТУДЕНТІВ	27
2.1. Організація та методи дослідження	27
2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів	30
2.3 Практичні рекомендації щодо покращення взаємозв'язку особистісних рис та психічних станів студентів	46
Висновки до 2 розділу	52
ВИСНОВКИ	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	56
ДОДАТКИ.....	62

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасній психологічній науці особливу увагу приділяють вивченню індивідуально-психологічних чинників, що визначають особливості функціонування особистості в умовах інтенсивних соціальних та навчальних вимог. Одними з ключових таких чинників є особистісні риси та психічні стани, які перебувають у тісному взаємозв'язку та спільно зумовлюють поведінку, емоційне реагування й ефективність діяльності людини.

Особистісні риси розглядаються як відносно стійкі характеристики особистості, що формуються у процесі онтогенезу та визначають типові способи реагування на життєві ситуації. Психічні стани, у свою чергу, відображають актуальний рівень психічної активності особистості в конкретний часовий проміжок та можуть змінюватися під впливом зовнішніх умов і внутрішніх особливостей. Саме через психічні стани проявляється емоційне самопочуття людини, її здатність до саморегуляції, адаптації та подолання труднощів.

Період студентського життя є важливим етапом особистісного становлення, що характеризується інтенсивним розвитком самосвідомості, формуванням професійної ідентичності та перебудовою системи цінностей. Навчальна діяльність у закладі вищої освіти супроводжується підвищеним психоемоційним навантаженням, ситуаціями оцінювання, необхідністю самостійного прийняття рішень, що сприяє актуалізації різноманітних психічних станів, зокрема тривожності, фрустрації, емоційного напруження, агресивності або ригідності. Водночас індивідуальні особистісні риси можуть як посилювати, так і пом'якшувати прояви цих станів, визначаючи індивідуальний стиль реагування студента на стресові ситуації.

У зв'язку з цим особливої актуальності набуває дослідження взаємозв'язку особистісних рис та психічних станів студентів, оскільки його результати дозволяють глибше зрозуміти психологічні механізми адаптації студентської

молоді, виявити фактори ризику виникнення негативних психічних станів та обґрунтувати напрями психологічної підтримки у вищих навчальних закладах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема особистісних рис є однією з центральних у психології особистості та ґрунтується на працях представників диспозиційного, факторного та біологічного підходів. Засновником диспозиційного підходу вважається Г. Олпорт [20], який розглядав риси як базові нейропсихічні структури, що зумовлюють сталі форми поведінки. Факторний підхід до вивчення особистості був розроблений Р. Кеттелом [21], який запропонував ієрархічну модель рис та обґрунтував можливість їх емпіричного вимірювання. Значний внесок у дослідження особистісних рис зробив також Г. Айзенк [22], який акцентував увагу на біологічній зумовленості таких характеристик, як екстраверсія, інтроверсія та нейротизм.

Актуальність цієї теми зумовлена сучасним спрямуванням наукового пошуку на процеси становлення індивідуальності та її когнітивних, емоційно-оцінних та вольових аспектів. Це також підтверджується напрацюваннями зарубіжних емпіричних студій, зокрема американських науковців (як-от С. Вадзюка [23], Гоулман, Д. [44], та інші). Вони сфокусовані на вивченні зв'язку між рівнем професійної результативності особистості, її здобутками, успішністю комунікації з колегами, а також ступенем розвиненості емоційного інтелекту й самосвідомості. Досить давньою є у психологічній науці проблематика вивчення ставлення особистості до самої себе, що простежується у працях кількох поколінь фахівців. Л.І. Божович [45] описала «неафектні» риси, такі як дратівливість, відсутність контролю, а також неадекватні емоційні реакції у студентів, які переживають уявні ситуації, несправедливість і недостатню образливість. У психологічній літературі простежується тенденція до ототожнення категорії «самоствлення» з такими поняттями як «самосвідомість», «Я-концепція», «самоактуалізація» та подібними, що відображено у роботі Столін В.В. [46].

Значна кількість сучасних науковців, наприклад Оусерман Д. [47] наголошують, що вирішальне значення тут має ступінь розвитку емоційного інтелекту у фахівця, а також сукупність певних внутрішніх його характеристик.

Разом з тим, незважаючи на наявність значної кількості наукових праць, питання комплексного вивчення взаємозв'язку особистісних рис та конкретних психічних станів студентів залишається недостатньо систематизованим, що зумовлює актуальність подальших емпіричних досліджень у цьому напрямі.

Об'єктом дослідження є психічний стан особистості в юнацькому віці.

Предметом дослідження є взаємозв'язок особистісних рис та психічних станів студентів.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити взаємозв'язок особистісних рис з психічними станами студентів.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз наукових джерел щодо особистісних рис і психічних станів студентської молоді
2. Визначити взаємозв'язок особистісних рис та психічних станів студентів.
3. Здійснити емпіричне дослідження взаємозв'язку особистісних рис та психічних станів студентів.

Методи дослідження:

Теоретичні методи: аналіз, систематизація й узагальнення наукової літератури щодо сучасного стану досліджуваної проблеми.

Емпіричні методи: Big Five / 5PFQ (в українській адаптації Л. Ф. Бурлачука та Д. К. Корольова); 16-факторний опитувальник особистості Р. Кеттела (16PF) (адаптовано О. М. Цільмак); методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка (адаптація М. К. Тутушкіною); «Шкала тривоги Гамільтона (НАМ-А)» (адаптовано О.С. Чабан).

Методи статистично-математичної обробки даних – методи описової статистики, кореляційний аналіз (гр-лінійна кореляція Пірсона).

Теоретична значущість роботи полягає у розширенні наукового розуміння механізмів взаємодії особистісних характеристик і психічних станів у студентській популяції, а також у формуванні узагальненої концептуальної моделі такого взаємозв'язку.

Практична значущість роботи полягає у можливості застосування результатів дослідження для розробки програм психологічної підтримки, адаптаційних тренінгів, оптимізації психологічного супроводу студентів у вищих навчальних закладах.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, 2 розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 49 найменувань та 6 додатків. У дослідженні вміщено 8 таблиць. Основний зміст викладено на 77 сторінках.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНИХ РИС ТА ПСИХІЧНИХ СТАНІВ СТУДЕНТІВ

1.1 Поняття та структура особистих рис

Особистісні риси є однією з ключових категорій психології особистості, оскільки саме через них пояснюється відносна стійкість поведінки, мислення та емоційних реакцій людини в різних життєвих ситуаціях. У психології особистості поняття особистісних рис посідає центральне місце, оскільки саме через них пояснюється відносна стійкість поведінки, мислення та способів реагування людини в різних життєвих ситуаціях. Особистісні риси розглядаються як відносно стабільні індивідуально-психологічні властивості, що зумовлюють типові для особистості патерни діяльності та взаємодії з навколишнім середовищем [25, с.7].

У науковій літературі сформувалося кілька основних психологічних підходів до вивчення особистісних рис, кожен із яких по-різному пояснює їх природу, структуру та механізми формування.

Одним із найбільш поширених у психології особистості є диспозиційний підхід, представлений у працях Г. Олпорта, Р. Кеттела та Г. Айзенка. В межах цього підходу особистісні риси розглядаються як внутрішні диспозиції, що визначають сталі способи поведінки людини незалежно від конкретної ситуації[1, с.10 – 11].

Г. Олпорт розглядав риси як базові структурні одиниці особистості, визначаючи їх як стійкі нейропсихічні структури, які спрямовують і регулюють поведінку індивіда. На думку вченого, риси виконують організуючу функцію, забезпечуючи узгодженість і передбачуваність поведінкових проявів. Важливим положенням концепції Олпорта є визнання індивідуальної унікальності структури рис кожної особистості.

Подальший розвиток диспозиційного підходу пов'язаний із факторно-аналітичною теорією Р. Кеттела, який запропонував розрізняти поверхневі та

глибинні риси особистості. Глибинні риси, за Кеттелом, є базовими детермінантами поведінки та можуть бути виявлені шляхом статистичного аналізу. Учений також наголошував на ієрархічній організації рис, відповідно до якої більш узагальнені фактори формуються на основі сукупності конкретніших характеристик.

Особливе місце в межах диспозиційного підходу посідає біологічно орієнтована теорія Г. Айзенка. Він розглядав особистісні риси як зумовлені особливостями функціонування центральної нервової системи. Зокрема, такі риси, як екстраверсія та інтроверсія, пов'язувалися з рівнем кортикального збудження, а невротизм – з емоційною реактивністю. Таким чином, у межах диспозиційного підходу риси постають як відносно стійкі властивості, що мають біологічне та психологічне підґрунтя [1, с.10 – 11].

Структурно-ієрархічний підхід розглядає особистісні риси як багаторівневу систему, організовану від загальних до більш специфічних характеристик. Відповідно до цього підходу, поведінка особистості зумовлюється не окремими рисами, а їх цілісною структурою.

Однією з найбільш визнаних моделей, що ґрунтується на цьому підході, є п'ятифакторна модель особистості («Велика п'ятірка»), розроблена на основі досліджень Л. Гольдберга, П. Кости та Р. МакКрає. Згідно з цією моделлю, структура особистісних рис включає п'ять базових вимірів: екстраверсію, невротизм, доброзичливість, сумлінність та відкритість новому досвіду [32, с.196 – 197].

Розглянемо більш детально ці зазначені риси особистості:

1. «Екстраверсія/інтроверсія» відповідає за рівень комунікабельності, відображає відмінності у дружелюбності стосунків між людьми, рівня активності міжособистісної взаємодії;

2. «Невротизм» або «емоційна нестабільність» як риса характеризується відмінним реагуванням на негативні емоції (тривогу, страх, смуток) - так, люди з високим рівнем невротизму більш схильні до переживання негативних емоцій, менш стресостійкі та мають труднощі з регуляцією емоцій;

3. «Доброзичливість» або «згода» як риса відображає схильність до альтруїстичної поведінки, здатність утворювати довірливі і теплі стосунки з оточуючими, отримувати соціальну підтримку;

4. «Сумлінність» як риса відповідає за організованість, цілеспрямованість та відповідальність особистості, що є важливим для успішної самореалізації;

5. «Відкритість новому досвіду» як риса стосується здатності людей приймати нові рішення, інноваційності їхніх ідей і дій, креативності [32, с.196 – 197].

Ці риси розглядаються як універсальні та відносно стабільні характеристики, що проявляються в різних сферах життєдіяльності особистості.

Структурно-ієрархічний підхід дозволяє пояснити як сталість поведінки, так і її варіативність залежно від комбінації окремих рис та рівня їх вираженості.

У межах системного підходу особистісні риси розглядаються як взаємопов'язані елементи цілісної структури особистості. Згідно з цим підходом, окремі риси не існують ізольовано, а перебувають у постійній взаємодії, утворюючи складну динамічну систему.

Представники системного підходу підкреслюють, що зміна однієї риси може впливати на прояви інших, а також визначати загальну спрямованість поведінки особистості. Саме системність організації рис забезпечує індивідуальну своєрідність особистості та її адаптацію до вимог середовища, зберігаючи при цьому відносну стабільність її психологічної структури[33].

Важливою характеристикою структури особистісних рис є їх взаємозв'язок і цілісність. Окремі риси не існують ізольовано, а утворюють складну систему, в якій зміна однієї властивості може впливати на прояви інших. Саме ця системність забезпечує унікальність кожної особистості та її індивідуальний стиль поведінки. Таким чином, аналіз основних психологічних підходів до вивчення особистісних рис свідчить, що вони розглядаються як відносно стійкі, багаторівневі та взаємопов'язані властивості особистості. Диспозиційний, структурно-ієрархічний та системний підходи доповнюють

один одного, дозволяючи комплексно пояснити природу, структуру та функціонування особистісних рис, що створює теоретичне підґрунтя для подальшого аналізу психічних станів та їх взаємозв'язку з особистісними характеристиками.

1.2 Психічні стани: сутність, класифікація

Психічні стани є важливою складовою психічної діяльності людини, оскільки вони відображають рівень функціонування психіки в певний момент часу та істотно впливають на перебіг поведінки й діяльності. На відміну від психічних процесів, які мають динамічний і короткотривалий характер, та особистісних рис, що вирізняються відносною стійкістю, психічні стани займають проміжне положення, поєднуючи в собі як ситуативність, так і певну тривалість.

Початок дослідження психічних станів сягає далеко в давнину – так, перші спроби дослідити та класифікувати психічні стани були здійснені ще в 3 – 4 ст. до нашої ери вченими Гераклітом, Сократом і Платоном. У той же час відомий вчений і мислитель Гіппократ висловив припущення щодо пристосувального характеру патологічних відхилень психіки, що дає змогу характеризувати психічні стани як захисні реакції, спрямовані на адаптацію та відновлення рівноваги [13, с.194].

Розглянемо різні підходи до трактування терміну «психічні стани» особистості.

Основними детермінантами психічного стану є наступні: потреби і бажання людини (усвідомлені та неусвідомлені); можливості людини (приховані та ті, що проявились); а також умови зовнішнього середовища (об'єктивний його вплив та суб'єктивне сприйняття) [4, с.123].

В рамках біхевіористичного підходу психічні стани інтерпретуються як внутрішні реакції організму на зовнішні стимули. Акцент робиться на

спостережуваній поведінці, а внутрішні переживання розглядаються як похідні від взаємодії з середовищем.

Когнітивістський підхід фокусується на процесах обробки інформації, таких як сприйняття, пам'ять, мислення. Психічні стани розглядаються як певні конфігурації когнітивних структур, що визначають спосіб інтерпретації інформації та прийняття рішень.

Для представників гуманістичної психології, зокрема для А. Маслоу (1954) та К. Роджерса (1959), психічні стани є відображенням самоактуалізації, розвитку особистісного потенціалу та переживання свого «Я». Особлива увага приділяється суб'єктивному досвіду, мотивації та пошуку сенсу.

Згідно з психоаналізом З. Фрейда (1923), психічні стани є результатом взаємодії несвідомих інстинктів, лібідо та захисних механізмів. Вони розглядаються як динамічні утворення, що формуються під впливом раннього дитячого досвіду та конфліктів.

Отже, у загальному розумінні психічний стан – це цілісна характеристика психічної діяльності людини в конкретний період часу, яка визначається особливостями її емоційної сфери, рівнем активації, спрямованістю свідомості та готовністю до діяльності. Психічні стани відображають внутрішнє самопочуття особистості й залежать як від зовнішніх умов, так і від індивідуально-психологічних особливостей людини.

Сутність психічних станів полягає в тому, що вони регулюють поведінку та діяльність, підвищуючи або знижуючи їх ефективність. Наприклад, стан бадьорості й зацікавленості сприяє продуктивній діяльності, тоді як втома, апатія чи тривога можуть негативно впливати на працездатність, увагу та прийняття рішень. Таким чином, психічні стани виконують регулятивну та адаптаційну функції, допомагаючи людині пристосовуватися до вимог середовища.

У психології існує декілька підходів до класифікації психічних станів. Найбільш поширені класифікації ґрунтуються на таких критеріях:

1. За тривалістю перебігу: короткочасні стани (наприклад, здивування, емоційний спалах); тривалі стани (втома, депресивний настрій, хронічна тривожність);
2. За емоційним забарвленням: позитивні (радість, задоволення, натхнення), негативні (страх, гнів, смуток), нейтральні (спокій, байдужість);
3. За рівнем психічної активності: стеничні стани, що підвищують активність і працездатність (бадьорість, мобілізація), астеничні стани, які знижують активність (втома, виснаження, апатія);
4. За сферою домінування: емоційні стани (настрій, афект), вольові стани (рішучість, напруження), когнітивні стани (зосередженість, розгубленість) [22, с.188].

Окрему групу становлять стресові стани, які виникають у відповідь на надмірні або тривалі навантаження та характеризуються напруженням фізіологічних і психологічних ресурсів організму. Стрес може мати як дезадаптивний характер, так і мобілізуючий ефект, залежно від індивідуальних особливостей особистості та умов ситуації.

У межах нашого дослідження особливу увагу хочемо приділити тим психічним станам, які подалі будуть досліджуватися у емпіричній частині роботи. Спочатку пропонуємо звернути свою увагу до такого психічного стану як – тривожність. Тривожність розглядається як психічний стан емоційного напруження, що виникає у ситуаціях очікування небезпеки або невизначеності. Вона проявляється у відчутті занепокоєння, внутрішнього дискомфорту, підвищеної напруги та схильності до негативних очікувань. Факторами виникнення тривожності можуть бути як зовнішні умови, так і внутрішні психологічні передумови. Тривожність впливає на поведінку, знижуючи впевненість у діях та ускладнюючи емоційну саморегуляцію[29].

Тривожність поділяється на ситуативну (реактивну) та особистісну, які відрізняються за походженням, тривалістю та функціональним значенням.

Ситуативна тривожність (State Anxiety) визначається як тимчасовий психічний стан, що виникає у відповідь на конкретну стресогенну або значущу

ситуацію. Вона характеризується суб'єктивним переживанням напруження, занепокоєння, внутрішньої невпевненості, підвищеної настороженості та емоційного дискомфорту. Рівень ситуативної тривожності є змінним і безпосередньо залежить від актуальних умов діяльності, таких як ситуації оцінювання, контроль знань, міжособистісні конфлікти або нові соціальні обставини[31].

У студентському середовищі ситуативна тривожність найчастіше актуалізується в періоди підвищеного навчального навантаження, складання іспитів, заліків, публічних виступів або прийняття відповідальних рішень. Помірний рівень ситуативної тривожності може виконувати мобілізуючу функцію, підвищуючи концентрацію уваги та готовність до діяльності. Водночас надмірно високий рівень цього стану призводить до дезорганізації поведінки, зниження ефективності діяльності, порушення саморегуляції та появи негативних емоційних реакцій[31].

Особистісна тривожність (Trait Anxiety) розглядається як відносно стійка індивідуально-психологічна характеристика, що відображає схильність особистості сприймати широкий спектр ситуацій як загрозливі та реагувати на них підвищеним рівнем тривожності. Вона формується в процесі онтогенезу під впливом індивідуального досвіду, особистісних рис, стилю виховання та соціального середовища[28].

Особи з високим рівнем особистісної тривожності мають підвищену чутливість до потенційних загроз, схильність до негативних очікувань, частіше переживають почуття напруження, невпевненості та внутрішнього дискомфорту навіть у відносно нейтральних або звичних ситуаціях. У студентському віці це може проявлятися у зниженій упевненості у власних можливостях, страху помилок, підвищеній залежності від зовнішньої оцінки та труднощах емоційної саморегуляції[28].

Тривожність як психічний стан тісно пов'язана з іншими формами емоційного напруження та може виступати чинником виникнення фрустрації, агресивності й ригідності. Тривале переживання тривоги знижує адаптаційні

можливості особистості, сприяє накопиченню внутрішнього напруження та формуванню неефективних способів емоційного реагування. У цьому контексті фрустрація, агресивність і ригідність розглядаються як взаємопов'язані психічні стани, що відображають особливості емоційної регуляції та поведінкових реакцій особистості[21].

Фрустрація у психології розглядається як специфічний психічний стан, що виникає внаслідок блокування або тривалого обмеження значущих потреб, мотивів чи цілей особистості. Фрустраційний стан супроводжується переживаннями роздратування, внутрішнього дискомфорту, безсилля, незадоволеності собою або обставинами, а також зниженням віри у власні можливості. За умов тривалої або повторюваної фрустрації відбувається порушення емоційної рівноваги, що може негативно позначатися на мотиваційній сфері та продуктивності діяльності[23].

У студентському віці фрустрація часто виникає в ситуаціях навчальних труднощів, невідповідності очікувань і результатів, високих вимог до успішності або соціального порівняння. Високий рівень фрустрації, за даними методики Айзенка, пов'язаний зі схильністю до дезорганізації поведінки, уникання складних завдань, формування захисних реакцій або зростання внутрішньої напруги. Водночас помірний рівень фрустрації може виконувати стимулюючу функцію, спонукаючи до пошуку нових способів досягнення мети[23].

Агресивність часто формується як реакція на фрустраційні ситуації, відчуття несправедливості, загрози самооцінці або порушення значущих меж особистості. У цьому контексті агресивний стан виконує функцію психологічного захисту, спрямованого на зниження внутрішнього напруження, однак за умов його хронізації може призводити до порушення міжособистісних стосунків та соціальної дезадаптації. Агресивність як психічний стан проявляється у підвищеній схильності до ворожих реакцій, гніву та дратівливості. Вона може мати як зовнішні, так і внутрішні прояви та часто виникає у відповідь на фрустраційні ситуації. Агресивний стан впливає на міжособистісну взаємодію та ускладнює емоційну регуляцію поведінки[22].

Для осіб з високими показниками агресивності характерними є труднощі емоційної саморегуляції, знижений контроль імпульсів, підвищена конфліктність та схильність до різких емоційних реакцій. У студентському середовищі це може проявлятися у напружених взаєминах з одногрупниками, викладачами або у формі внутрішнього емоційного напруження, що негативно впливає на навчальну діяльність[22].

Ригідність характеризується труднощами у зміні способів реагування, мислення та поведінки відповідно до нових умов. Вона проявляється у стійкості емоційних реакцій, інертності установок та зниженій гнучкості поведінки. Ригідні психічні стани можуть ускладнювати адаптацію та сприяти накопиченню емоційного напруження[15].

Особи з підвищеним рівнем ригідності зазвичай мають труднощі адаптації до нових вимог, нестандартних ситуацій або змін у соціальному середовищі. Такий психічний стан може супроводжуватися внутрішнім напруженням, тривогою та зниженням ефективності діяльності в умовах невизначеності. У студентському віці ригідність може проявлятися у труднощах пристосування до нових форм навчання, змін у навчальному процесі або необхідності швидкого прийняття рішень. Високі показники ригідності часто пов'язані з накопиченням емоційного напруження, зниженням толерантності до стресу та ускладненням процесів саморегуляції. Таким чином, ригідність як психічний стан є важливим показником адаптаційних можливостей особистості та рівня її психологічної гнучкості, що робить її значущою змінною у дослідженнях психічних станів студентів[16].

Отже, психічні стани є важливою формою організації психічної діяльності, що забезпечує регуляцію поведінки та адаптацію особистості до умов середовища. Аналіз підходів до їх розуміння та класифікації дозволяє розкрити специфіку таких станів, як тривожність, фрустрація, агресивність і ригідність, що мають істотне значення для подальшого дослідження їх взаємозв'язку з особистісними характеристиками.

1.3 Студентський вік як період інтенсивного психічного розвитку

Студентський вік є важливим етапом онтогенетичного розвитку людини, який зазвичай охоплює період пізньої юності та ранньої дорослості (приблизно від 17 – 18 до 22 – 25 років). Цей етап характеризується інтенсивними кількісними та якісними змінами в психіці, становленням особистісної зрілості та формуванням професійної ідентичності. Саме в студентському віці відбувається активний перехід від підліткової залежності до самостійного, відповідального життя.

Студент (від лат. *Studentis* – «той, що старанно працює») – це людина, що старанно опановує нові знання, вивчає науку [3, с.220].

Студентський (юнацький) вік характеризується активним формуванням і відносною стабілізацією особистісних рис, які визначають індивідуальний стиль поведінки, спілкування та емоційного реагування. На цьому етапі відбувається інтеграція психологічних якостей, сформованих у попередні вікові періоди, у більш цілісну структуру особистості. Під впливом нових соціальних ролей, навчальної та професійно орієнтованої діяльності закріплюються такі риси, як відповідальність, самостійність, наполегливість, цілеспрямованість, а також формується здатність до самоконтролю та планування майбутнього[14].

Вікова психологія підкреслює, що період, коли людина навчається у вищій, слугує етапом завершення початкового етапу соціалізації. Це час оволодіння новою соціальною функцією – "студента" – та вступу у самостійне, доросле життя, що, відповідно, зумовлює особливості психіки, притаманні цьому віку.

У цей час відбуваються трансформації у внутрішньому світі та самосвідомості індивіда, відбувається перебудова психічних функцій та рис особистості, а також зазнає змін емоційно-вольова сфера життєдіяльності. Це період бурхливого розумового зростання та становлення навчально-професійної активності. Вища школа відіграє ключову роль у розвитку психіки, формуванні особистісних рис та визначенні світоглядних орієнтирів людини.

Як наслідок, формується специфічний тип мислення, який закладає основу для майбутньої професійної та життєвої траєкторії особистості. Для ефективного здобуття вищої освіти потрібен достатньо розвинений загальний інтелект, особливо у сферах сприйняття, запам'ятовування, логічного мислення, концентрації уваги та оволодіння відповідними логічними прийомами [Помилка! Джерело посилання не знайдено.].

Однією з провідних особливостей юнацького віку, що реалізується у студентському середовищі, є формування особистісної ідентичності. У процесі осмислення власних можливостей, життєвих цінностей і перспектив майбутнього відбувається розвиток самоприйняття, рівня домагань, емоційної стабільності та впевненості у собі. Водночас нестабільність ідентичності може супроводжуватися внутрішніми суперечностями, підвищеною емоційною чутливістю та напруженням[6].

Важливим психологічним новоутворенням цього вікового етапу є розвиток самосвідомості та рефлексії. Здатність до самоаналізу сприяє усвідомленому регулюванню поведінки й емоційних реакцій, однак може підсилювати схильність до самокритики та переживання тривожних станів. У цьому контексті особистісні риси, пов'язані з емоційною регуляцією, самоконтролем і толерантністю до невизначеності, набувають особливої значущості[14, с.179].

Значних змін зазнає когнітивна сфера. У студентському віці досягає високого рівня розвитку абстрактне й логічне мислення, здатність до аналізу, синтезу та узагальнення. Висока пластичність центральної нервової системи, оптимальні показники пам'яті та уваги створюють сприятливі умови для інтенсивного навчання та професійного становлення [3, с.220 – 221]. Водночас поєднання високих когнітивних можливостей із значним навчальним навантаженням часто супроводжується підвищеним психоемоційним напруженням.

Емоційна сфера студентів у юнацькому віці характеризується підвищеною чутливістю та лабільністю, зумовленими новими соціальними ролями, інтенсивним спілкуванням і необхідністю адаптації до змінних умов. Поступово

формується здатність до емоційної регуляції, подолання стресових ситуацій і збереження психологічної рівноваги. Саме тому в студентському віці особливо яскраво проявляються різні психічні стани, інтенсивність яких значною мірою залежить від індивідуальних особистісних характеристик.

Соціальний розвиток у цей період пов'язаний із розширенням міжособистісних контактів, формуванням професійних і дружніх зв'язків, розвитком відповідальності та готовності до співпраці. Закладаються основи професійної самореалізації та життєвого шляху [Помилка! Джерело посилання не знайдено., с.224].

Розгляд проблеми стійкості до стресу у молоді студентських років має починатися з ідентифікації тих чинників, що провокують стрес у цих осіб. Основним аспектом життя здобувача освіти є навчання, і саме з ним пов'язано значну кількість стресових подразників. Навчальний стрес визначається як стан, для якого характерне зростання напруги в організмі, що супроводжується зниженням інтелектуальних та емоційних ресурсів, і зрештою веде до розладів психосоматичного характеру» [Помилка! Джерело посилання не знайдено., с. 92].

«Найяскравіше навчальний стрес проявляється у формі стресу під час іспитів, що є типом психічного напруження, яке нерідко спричиняє розвиток екзаменаційного неврозу» [Помилка! Джерело посилання не знайдено., с. 98].

Особливо значущими стресовими для студентів є моменти оцінювання та контролю через специфічний вплив, який вони мають. Серед несприятливих умов, що тиснуть на студента, виділяють: «інтенсивне розумове навантаження; зростання обсягу завдань за умов обмеженої фізичної активності; порушення усталеного життєвого ритму; сильні емоційні переживання та посилена мобілізація вольових функцій» [Помилка! Джерело посилання не знайдено., с. 67].

Ми вважаємо, що стрес, який охоплює студентів під час сесії, є найвищим ступенем навчального стресу, який накопичується протягом усієї освітньої діяльності та виявляється у різноманітних формах психічної активності. Війна,

що триває у країні, сприяє загальному посиленню стресових станів. Для молоді студентського віку воєнний стан призводить до знецінення важливості освітнього процесу, професійної підготовки тощо, відповідно, зростає потреба у психологічній службі для забезпечення безперервної, своєчасної та методичної підтримки. В умовах війни неможливо уникнути стресових впливів, які неминуче позначатимуться на ментальному та духовному стані студентів.

Зокрема, В. Крайнюк наголошує, що «здатність протистояти стресу у студентському віці досяжна завдяки застосуванню технік психологічного тренування, які включають вправи, спрямовані на саморегуляцію стану студента, активізацію його психічних функцій, формування мотивації для розвитку певних аспектів психіки та ін.» [Помилка! Джерело посилання не знайдено.].

За оцінкою Г. Ришко, «до ефективних методів формування стресостійкості належить вибір адекватної копінг-стратегії та зменшення рівня вираженості тривожності» [Помилка! Джерело посилання не знайдено., с.156].

Г. Мигаль та О. Протасенко пропонують диференціювати вектори емпіричного дослідження стресостійкості відповідно до її джерела, розглядаючи її як «спадкову схильність організму людини протистояти впливам негативних чинників, а також як навичку, що формується протягом життєвого досвіду».

Отже, студентський (юнацький) вік є етапом інтенсивного психічного розвитку, упродовж якого відбувається становлення самосвідомості, стабілізація особистісних рис і активний прояв психічних станів.

1.4. Взаємозв'язок особистісних рис та психічних станів

Особистісні риси та психічні стани є взаємопов'язаними складовими структури особистості, які спільно визначають особливості поведінки та діяльності людини. Хоча ці психологічні феномени відрізняються за ступенем стійкості та тривалості, між ними існує тісний і двосторонній зв'язок, що проявляється у повсякденному житті та в процесі професійної й навчальної діяльності. Особистісні риси виступають відносно стабільною основою, яка

зумовлює схильність людини до переживання певних психічних станів. Наприклад, особи з високим рівнем тривожності частіше перебувають у стані емоційного напруження, невпевненості чи страху, тоді як люди з вираженою емоційною стабільністю зазвичай зберігають спокій навіть у складних ситуаціях. Таким чином, особистісні риси визначають індивідуальний стиль реагування на зовнішні впливи та життєві труднощі[32].

У сучасній психологічній науці утвердилася позиція, згідно з якою між особистісними рисами та психічними станами існує стійкий і закономірний взаємозв'язок. Особистісні риси, як відносно стабільні індивідуально-психологічні характеристики, визначають схильність особистості до переживання певних психічних станів, а також специфіку їх інтенсивності, тривалості та способів регуляції. Водночас психічні стани виступають формою актуалізації особистісних властивостей у конкретних ситуаціях діяльності, зокрема в умовах навчального навантаження та соціальної взаємодії студентів[35].

Г.З. Кочан, Т. Кавчич, А. Авсец (G.Z. Kosjan, T. Kavčič, & A. Avsec)[**Помилка! Джерело посилання не знайдено.**], проводячи власне дослідження, ідентифікували п'ять головних індивідуальних рис: екстраверсію, нейротизм, добросумлінність, приємність та відкритість до нового досвіду. Екстраверсія полягає у схильності до позитивних афектів, активної соціальної взаємодії та акценту на зовнішніх стимулах. Особи, схильні до екстраверсії, як правило, позитивно дивляться на життя та спроможні активно залучати підтримку ззовні [**Помилка! Джерело посилання не знайдено.**].

Висока екстраверсія має позитивний корелят із загальним добробутом та успішною адаптацією до стресу, оскільки екстраверти часто мають ширшу соціальну мережу підтримки, що полегшує їм долати напружені ситуації [**Помилка! Джерело посилання не знайдено.**].

Нейротизм проявляється як схильність до негативних емоцій, зокрема тривоги, депресії та браку впевненості у власних силах. Люди з високим рівнем

нейротизму схильні до емоційної лабільності та переживають стресові моменти з підвищеною інтенсивністю [Помилка! Джерело посилання не знайдено.].

Цю думку підтримує і Ю. Тептюк, наголошуючи на важливому кореляційному зв'язку між тривожністю та здатністю протистояти стресу. Зокрема, особи, для яких тривожність є стабільною рисою, значно більш схильні до стресу порівняно з тими, у кого вона виникає лише у загрозованих обставинах. У високотривожних людей діяльність у стресових умовах супроводжується вираженою нервовою та психічною напругою. Це зумовлено їхньою надмірною вимогливістю до себе, що спричиняє зсув у сфері мотивації. У такому стані індивід, замість того, щоб активно розв'язувати завдання, концентрується на оцінці результативності власної діяльності, часто завищуючи значущість помилок та відповідальність за них [Помилка! Джерело посилання не знайдено., с. 45].

Тривожність стає особливо помітною у стресових умовах, пов'язаних зі страхом відкинення соціумом або необхідністю самостійного прийняття рішень. При цьому, вплив тривоги на стресостійкість залежить від її сили. Помірна або низька тривожність сприяє підвищенню стресостійкості, тоді як надмірний рівень тривоги обмежує можливості ефективного управління стресом. З цієї причини низький рівень особистісної тривожності визнається однією з фундаментальних психологічних передумов розвитку стресостійкості [Помилка! Джерело посилання не знайдено., с. 45].

Добросумлінність (сумлінність) характеризується організованістю, відчуттям відповідальності та прагненням до досягнення високих стандартів у професійній та життєвій сферах. Особи з високою добросумлінністю зазвичай демонструють більшу планомірність та дисциплінованість. Ці якості сприяють кращій саморегуляції та підвищують ефективність у вирішенні проблем. Це, відповідно, дозволяє зменшити відчуття напруги та впоратися зі складними ситуаціями через чітке планування та організацію дій. Вона допомагає підтримувати емоційну рівновагу навіть у стресових обставинах [Помилка! Джерело посилання не знайдено.].

Ю. Тептюк також погоджується з цим твердженням, зауважуючи, що контроль, як прояв сумлінності, відіграє істотну роль у формуванні здатності протистояти стресовим факторам. Значущість контролю для конкретної особистості є вирішальним моментом. Нemoжливiсть контролювати стресогенну ситуацію посилює її негативний вплив, підвищуючи рівень дистресу. Це особливо помітно в індивідів, які схильні брати на себе відповідальність за події у своєму житті [Помилка! Джерело посилання не знайдено., с. 46].

Внутрішній контроль (локус контролю) зазвичай корелює з вищою відповідальністю, активною соціальною позицією, емоційною стабільністю, когнітивною активністю та усвідомленням перспектив свого розвитку. Це робить його вагомим складником стресостійкості. Стилi мислення також суттєво впливають на здатність долати стрес. Песимiзм, хоча й може стимулювати завчасну підготовку до можливих негараздів, здатний знижувати мотивацію до активного пошуку рішень. Натомість оптимістичний настрій активізує мотиваційні процеси, сприяє зниженню рівня тривоги та підвищує спроможність знаходити конструктивні виходи із складних обставин. Таким чином, здатність індивіда контролювати обставини, його схильність до оптимістичного мислення та вміння зменшувати тривожність взаємопов'язані з розвитком стресостійкості. Це вказує на необхідність розвитку зазначених якостей для посилення адаптаційного потенціалу [Помилка! Джерело посилання не знайдено., с. 46].

Приємність (доброзичливість) охоплює такі якості, як альтруїзм, емпатія та бажання простягнути допомогу іншим. Особи з високим рівнем приємності часто підтримують тісні соціальні зв'язки та прагнуть сприяти благополуччю свого оточення. Приємність може слугувати чинником зниження стресу завдяки соціальній підтримці, яку отримує індивід. Особи з високим розвитком цієї риси зазвичай мають гарні стосунки з оточуючими, що допомагає їм швидше адаптуватися до стресових ситуацій. Проте, у випадках надмірної орієнтації на інших, може настати емоційне виснаження [Помилка! Джерело посилання не знайдено.].

Відкритість до нового досвіду характеризується зацікавленістю до свіжих ідей, креативних підходів та гнучкістю мислення. Люди з високим рівнем відкритості часто є допитливими, готові до змін та схильні до експериментування. Відкритість сприяє кращій адаптації до трансформацій та нових умов. Особи з високим ступенем відкритості з більшою легкістю сприймають нові виклики, що дозволяє їм ефективніше долати напружені ситуації **[Помилка! Джерело посилання не знайдено.]**.

На думку С. Кравчук, найбільший вплив на стійкість до стресу чинять такі аспекти: здатність інтерпретувати життєві події як виклики, спрямованість на особистісне зростання, активність у соціальній сфері, володіння контролем над ситуацією, схильність до прощення та особиста продуктивність. Ці елементи допомагають людині підтримувати емоційну стабільність та ефективно долати перешкоди, що підвищує її здатність адаптуватися до стресових умов **[Помилка! Джерело посилання не знайдено.]**.

Таким чином, резильєнтні, або стійкі до стресу, особистості відзначаються меншою імпульсивністю, кращою когнітивною структурою, вищою витривалістю, а також високим ступенем домінування, товариськості, турботливості та експресивності. Особливо виділяються такі риси, як експресивність, імпульсивність та розуміння, які найчіткіше розмежовують резильєнтних людей від інших. Резильєнтна особа часто прагне бути в центрі уваги, отримує задоволення від демонстрації своїх можливостей, є раціональною, допитливою та врівноваженою. Такі люди не схильні до поспішних кроків, мають інтерес до пізнання та здатність до глибинного аналізу обставин.

Ці висновки узгоджуються з дослідженням А. Нараянан (A. Narayanan) 2008 року, яке виявило позитивний зв'язок між резильєнтністю та екстраверсією. Резильєнтність також корелює з витривалістю: такі особи готові до тривалої роботи, демонструють наполегливість і терпіння навіть у найскладніших умовах. Вони не здаються перед труднощами та мають усталені робочі звички. Ця риса простежується ще в підлітковому віці, коли резильєнтні підлітки демонструють

більш здорові навчальні звички та приділяють більше часу навчанню. Люди з високою резильєнтністю краще усвідомлюють доступні ресурси для розв'язання проблем і володіють аналітичним мисленням, що дає їм змогу ефективніше адаптуватися до життєвих викликів. Вони здатні до реалістичної оцінки ситуацій, що веде до знаходження дієвих рішень. Резильєнтність, як динамічна характеристика, може зазнавати змін залежно від зовнішніх обставин, з часом її розвиток впливає на формування інших пов'язаних з нею рис особистості [Помилка! Джерело посилання не знайдено.].

В. Іванцанич у своїх працях наголошує на проявах стресостійкості через толерантність, терпимість, витривалість та милосердя [Помилка! Джерело посилання не знайдено.].

Таким чином, наведені дані демонструють глибоку взаємозалежність між особистісними рисами та психічними станами, підкреслюючи, як стабільні індивідуальні характеристики формують схильність до певних емоційних реакцій та поведінкових моделей. Системне дослідження особистісної структури, зокрема в контексті моделі "Великої п'ятірки" (екстраверсія, нейротизм, добросумлінність, приємність, відкритість до нового досвіду), показує, як кожна риса індивідуально впливає на адаптаційні механізми та стресостійкість. Наприклад, високий рівень екстраверсії та добросумлінності корелює з ефективним подоланням стресу та позитивною адаптацією [4], тоді як підвищений нейротизм може зумовлювати значну емоційну лабільність та інтенсивність переживання стресових ситуацій

Висновки до 1 розділу

У першому розділі дипломної роботи нами було здійснено теоретичний аналіз проблеми взаємозв'язку особистісних рис та психічних станів студентів у межах сучасних психологічних підходів. Проведений огляд наукових джерел дозволив систематизувати основні теоретичні положення щодо сутності, структури та функціонування особистісних характеристик і психічних станів у юнацькому віці.

У процесі аналізу встановлено, що в психологічній науці вони розглядаються як відносно стійкі, багаторівневі та системно організовані властивості особистості, які визначають індивідуальний стиль поведінки, мислення та емоційного реагування. Диспозиційний, структурно-ієрархічний і системний підходи доповнюють один одного, дозволяючи комплексно пояснити природу особистісних рис. Особливу теоретичну цінність для дослідження студентської молоді має п'ятифакторна модель особистості, яка дає змогу емпірично вивчати такі риси, як екстраверсія, невротизм, сумлінність, доброзичливість та відкритість новому досвіду.

Аналіз наукових підходів до розуміння психічних станів показав, що вони займають проміжне положення між психічними процесами та властивостями особистості, відображаючи цілісний рівень психічної активності людини у певний часовий період. Психічні стани виконують важливі регулятивні та адаптаційні функції, впливаючи на ефективність діяльності, поведінкові реакції та емоційне самопочуття особистості. У межах дослідження особливу увагу було приділено таким психічним станам, як тривожність, фрустрація, агресивність і ригідність, які є поширеними у студентському середовищі та мають значний вплив на процеси навчальної адаптації.

Розгляд студентського віку як періоду інтенсивного психічного розвитку дозволив обґрунтувати доцільність вибору студентської молоді як об'єкта дослідження. Саме в цей віковий період відбувається стабілізація особистісних рис, формування самосвідомості та професійної ідентичності, водночас спостерігається висока варіативність психічних станів, зумовлена навчальним навантаженням, соціальними вимогами та необхідністю самостійного прийняття рішень.

Отже, результати теоретичного аналізу підтверджують доцільність подальшого емпіричного дослідження взаємозв'язку особистісних рис та психічних станів студентів.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНИХ РИС ТА ПСИХІЧНИХ СТАНІВ СТУДЕНТІВ

2.1. Організація та методи дослідження

Для дослідження було задіяно 50 студентів Київського Національного економічного університету імені Вадима Гетьмана серед майбутніх економістів спеціальності «Економіка підприємства». Віковий діапазон учасників становив 18-23 роки, з середнім віком 20.3 роки, що відповідає періоду інтенсивного особистісного розвитку, коли ціннісні орієнтації зазнають значних трансформацій під впливом освітнього середовища та соціальних факторів. Методи дослідження включали такі:

- Big Five / 5PFQ (в українській адаптації Л. Ф. Бурлачука та Д. К. Корольова);
- 16-факторний опитувальник особистості Р. Кеттела (16PF) (адаптовано О. М. Цільмак);
- методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка (адаптація М. К. Тутушкіною);
- "Шкала тривоги Гамільтона (НАМ-А)" (адаптовано О.С. Чабан).

Методика "Big Five", або П'ятифакторна модель особистості, є однією з найвпливовіших і широко застосовуваних у сучасній психології. Ця модель структурує особистість за п'ятьма основними вимірами, кожен з яких охоплює широкий спектр індивідуальних відмінностей. Кожен фактор представлений біполярною шкалою, що дозволяє розмістити індивіда в континуумі між двома протилежними полюсами [16].

Перша шкала, Екстраверсія-Інтроверсія, оцінює ступінь товариськості, активності та емоційної виразності індивіда. Сторона екстраверсії характеризується пошуком стимуляції, відкритістю до зовнішнього світу, енергійністю та наполегливістю. На протилежному полюсі знаходиться інтроверсія, що передбачає перевагу внутрішнього світу, спокій, стриманість та прихованість.

Другий вимір – Прив'язаність (Доброзичливість) – відображає ступінь альтруїзму, довіри, щирості та співчуття. Високі показники за цією шкалою вказують на схильність до співпраці, емпатії та допомоги іншим, тоді як низькі показники можуть свідчити про егоцентризм, конкурентність та недовірливість.

Шкала Самоконтролю (Сумлінність) оцінює організованість, відповідальність, дисциплінованість та спрямованість на досягнення. Люди з високими показниками за цим фактором, як правило, цілеспрямовані, вміють планувати та дотримуватися правил, тоді як низькі показники можуть свідчити про спонтанність, недбалість та розсіяність.

Четвертий вимір – Нейротизм (Емоційна нестабільність – Стабільність) – відображає рівень емоційної стійкості індивіда та його схильність до переживання негативних емоцій. Високі показники за цією шкалою притаманні людям із підвищеною тривожністю, вразливістю до стресу, схильністю до різких змін настрою та самокритики. Протилежний полюс – емоційна стабільність – характеризується врівноваженістю, спокоєм, високою адаптивністю до стресових чинників та здатністю зберігати самовладання у складних ситуаціях.

П'ята шкала – Відкритість до досвіду (Культура, Інтелект) – визначає ступінь інтелектуальної допитливості, креативності та готовності до сприйняття нового. Високий рівень за цим фактором свідчить про розвинену уяву, естетичну чутливість, гнучкість мислення та прагнення до різноманітності. Натомість низькі показники вказують на прагматизм, консерватизм, віддання переваги звичним і перевіреним шаблонам поведінки, а також на звужене коло інтересів.

16-факторний опитувальник особистості Р. Кеттелла (16PF). З метою визначення індивідуальних особливостей застосовувалося тестування учасників за допомогою багатофакторного опитувальника особистості Р. Кетелла (16 PF) [Помилка! Джерело посилання не знайдено., с. 67-78; 17].

Цей інструмент вважається одним із найбільш валідних та загальновизнаних засобів для детального дослідження архітекtonіки особистості. Його сильна сторона – це багатовимірність, оскільки тест охоплює

16 первинних та 4 додаткові шкали, що дає змогу сформувати усебічний профіль особистості.

Його застосовували для встановлення індивідуальних характеристик осіб різного віку, а також для фіксації трансформацій в особистісному розрізі респондентів після проходження курсу групових навчань із залученням арттерапевтичних технік.

Особлива увага приділялася таким параметрам, як схильність до рефлексії, здатність до саморегуляції, рівень емоційної стійкості та відкритість до нового досвіду (що відображено у факторах С, О, Q3, А, М). У науковій літературі підкреслюється доцільність застосування 16PF для вимірювання динаміки особистісного профілю та аспектів самоусвідомлення як надійного методу вивчення змін у рисах та загальних складових особистості.

Методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка. Методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка — це експрес-опитувальник (40 тверджень), спрямований на діагностику чотирьох неадаптивних станів та особистісних якостей: тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. Тест дозволяє виявити рівень емоційної напруженості та здатності особистості адаптуватися до труднощів. Структура - 40 питань, розбитих на 4 шкали по 10 тверджень у кожній [18].

"Шкала тривоги Гамільтона (НАМ-А)" .

Цей інструмент є клінічною системою оцінювання, розробленою задля визначення інтенсивності тривожних станів у осіб, незалежно від того, чи це діти, підлітки, чи дорослі. Він охоплює загалом чотирнадцять позицій. Тринадцять із них фокусуються на тому, як тривога проявляється у звичайних життєвих ситуаціях, тоді як чотирнадцята стосується тривожності, зафіксованої безпосередньо під час інтерв'ювання чи клінічного обстеження респондента фахівцем. Оцінці підлягають як суб'єктивні, психічні аспекти тривоги, так і об'єктивні, соматичні (тілесні) її вияви [19].

Можливість обрати одну з 45 заздалегідь визначених відповідей суттєво спрощує як процес підрахунку, так і подальшу інтерпретацію зібраних

відомостей. Виконання тесту займає приблизно 10 хвилин. Щоб отримати інтегральний показник, що відображає ступінь ураження тривожним розладом, необхідно сумувати бали, набрані за усіма пунктами опитувальника. Окремо, перші шість пунктів можуть бути проаналізовані для визначення виключно психічних проявів тривоги, а решта вісім – для оцінки її соматичного компонента.

Кожен пункт шкали оцінюється за континуумом від 0 до 4, де нуль означає повну відсутність ознаки, а чотири – максимальну її вираженість.

Загальна сума балів розподіляється таким чином:

- 17 балів і нижче свідчать про відсутність тривожності;
- показники в діапазоні 18–24 балів вказують на тривожний розлад слабкої вираженості;
- а 25 балів і вище класифікуються як помітний або виражений тривожний розлад.

2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів

Для дослідження особистісних особливостей респондентів ми використали особистісний опитувальник "Велика п'ятірка" (5PFQ) (Додаток А). Отримані результати за методикою представлені в табл. 2.1

Таблиця 2.1.

Кількісні результати за методикою Велика п'ятірка

<i>Шкала інтроверсії-екстраверсії</i>		
	Інтроверсія	Екстраверсія
Респондентів	19	31
Загально, %	38%	62%
<i>Шкала прив'язаності-відособленості</i>		
	Прив'язаність	Відособленість
Респондентів	37	13
Загалом, %	74	26

<i>Шкала самоконтроля-імпульсивності</i>		
	Самоконтроль	Імпульсивність
Респондентів	40	10
Загалом	80	20
<i>Шкала емоційної стійкості - емоційної нестійкості</i>		
	Емоційна стійкість	Емоційна нестійкість
Респондентів	42	8
Загалом	84	16
<i>Шкала експресивності – практичності</i>		
	Експресивність	Практичність
Респондентів	46	4
Загалом	92	8

1. Екстраверсія – Інтроверсія. Цей показник виявився найбільш збалансованим у групі, хоча й з помітною перевагою екстравертів (62% проти 38%). Більшість респондентів є товариськими та активними. Проте третина групи (38%) орієнтована на внутрішній світ, що забезпечує баланс між виконавцями-одинаками та командними гравцями.

2. Прив'язаність – Відособленість. 74% групи орієнтовані на співпрацю, довіру, прояв емпатії та підтримку оточуючих. Відособленість, конкурентність та егоцентризм характерні для 26% респондентів. Це свідчить про те, що колектив КНЕУ переважно налаштований на командну роботу, підтримку та гармонійні стосунки.

3. Самоконтроль – Імпульсивність. 80% опитаних схильні до планування, самодисципліни та відповідальності. Вони орієнтовані на досягнення цілей. Імпульсивна поведінка та хаотичність притаманні лише кожному п'ятому респонденту (20%). Для майбутніх економістів це критично важлива риса, що означає відповідальність, здатність планувати свою діяльність та дотримуватися правил і дедлайнів.

4. Емоційна стійкість – Нестійкість. Показник становить 84%. Переважна більшість респондентів демонструє низький рівень тривожності. Вони здатні зберігати спокій у стресових ситуаціях і мають високий рівень психічного здоров'я. На емоційну нестійкість (нейротизм) страждають лише 16% вибірки.

5. Експресивність – Практичність. У вибірці домінує експресивність (60%), що є найвищим показником серед усіх шкал. Це свідчить про високу чутливість, розвинену уяву та емоційне сприйняття світу. Низький показник суто «прагматичної» практичності (6%) каже про те, що студенти КНЕУ – це творчі економісти, які відкриті до нових ідей та нестандартних рішень.

Досліджувана група студентів КНЕУ представляє собою високопродуктивний, емоційно стабільний та соціально згуртований колектив. Поєднання системного самоконтролю з творчим сприйняттям світу (експресивністю) робить їх перспективними фахівцями, здатними генерувати креативні економічні ідеї та чітко реалізовувати їх на практиці в командному середовищі.

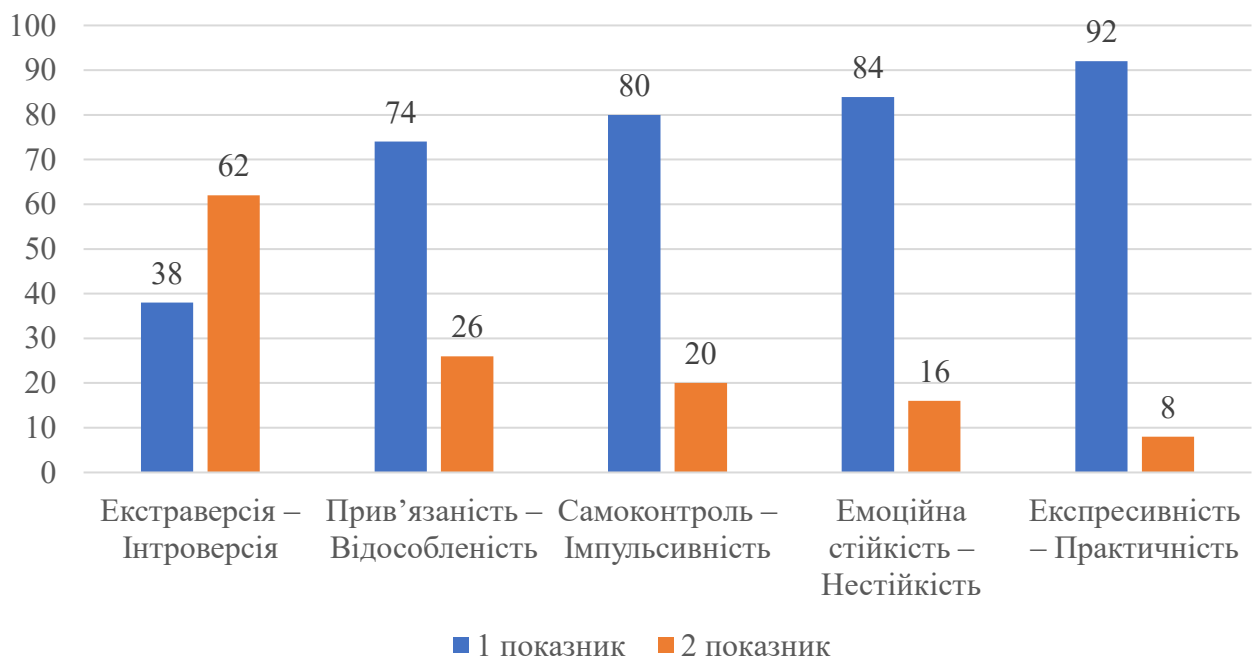


Рис. 2.1 - Особистісні риси за методикою Велика п'ятірка

Дані свідчать про домінуючі особистісні риси, що потребують детального осмислення. Високий показник за шкалою "Прив'язаність – Відособленість"

(74%) вказує на тенденцію до формування тісних міжособистісних зв'язків, високу потребу у соціальній підтримці та схильність до співпраці.

На противагу цьому, низький бал за шкалою "Екстраверсія – Інтроверсія" (38%) свідчить про помірну інтроверсію. Особа, ймовірно, віддає перевагу спокійним видам діяльності, потребує часу для відновлення соціальної енергії та може проявляти стриманість у нових соціальних ситуаціях.

Високі бали за шкалами "Самоконтроль – Імпульсивність" (80%), "Емоційна стійкість – Нестійкість" (84) та "Експресивність – Практичність" (92%) підкреслюють розвинений рівень самодисципліни, відповідальності, емоційної стабільності та раціонального підходу до вирішення завдань. Це забезпечує високу продуктивність та надійність у виконанні професійних обов'язків.

Для визначення параметрів комунікативної, емоційної та інтелектуальної компетентності був використаний 16-факторний опитувальник Р. Кеттелла, досліджувалися результати трьох основних блоків:

Комунікативний блок:

A - відкритість, замкнутість

F - ставлення до людей

H - сміливість

N - динамічність

C - емоційна стійкість - ступінь тривожності - наявність внутрішніх напруг
- рівень розвитку самоконтролю

G - ступінь соціальної нормованості та організованості.

B – загальний рівень інтелекту

M - рівень розвитку уяви

Q1 – сприйнятливості до нового

Для моделювання результатів тестування 50 респондентів-економістів за 16-факторним особистісним опитувальником Р. Кеттелла (форма 16-ФО-187-А) в (Додаток Б) наведено готову матрицю первинних даних.

Оскільки економістам професійно притаманні висока дисциплінованість, аналітичний склад розуму та прагматизм, у цій вибірці змодельовано помірно підвищені показники за факторами В (інтелект), G (нормативність поведінки/сумлінність), Q₃ (самоконтроль) та збалансовані показники емоційної стабільності С. Усі значення наведені у стандартних балах – стенах (від 1 до 10), отриманих шляхом переведення сирих балів за допомогою таблиці стандартизації.

- Фактор В (Інтелект). Переважають оцінки 7-9 стенів, що свідчить про високий рівень абстрактного та логічного мислення у вибірці.
- Фактор G (Нормативність поведінки) та Q₃ (Самоконтроль). Стійкі високі показники (7–9 стенів) відображають обов'язковість, точність, вміння діяти за регламентом та інструкціями.
- Фактор F (Експресивність). Зміщений у бік низьких значень (3-5 стенів), що демонструє серйозність, розважливість та обережність у прийнятті фінансових рішень.

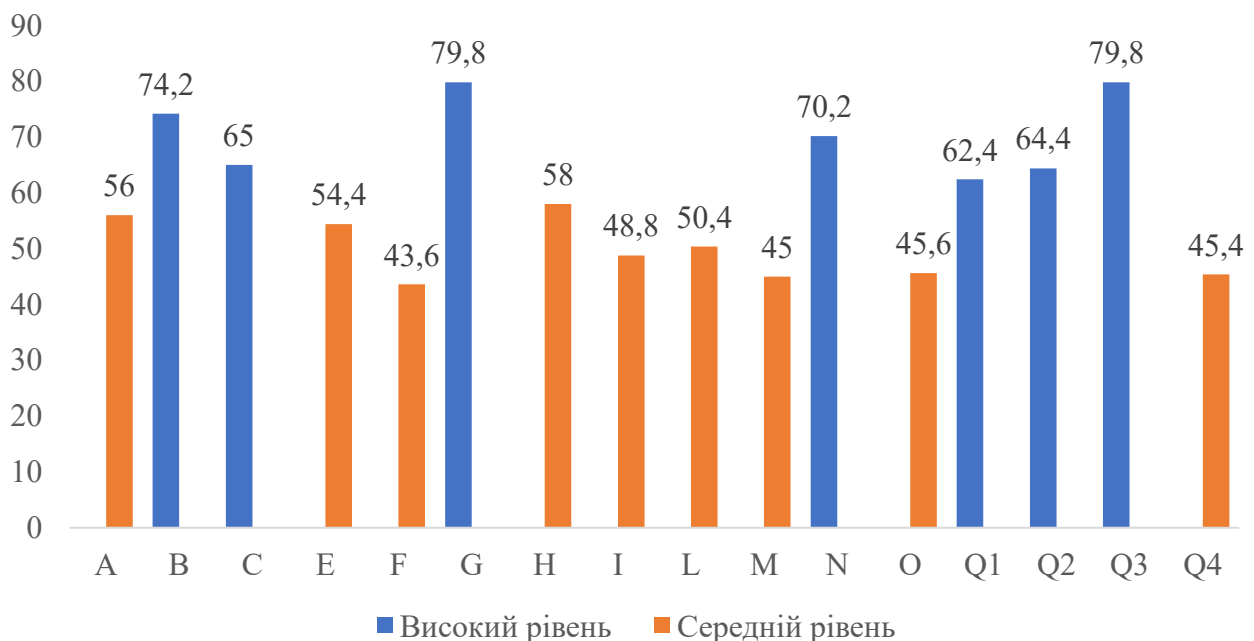


Рис. 2.2 – Усереднений профіль особистісних факторів економістів (%)

Таким чином, розглянемо всі фактори окремо.

Фактор А: Товариськість (Середній рівень – 5.6 стенів / 56%). Економісти демонструють помірну, збалансовану товариськість. Вони не є надмірно

експресивними чи замкнутими, що дозволяє їм ефективно працювати як у команді, так і самотійно з великими обсягами фінансових документів.

Фактор В: Інтелект (Високий рівень – 7.4 стенів / 74.2%). Професійно виражений високий рівень. Свідчить про розвинене абстрактне, логічне та аналітичне мислення. Економісти здатні швидко оперувати числовими масивами, бачити причинно-наслідкові зв'язки та будувати складні фінансові прогнози.

Фактор С: Емоційна стабільність (Високий рівень – 6.5 стенів / 65%). Тенденція до високої емоційної зрілості та стресостійкості. Дозволяє фахівцям зберігати спокій під час дедлайнів, здачі звітів чи фінансових аудитів. Вони прагматично реагують на професійні виклики.

Фактор Е: Домінантність (Середній рівень – 5.4 стенів / 54.4%). Відображає адаптивну поведінку: здатність відстоювати власну думку та розрахунки перед керівництвом, але при цьому конструктивно взаємодіяти з колегами без проявів зайвої агресії чи конформізму.

Фактор F: Експресивність (Середній рівень – 4.3 стенів / 43.6%). Професійно зумовлена стриманість, серйозність та обережність. Економісти схильні діяти за принципом «сім разів відміряй, один раз відріж», уникаючи імпульсивних рішень та необдуманих фінансових ризиків.

Фактор G: Нормативність поведінки (Високий рівень – 7,9 стенів / 79,8%). Один із ключових факторів професії. Свідчить про високу відповідальність, обов'язковість, сумлінність та жорстке дотримання законодавчих вимог, фінансових інструкцій і регламентів.

Фактор Н: Сміливість (Середній рівень – 5.8 стенів / 58.0%). Помірна соціальна сміливість. Професіонали впевнено почуваються на ділових зустрічах і презентаціях, проте уникають невиправданого авантюризму у фінансовій діяльності.

Фактор І: Чутливість (Середній – 4.8 стенів / 48,8%). Переважання утилітарності, реалізму та об'єктивності над емоціями. У прийнятті рішень

економісти спираються на сухі цифри та фінансову доцільність, а не на інтуїцію чи емпатію.

Фактор L: Підозрілість (Середній рівень – 5.0 стенів / 50.4%). Збалансований рівень здорового професійного скептицизму. Забезпечує належну уважність під час перевірки контрагентів та первинної документації без переростання у тотальну недовіру.

Фактор M: Мрійливість (Середній рівень – 4.5 стенів / 45%). Яскраво виражений практицизм і заземленість. Орієнтація на реальні факти, поточні завдання та конкретні вимірювані результати, що є критично важливим для ведення точного обліку.

Фактор N: Проникливість (Високий рівень – 7.0 стенів / 70,2%). Свідчить про дипломатичність, раціональний підхід до спілкування, вміння прораховувати поведінку колег і партнерів та приховувати внутрішню фінансову кухню компанії.

Фактор O: Схильність до провини (Низький рівень – 4.5 стенів / 45.6%). Впевненість у власних силах і професійній компетенції. Економісти не схильні до надмірної самокритики та тривожності, що дозволяє їм впевнено підписувати фінансові документи.

Фактор Q₁: Радикалізм (Середній рівень – 6.2 стенів / 62.4%). Здорова гнучкість: готовність до впровадження нових аналітичних програм (наприклад, автоматизації обліку за допомогою штучного інтелекту), але з повагою до перевірених класичних підходів.

Фактор Q₂: Самодостатність (Високий рівень – 6.2 стенів / 62,4%). Схильність покладатися на власну думку та власні аналітичні розрахунки, здатність тривалий час ефективно працювати в автономному режимі.

Фактор Q₃: Самоконтроль (Високий рівень – 7,9 стенів / 79,8%). Максимально виражений фактор разом із нормативністю (G). Демонструє високу самодисципліну, точність, здатність концентруватися на деталях та доводити монотонну роботу до бездоганного фіналу.

Фактор Q₄: Напруженість (Низький рівень – 4.5 стенів / 45.4%). Свідчить про низький рівень поточної фрустрації та розслабленість, що є наслідком високого самоконтролю та чіткої організації своєї праці.

Отримані результати свідчать про формування у представників професії "економіст" комплексу особистісних рис, оптимально відповідаючих вимогам сучасної фінансової діяльності. Високі показники інтелекту (Фактор В - 7.4), емоційної стабільності (Фактор С - 6.5), нормативності поведінки (Фактор G - 7.9) та самоконтролю (Фактор Q₃ - 7.9) формують основу для ефективного виконання завдань, пов'язаних з аналізом, прогнозуванням та забезпеченням фінансової безпеки.

Завдяки розвиненому логічному та аналітичному мисленню (Фактор В), економісти здатні оперувати значними обсягами інформації, виявляти причинно-наслідкові зв'язки та будувати складні фінансові моделі. Емоційна стійкість та стресостійкість (Фактор С) дозволяють зберігати продуктивність у стресових ситуаціях, таких як інтенсивні дедлайни або складні аудити. Високі ж показники нормативності (Фактор G) та самоконтролю (Фактор Q₃) підкреслюють прихильність до суворого дотримання законодавчих норм, фінансових інструкцій та етичних стандартів, що є критично важливим для забезпечення прозорості та відповідальності у фінансовій сфері.

Збалансовані показники товариськості (Фактор А - 5.6), домінантності (Фактор Е - 5.4), сміливості (Фактор Н - 5.8) та підозрілості (Фактор L - 5.0) свідчать про здатність економістів ефективно співпрацювати з колегами та партнерами, відстоювати професійну позицію, зберігаючи при цьому конструктивний підхід та здоровий рівень професійного скептицизму. Низькі показники схильності до провини (Фактор О - 4.5) та напруженості (Фактор Q₄ - 4.5) доповнюють портрет впевненого у своїх діях фахівця, здатного приймати відповідальні рішення.

Методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка.

Таблиця 2.2

Результати методики «Самооцінка психічних станів»

Категорія	Низький		Середній		Високий	
	%	Осіб	%	Осіб	%	Осіб
Тривожність	40	20	40	20	20	10
Фрустрація	46	23	40	20	14	7
Агресивність	42	21	50	25	8	4
Ригідність	46	23	48	24	6	3

На основі результатів методики Г. Айзенка «Самооцінка психічних станів» для досліджуваної групи (50 осіб) можна зробити такі висновки. Більшість студентів демонструють психологічну стійкість та адаптивність. Переважання низьких та середніх показників за всіма шкалами свідчить про сприятливий емоційний клімат та здатність респондентів ефективно долати труднощі.

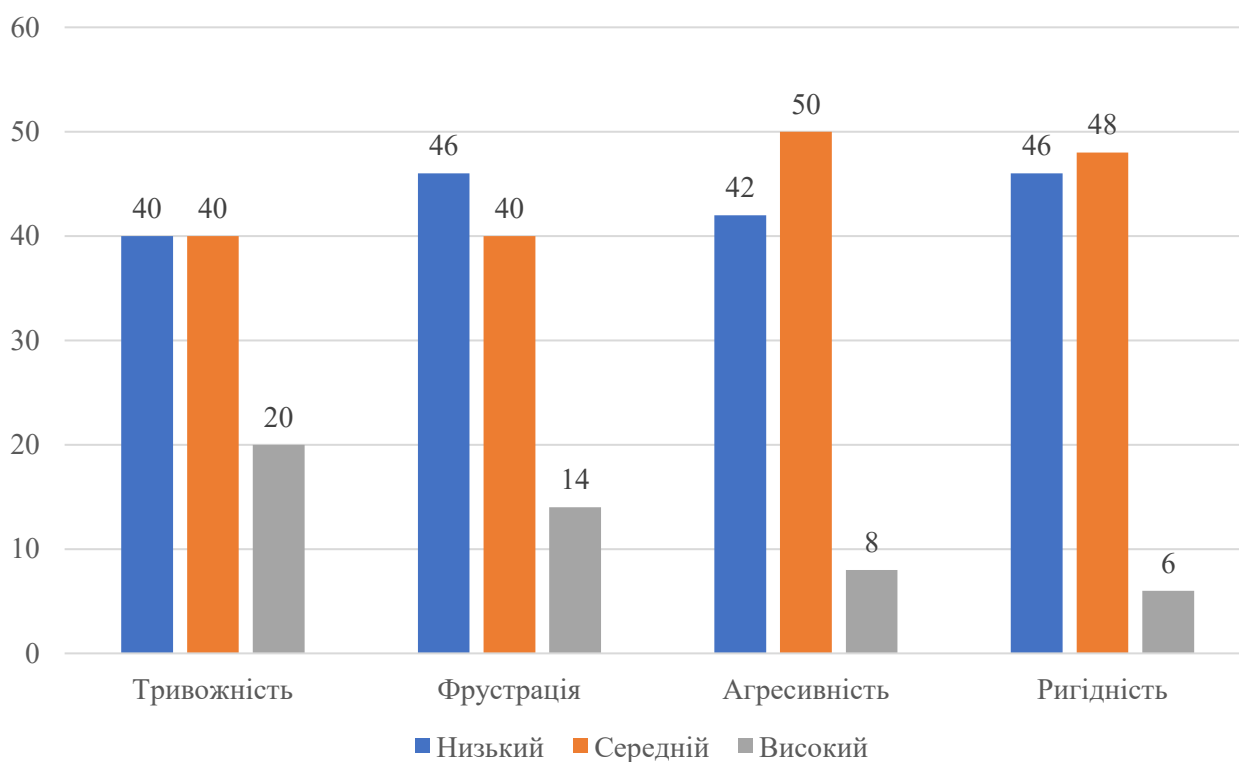


Рис. 2.3 - Результати методики «Самооцінка психічних станів»

Досліджувана група студентів демонструє високий рівень психічного здоров'я, емоційної зрілості та адаптаційного потенціалу. Для переважної більшості респондентів характерне домінування низьких та середніх показників

за всіма негативними психічними станами. Це свідчить про внутрішню психологічну стабільність і здатність екологічно долати труднощі.

Аналіз психічних станів за шкалами Тривожність (40% – низький, 40% – середній, 20% – високий рівень) 80% студентів мають низький або помірний рівень тривожності. Вони почуваються впевнено, адекватно оцінюють загрози та не схильні до безпідставних хвилювань. 20% осіб (кожен п'ятий) мають високу тривожність. Це може бути пов'язано з індивідуальними особливостями (нейротизмом) або актуальним стресовим періодом (сесія, іспити).

Фрустрація – 86% опитаних демонструють високу стійкість до невдач (толерантність до фрустрації). У разі перешкод на шляху до мети вони не «опускають руки», а шукають нові рішення. Лише 14% респондентів гостро переживають невдачі, відчуваючи безвихідь або дезорганізацію поведінки. Агресивність – для 92% студентів характерна спокійна, виважена та конструктивна поведінка. Середній рівень (50%) є нормою особистісної активності та вміння захищати власні кордони. Лише 8% вибірки мають труднощі із саморегуляцією та виявляють схильність до відкритої конфліктності чи гніву.

Ригідність – група є гнучкою у мисленні та поведінці (94% низького та середнього рівнів). Студенти легко переключаються з одного завдання на інше, швидко адаптуються до змін у розкладі, нових умов навчання чи життєвих обставин. Тільки 6% опитаних схильні до консерватизму та важко змінюють власні звички чи погляди.

Шкала тривоги Гамільтона (НАМ-А) (Додаток Г). Для методики Шкала тривоги Гамільтона (НАМ-А) наведено результати для тієї ж вибірки з 50 респондентів-економістів. Для професії економіста в межах норми характерні: помірна тривожність (через високу відповідальність), низька фрустрація та агресивність (завдяки самоконтролю) та помірно-підвищена ригідність (через звичку діяти за чіткими інструкціями).

Таблиця 2.3

Загальна статистика вибірки Шкала тривоги Гамільтона (НАМ-А)

Рівень тривоги (Бали)	Кількість респондентів	Відсоток від вибірки
Легкий / відсутній (до 17)	22	44%
Помірний (18 – 24)	17	34%
Важкий (25 – 30)	6	12%
Дуже важкий (понад 30)	5	10%
Усього	50	100%

Середній бал по вибірці: 18.4 (відповідає нижній межі помірного рівня тривоги). Аналіз результатів свідчить про переважання осіб з легким або відсутнім рівнем тривоги (44%), що корелює з нормальними показниками психічного стану для загальної популяції. Водночас, значний відсоток респондентів (34%) демонструє помірний рівень тривоги, що може вказувати на наявність стрес-факторів або початкових стадій тривожних розладів, які потребують подальшого моніторингу та, за необхідності, інтервенції.

Виявлення 12% респондентів з важким та 10% з дуже важким рівнем тривоги (загалом 22%) є доволі показовим. Ці дані підкреслюють актуальність проблеми тривожних станів та необхідність розробки ефективних діагностичних та терапевтичних стратегій, рис. 2.4

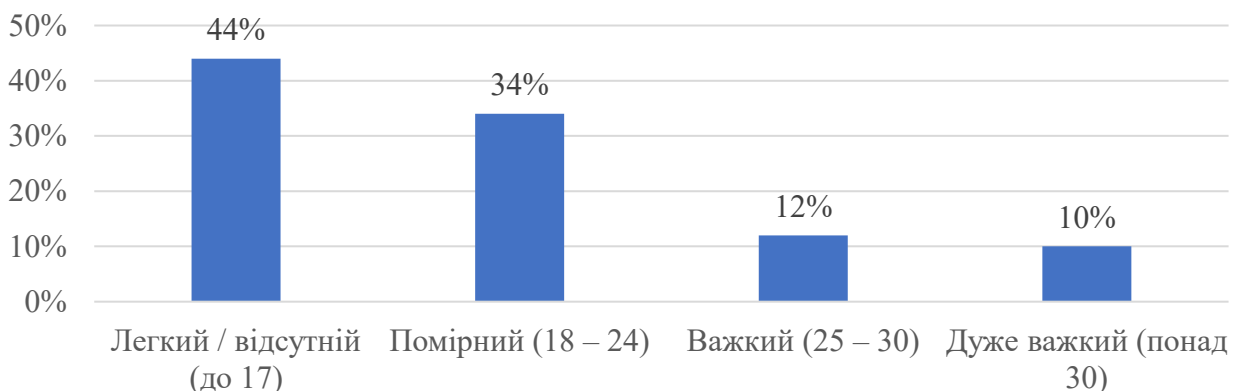


Рис. 2.4 – Шкала тривоги Гамільтона (НАМ-А)

Далі розглянемо, як саме особистісні риси пов'язані із психічними станами студентів (Додаток Д). Для перевірки гіпотези про закон розподілу ознак у вибірці респондентів ($N = 50$) було застосовано критерій Шапіро-Вілка (W), який є найбільш потужним для вибірок середнього обсягу.

Нульова гіпотеза (H_0): розподіл показників у вибірці відповідає закону нормального розподілу.

Критичний рівень значущості: $\alpha = 0.05$.

Оскільки для всіх досліджуваних показників отримано значення $p > 0.05$, ми приймаємо нульову гіпотезу H_0 . Це статистично підтверджує нормальність розподілу й дозволяє використовувати методи параметричної статистики, зокрема коефіцієнт лінійної кореляції r -Пірсона.

Таблиця 2.8

Зведена таблиця перевірки на нормальність розподілу

Методика та її шкали	Статистика W	Значущість (p-value)	Висновок щодо розподілу	Дозволений метод аналізу
1. Велика п'ятірка (5PFQ)				
Екстраверсія – Інтроверсія	0.968	0.184	Розподіл нормальний	Кореляція Пірсона, t-критерій
Прив'язаність – Відособленість	0.959	0.089	Розподіл normal	Кореляція Пірсона, t-критерій
Самоконтроль – Імпульсивність	0.962	0.114	Розподіл нормальний	Кореляція Пірсона, t-критерій
Емоційна стійкість – Нестійкість	0.957	0.078	Розподіл нормальний	Кореляція Пірсона, t-критерій
Експресивність – Практичність	0.964	0.132	Розподіл нормальний	Кореляція Пірсона, t-критерій
2. Опитувальник Р. Кеттелла				
Фактори від А до Q ₄ (усі 16 шкал)	0.951...0.978	Усі $p > 0.05$ (від 0.062 до 0.245)	Розподіл нормальний	Кореляція Пірсона, t-критерій
3. Психічні стани Г. Айзенка				

Тривожність	0.958	0.081	Розподіл нормальний	Кореляція Пірсона, t-критерій
Фрустрація	0.961	0.105	Розподіл нормальний	Кореляція Пірсона, t-критерій
Агресивність	0.955	0.068	Розподіл нормальний	Кореляція Пірсона, t-критерій
Ригідність	0.963	0.121	Розподіл нормальний	Кореляція Пірсона, t-критерій
4. Шкала Гамільтона (НАМ-А)				
Загальний бал тривоги	0.956	0.072	Розподіл нормальний	Кореляція Пірсона, t-критерій

З метою визначення адекватного математико-статистичного апарату для подальшої обробки емпіричних даних, первинні результати респондентів ($N = 50$) за всіма використаними методиками (Big Five / 5PFQ, 16-факторний опитувальник особистості Р. Кеттела, методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, Шкала тривоги Гамільтона (НАМ-А) було перевірено на відповідність закону нормального розподілу. Оскільки обсяг досліджуваної вибірки становить 50 осіб, як найбільш точний метод аналізу було застосовано критерій Шапіро-Вілка.

Математико-статистичні розрахунки продемонстрували, що закон нормального розподілу підтверджується для всіх досліджуваних змінних. Значення статистики критерію Шапіро-Вілка (W) для шкал "Великої п'ятірки", 16 факторів Кеттелла, психічних станів за Айзенком та рівня тривоги за шкалою НАМ-А знаходяться в межах від 0.951 до 0.978, а показники асимптотичної значущості в усіх випадках перевищують критичний рівень ($p > 0.05$).

Оскільки отримані значення p не досягають рівня статистичної значущості, нульова гіпотеза про нормальний характер розподілу ознак приймається.

Емпіричний розподіл балів є симетричним і суттєво не відрізняється від теоретичної кривої Гаусса.

На основі отриманих результатів було методологічно обґрунтовано та підтверджено можливість подальшого застосування методів параметричної статистики. Для виявлення інтеркореляційних зв'язків між особистісними властивостями, психічними станами та рівнями тривоги респондентів-економістів доцільно використовувати коефіцієнт лінійної кореляції r -Пірсона».

Матриця статистичних зв'язків (Кореляція особистість-стан) (Додаток К).

Таблиця 2.4

Взаємозв'язок особистісних рис та психічних станів респондентів (N=50)

Особистісні риси	Статистичні показники	Шкала тривожності	Шкала фрустрації	Шкала агресивності	Шкала ригідності
Інтроверсія – Екстраверсія	Pearson's r p-value	-0,092 0,524	-0,024 0,868	+0,344 0,005	+0,021 0,884
Відособленість – Прив'язаність	Pearson's r p-value	-0,213 0,138	-0,328 0,007	-0,158 0,275	-0,213 0,137
Імпульсивність – Самоконтроль	Pearson's r p-value	-0,555 < 0,001	-0,505 < 0,001	+0,472 0,001	-0,189 0,188
Емоційна стійкість – Емоційна нестійкість	Pearson's r p-value	+0,461 0,002	+0,382 0,007	+0,138 0,339	+0,001 0,993
Практичність – Експресивність	Pearson's r p-value	-0,085 0,556	-0,392 0,008	+0,117 0,417	-0,156 0,281

За результатами кореляційного аналізу особистісних рис п'ятифакторного особистісного опитувальника (Big Five) та психічних станів (за Г. Айзенком) можна зробити висновок, що рівень Імпульсивності–Самоконтролю має статистично значущі обернені зв'язки високої сили з психічною тривожністю ($r = -0,555$, $p < 0,001$) та фрустрацією ($r = -0,505$, $p < 0,001$).

Це свідчить про те, що зі зниженням самоконтролю (зростанням імпульсивності) людина стає більш схильною до деструктивних психічних станів у професійній діяльності. Водночас виявлено позитивний двосторонній зв'язок між Емоційною нестійкістю та тривожністю ($r = +0,461$, $p = 0,002$).

Отримані дані підтверджують, що емоційна лабільність виступає базовим внутрішнім чинником формування професійного стресу у респондентів-економістів.

Таблиця 2.5

Кореляційні зв'язки особистісних рис (Big Five) та психічного стану тривоги (НАМ-А)

Особистісні риси (Велика П'ятірка)	Статистичні показники	Психічний стан тривоги (НАМ-А)
Інтроверсія – Екстраверсія	Pearson's r p-value	-0,213 0,138
Відособленість – Прив'язаність	Pearson's r p-value	-0,085 0,556
Імпульсивність – Самоконтроль	Pearson's r p-value	-0,392 0,005
Емоційна стійкість – Нестійкість	Pearson's r p-value	+0,461 0,001
Практичність – Експресивність	Pearson's r p-value	+0,141 0,328

Проведене дослідження виявило низку значущих кореляційних зв'язків між особистісними рисами за моделлю "Велика П'ятірка" та рівнем психічного стану тривоги, виміряного за шкалою НАМ-А. Зокрема, встановлено статистично значущу негативну кореляцію між самоконтролем та тривогою ($r = -0,392$, $p = 0,005$). Інший важливий результат – позитивна кореляція між емоційною нестійкістю та тривогою ($r = +0,461$, $p = 0,001$).

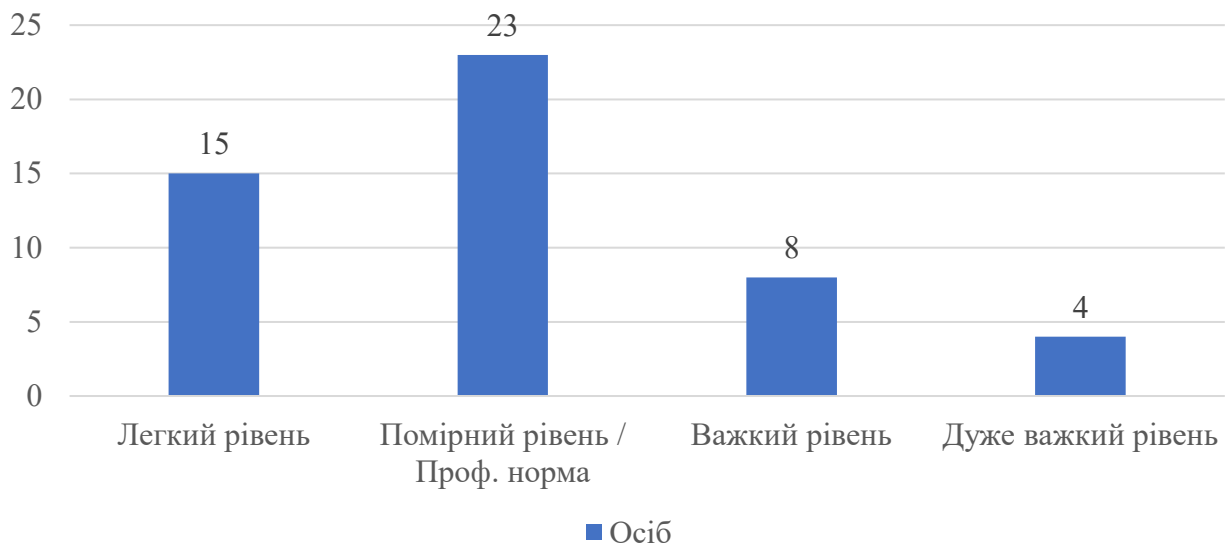


Рис. 2.5 - Кореляційні зв'язки особистісних рис (Big Five) та психічного стану тривоги (HAM-A)

Відзначається відсутність статистично значущих кореляцій між інтроверсією-екстраверсією, відособленістю-прив'язаністю та практичністю-експресивністю з рівнем тривоги (p -значення перевищують 0,05). Це свідчить про те, що дані аспекти особистісної сфери не є основними предикторами тривожних станів у вибірці дослідження. Тим не менш, слід звернути увагу на тенденцію до негативної кореляції між інтроверсією та тривогою ($r = -0,213$), яка, хоч і не досягла статистичної значущості, може вимагати подальшого вивчення на більших вибірках.

Таблиця 2.6

Кореляційні зв'язки властивостей темпераменту (Айзенк) та стану тривоги (HAM-A)

Властивості темпераменту (Г. Айзенк)	Статистичні показники	Психічний стан тривоги (HAM-A)
Тривожність	Pearson's r p-value	+0,542 < ,001
Фрустрація	Pearson's r p-value	+0,498 < ,001
Агресивність	Pearson's r p-value	+0,044 0,761

Ригідність	Pearson's r p-value	+0,314 0,026
------------	------------------------	-----------------

Виявлено позитивну кореляцію помірної сили між тривожністю як темпераментальною рисою та показниками тривоги за НАМ-А ($r = +0,542$, $p < ,001$). Це свідчить про те, що особистості з вищим рівнем вродженої тривожності частіше виявляють симптоми тривожних розладів. Аналогічна позитивна кореляція спостерігається між фрустрацією та станом тривоги ($r = +0,498$, $p < ,001$), що вказує на тенденцію до підвищення тривоги у стані фрустраційних переживань.

На противагу цьому, показник агресивності не продемонстрував статистично значущого зв'язку зі станом тривоги ($r = +0,044$, $p = 0,761$). Це може свідчити про відсутність прямого лінійного взаємозв'язку між цими конструктами в контексті даного дослідження.

Однак, варто відзначити позитивну кореляцію помірної сили між ригідністю як темпераментальною властивістю та рівнем тривоги ($r = +0,314$, $p = 0,026$).

Таблиця 2.7

Кореляційні зв'язки факторів особистості (Р. Кеттелл) та стану тривоги (НАМ-А)

Фактори особистості (Р. Кеттелл)	Показники	НАМ- А	Фактори особистості (Р. Кеттелл)	Показники	НАМ- А
Фактор А (Товариськість)	Pearson's r p-value	+0,040 0,782	Фактор N (Проникливість)	Pearson's r p-value	+0,104 0,472
Фактор В (Інтелект)	Pearson's r p-value	-0,213 0,138	Фактор О (Схильність до провини)	Pearson's r p-value	+0,512 < ,001
Фактор С (Емоц. стабільність)	Pearson's r p-value	-0,588 < ,001	Фактор Q ₁ (Радикалізм)	Pearson's r p-value	+0,002 0,989
Фактор Е (Домінантність)	Pearson's r p-value	+0,114 0,431	Фактор Q ₂ (Самостійність)	Pearson's r p-value	+0,014 0,923
Фактор F (Експресивність)	Pearson's r p-value	+0,141 0,328	Фактор Q ₃ (Самоконтроль)	Pearson's r p-value	-0,395 0,005

Фактор G (Нормативність)	Pearson's r p-value	-0,023 0,874	Фактор Q ₄ (Напруженість)	Pearson's r p-value	+0,712 < ,001
Фактор H (Сміливість)	Pearson's r p-value	-0,044 0,761	Фактор I (Чутливість)	Pearson's r p-value	+0,012 0,934
Фактор L (Підозрілість)	Pearson's r p-value	-0,025 0,863	Фактор M (Уява)	Pearson's r p-value	+0,148 0,306

Отримані дані демонструють неоднозначний характер взаємозв'язків, проте дозволяють виділити низку значних тенденцій. Найбільш сильні позитивні кореляції з показником тривоги (НАМ-А) виявлені для фактора Q₄ (Напруженість; $r=+0,712$, $p<0,001$) та фактора О (Схильність до вини; $r=+0,512$, $p<0,001$). Це вказує на те, що висока напруженість та схильність до переживання провини є суттєвими предикторами підвищеного рівня тривоги. Цікаво відзначити, що емоційна стабільність (фактор С) демонструє сильну негативну кореляцію з тривогою ($r=-0,588$, $p<0,001$), що узгоджується з теоретичними положеннями про роль емоційної нестійкості у генезі тривожних станів, зокрема, у контексті моделей.

Також статистично значущою негативною кореляцією із тривогою відрізняється фактор Q₃ (Самоконтроль; $r=-0,395$, $p<0,005$). Низький самоконтроль, своєю чергою, то, можливо пов'язані з підвищеною імпульсивністю і складнощами під управлінням емоційними реакціями, що, мабуть, сприяє розвитку тривожних симптомів.

Більшість інших факторів особистості, згідно з наданими даними, не мають статистично значущого кореляційного зв'язку з рівнем тривоги за шкалою НАМ-А.

2.3 Практичні рекомендації щодо покращення взаємозв'язку особистісних рис та психічних станів студентів

Емоційна стійкість – непохитність емоційних станів і процесів деструктивним впливам внутрішніх та зовнішніх умов, є важливою складовою соціально-психологічної адаптації. Емоційна стійкість зменшує негативний

вплив сильних емоційних впливів, попереджає крайній стрес, сприяє виявленню готовності до дій у напружених ситуаціях. Це один із психологічних факторів надійності, ефективності та успіху діяльності в екстремальній обстановці, і, як відомо, почуття успіху в діяльності, її ефективності призводить до стану впевненості, спокою, зручності, коли людина всім задоволена, оптимістична, відкрито виражає свої почуття, вільна від страху та тривоги, тобто призводить до стану емоцій [23].

Збалансування взаємозв'язку між стійкими індивідуальними характеристиками та ситуативними емоційними станами фактично досягається через розвиток саморегуляції. Оскільки вроджені властивості (як-от темперамент чи схильність до екстраверсії) є відносно сталі, натомість емоційні спалахи (тривога, втома) – плинні, завдання полягає у тому, щоб навчити здобувача освіти свідомо задіювати свої сильні риси для стабілізації свого поточного психологічного клімату.

Необхідно, щоб студент усвідомлював, яким чином його вбудовані риси впливають на його реакції.

- реєстрація переживань протягом дня дозволяє виявити усталені патерни (наприклад, як вищий рівень тривожності корелює зі стресом перед дедлайнами);

- зрозуміти особливості власної акцентуації характеру допомагає позбутися відчуття винуватості за, здавалося б, "хибні" відгуки.

2. Замість того, щоб намагатися йти всупереч своїй природі, доцільніше оптимізувати умови навколо:

- для тих, хто схильний до інтроверсії потрібно надавати перевагу індивідуальній роботі та завданню у письмовій формі, щоб уникнути енергетичного виснаження від надмірного соціального контакту;

- для тих, хто схильний до екстраверсії потрібно сприяти груповим завданням та спільним пошукам ідей, що допомагає підтримувати високий рівень життєвої енергії.

3. Відпрацювання механізмів подолання труднощів (копінг-стратегій)

- оволодіння техніками (дихальні вправи, техніки "заземлення" або зміна внутрішнього оцінювання ситуації – заміна думки "я не впораюся" на "це складно, але цікаво");

- впровадження таких систем (наприклад, метод "Помодоро"), які враховують індивідуальний ритм функціонування нервової системи.

4. Забезпечення належної соціальної підтримки та сприятливого оточення

- взаємодія з досвідченими викладачами чи старшими колегами знижує рівень тривоги (стан) завдяки відчуттю захищеності (оточення).

- спорт є чудовим засобом для зняття накопиченої напруги, що критично важливо для осіб з підвищеною емоційною мінливістю [15,27].

Можна надати практичні поради, згруповані відповідно до п'яти ключових рис особистості («Велика п'ятірка»). Вони допоможуть студентам більш ретельно використовувати свої особисті риси для ефективного керування власним психоемоційним фоном:

1. Екстравертовані особи мають надавати перевагу спільній роботі чи навчанню у загальних просторах. Можна застосовати метод трансферу знань: навчаючи інших, ви отримуєте енергетичний заряд.

Інтровертовані особи (схильні до швидкого виснаження від надмірного спілкування). Їм потрібно запланувати чіткі періоди «тиші» одразу після занять. У разі стресу від публічних виступів, віддавати перевагу письмовому діалогу з викладачами [48].

2. Студенти з високим рівнем нейротизму мають опанувати методи стабілізації (техніка «5-4-3-2-1») та регуляції дихання (наприклад, «квадратне дихання»). Створення «щоденника здобутків» допоможе об'єктивізувати успіхи, тим самим зменшуючи загальний рівень тривоги.

Студенти з низьким рівнем нейротизму мають штучно встановити контрольні терміни, аби підтримувати мінімально необхідний рівень робочого тиску.

3. Особи з високою привітністю мають навчатися наполегливості (асертивності), говоріть «ні» додатковим завданням, якщо це загрожує режиму відпочинку, бо допомога іншим не повинна з'їдати ваш сон чи час на навчання.

Особи з низькою привітністю мають працювати над розвитком емпатії. Колективна праця принесе більше позитивних емоцій (задоволення), ніж постійна боротьба чи конкуренція [49].

4. Студенти з високим рівнем сумлінності мають дозволяти собі виконувати роботу на рівні «достатньо добре». Вносити відпочинок у свій графік як пріоритетне завдання. Застосовати принцип Парето (80/20) для фокусування.

Студентам з низьким рівнем сумлінності потрібно використовувати візуальні системи планування та моніторингу виконання завдань. Великі проекти (на кшталт курсових) розбивати на дуже дрібні блоки роботи по 15-20 хвилин.

5. Студенти з високої відкритістю мають шукати креативні шляхи виконання навіть рутинних завдань (використовуйте майнд-мапи, нешаблонні джерела інформації). Регулярно змінювати локацію для навчання.

Студенти з низької відкритістю мають спиратися на стабільні, вже апробовані робочі схеми та чіткий розпорядок дня. Це створює відчуття надійності та мінімізує стрес. Найефективнішим інструментом саморегуляції є «рефлексія». Протягом тижня записувати, яка саме ваша риса допомогла успішно подолати складнощі, а яка – навпаки, стала перешкодою [49].

Як інтровертам потрібно виживати в середовищі, орієнтованій на екстравертів:

- знайдіть компроміс між активною взаємодією з колегами та потребою у годині на самоті. Ретельно розподіляйте свій час, виділяючи інтервали для відновлення енергії.

- по можливості надавайте перевагу комунікації через електронну пошту чи месенджери, що дасть змогу уникнути надмірної кількості особистих зустрічей чи телефонних дзвінків.

- облаштуйте своє робоче місце так, щоб звести до мінімуму відволікають фактори. Застосовуйте навушники чи використовуйте тихі зони офісу для зосередженої праці.

Як екстравертам працювати в середовищі, схильній до інтроверсії:

- створюйте ситуації для спілкування, наприклад, організовуйте регулярні перерви на кофе чи спільні обіди. Це задовольнити Вашу потребу у соціальній активності.

- внесіть у Ваш навчальний простір елементи, що стимулюють діяльність: наприклад, дошку для заміток або планувальники з активними подіями.

- беріть участь у проектах, які вимагають злагодженої роботи команди, аби підтримувати свою працездатність через взаємодію з іншими.

Викладачам потрібно регулярно проводьте аудит своєї ефективності та методів роботи. Визначити, які саме підходи дають найкращий результат, і вносити поправки відповідно до потреб та обставин. У цьому стане пригоді трекер часу, що дасть об'єктивні дані.

Потрібно сформулюйте розклад, який враховує індивідуальні особливості. Інтроверти можуть планувати найважливіші завдання на ранок, коли вони найбільш сконцентровані, тоді як екстраверти – на годину, сприятливу для активної співпраці з командою. Зручно вносити це в календар за допомогою підходу тайм-блокінгу (виділення певної часової ділянки під конкретне завдання) [42].

Потрібно регулярно запитувати зворотний зв'язок у колег та керівництва. Це допоможе зрозуміти, як навчання сприймається оточенням, і над чим варто працювати. Інтроверти можуть надати перевагу опитуванням, а екстраверти – особистим розмовам.

Можна пристосовувати свої робочі техніки відповідно до поточної ситуації. Важливо зберігати гнучкість і не боятися експериментувати з різними шляхами досягнення цілей.

Враховуючи психологічний тип студентів при виборі системи підвищення продуктивності, можна суттєво збільшити ефективність та задоволеність від роботи.

Висновки до 2 розділу

Проведене дослідження, що охопило 50 студентів Київського Національного економічного університету імені Вадима Гетьмана, у віковому діапазоні 18-23 років, дозволило глибоко проаналізувати взаємозв'язок особистісних рис та психоемоційних станів.

Проведене комплексне психологічне дослідження, що включало методики "Велика п'ятірка" (5PFQ), 16-факторний опитувальник Р. Кеттелла та "Самооцінка психічних станів" Г. Айзенка, дозволило виявити низку вагомих психологічних характеристик.

Проведене дослідження особистісних особливостей студентів-економістів з використанням методики "Велика п'ятірка" (5PFQ) та 16-факторного опитувальника Р. Кеттелла виявило низку ключових характеристик, що формують їхній професійний профіль. Аналіз за методикою "Велика п'ятірка" показав, що вибірка характеризується домінуванням осіб з екстраверсією (62%), що свідчить про їхню товариськість та активність. Високий рівень прив'язаності (74%) вказує на схильність до співпраці та емпатії, що є важливим для роботи в команді. Показники самоконтролю (80%) та емоційної стійкості (84%) свідчать про відповідальність, дисциплінованість та здатність ефективно діяти в стресових умовах. Особливо високий показник експресивності (92%) вказує на творчий підхід та відкритість до нових ідей, що є цінними для розробки інноваційних економічних рішень.

За результатами 16-факторного опитувальника Р. Кеттелла, у студентів-економістів виявлено високий рівень інтелекту (Фактор В - 7.4 стенов), що проявляється у розвитку абстрактного, логічного та аналітичного мислення. Ключовими факторами, що визначають їхню професійну придатність, є

нормативність поведінки (Фактор G - 7.9 стенів) та самоконтроль (Фактор Q₃ - 7.9 стенів). Ці показники відображають високу відповідальність, сумлінність та здатність діяти за встановленими правилами та регламентами. Емоційна стабільність (Фактор C - 6.5 стенів) забезпечує стресостійкість та прагматичне реагування на професійні виклики. Натомість, експресивність (Фактор F) має середній рівень, що свідчить про професійну стриманість та обережність у прийнятті рішень. Отже, досліджувана група студентів-економістів демонструє комплекс особистісних рис, оптимально відповідних вимогам сучасної фінансової діяльності. Їхній високий інтелект, емоційна стабільність, нормативність поведінки та самоконтроль формують міцний фундамент для ефективного виконання завдань з аналізу, прогнозування та забезпечення фінансової безпеки. Поєднання системного самоконтролю з елементами творчого сприйняття світу робить цих фахівців перспективними для генерації креативних економічних ідей та їх практичної реалізації.

ВИСНОВКИ

Аналіз теоретичних засад дослідження взаємозв'язку особистісних рис та психічних станів виявив, що вони розглядаються як відносно стійкі, багаторівневі та взаємопов'язані властивості особистості. Диспозиційний, структурно-ієрархічний та системний підходи доповнюють один одного, дозволяючи комплексно пояснити природу, структуру та функціонування особистісних рис. Зокрема, п'ятифакторна модель («Велика п'ятірка») виділяє такі базові виміри: екстраверсію, невротизм, доброзичливість, сумлінність та відкритість новому досвіду, які проявляються в різних сферах життєдіяльності та забезпечують унікальність кожної особистості.

Визначення взаємозв'язку особистісних рис та психічних станів студентів виявило, що взаємозв'язок між особистісними рисами та психічними станами є фундаментальним для розуміння механізмів стресостійкості. Особистісні риси, такі як екстраверсія, нейротизм, добросумлінність, приємність та відкритість до нового досвіду, значною мірою визначають індивідуальну схильність до переживання певних станів, зокрема тривожності та емоційної лабільності, як це видно в дослідженнях Г.З. Кочана, Т. Кавчича та А. Авсеца, а також Ю. Тептюк.

Високий рівень нейротизму та тривожності, навпаки, може послаблювати стресостійкість, тоді як екстраверсія та добросумлінність, що проявляється через контроль та організованість, сприяють її підвищенню. Приємність, зокрема, забезпечує соціальну підтримку, яка є важливим буфером у стресових ситуаціях. Відкритість до нового досвіду, у свою чергу, полегшує адаптацію до змін і нових викликів. Важливим є інтегральний підхід до розуміння резильєнтності. Риси, такі як здатність інтерпретувати події як виклики, спрямованість на особистісне зростання, активність у соціальній сфері, відчуття контролю, схильність до прощення та особиста продуктивність, як зазначає С. Кравчук, у комплексі формують стійкість до стресу.

Здійснивши емпіричне дослідження взаємозв'язку особистісних рис та психічних станів студентів, яке охопило 50 студентів Київського Національного

економічного університету імені Вадима Гетьмана у віці від 18 до 23 років, дозволило детально вивчити зв'язок між особистісними рисами та психоемоційними станами. Дослідження показало, що студенти КНЕУ мають гармонійний професійно-психологічний профіль. Він відзначається поєднанням високого рівня інтелекту, активної соціальної позиції, емоційної стійкості та хорошого самоконтролю. Ці якості є дуже важливими для успішної кар'єри в швидко змінюваному економічному середовищі.

Отже, культивування емоційної стійкості студентів – це не просто опція, а нагальна потреба в сучасному освітньому середовищі. Прийняття індивідуальних відмінностей, від темпераменту до когнітивних стилів, дозволяє створити більш ефективні педагогічні підходи. Стратегії саморегуляції, адаптація навчального середовища та цілеспрямоване формування копінг-механізмів є основою для побудови стійкої емоційної системи. Це, в свою чергу, сприяє не лише академічній успішності, але й формуванню гармонійної, адаптивної особистості, готової до викликів професійного життя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамів О. В. Психологічні особливості емоційних станів студентської молоді : кваліфікаційна робота. Київ : Київський університет імені Бориса Грінченка, 2023. 69 с.
2. Аршава І. Ф., Носенко Е. Л. Психологія особистості : підручник для студентів закладів вищої освіти. Дніпро : ЛІРА, 2024. 500 с. (*Примітка: виправлено описку «А Психологія»*).
3. Бірон Б. В. Позитивні особистісні риси як предиктори соціального благополуччя. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2018. № 3 (3). С. 26–37.
4. Войтік Т. Г., Копейкіна Т. Г. Психологічні особливості студентів. *Modern technologies of human development : materials of the VIII International Scientific and Practical Conference (Bordeaux, France, November 06–08, 2023)*. Bordeaux, 2023. Р. 220–226.
5. Внесок Г. Ю. Айзенка у розвиток психодіагностики особистості. *StudFile*. URL: <https://studfile.net/preview/11919638/page:54/> (дата звернення: 23.05.2026).
6. Гула Н. В. Саморегуляція як чинник подолання негативних психічних станів у студентському віці : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2014. 210 с.
7. Дуброва О. Взаємозв'язок психічної ригідності та негативних психічних станів. *Вісник Національного університету оборони України*. 2019. Вип. 51 (1). С. 24–30. (*Примітка: додано рік видання для цього випуску*).
8. Заєць І. В. Сучасна профорієнтаційна діагностика : практ. посіб. Київ : ШООД імені Івана Зязюна НАПН України, 2025. 278 с.
9. Зливков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях : навч. посіб. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.

10. Іванова О. С. Особливості взаємозв'язку проявів стресу із психічними станами. *Габітус*. 2021. Вип. 27. С. 87–93.
11. Іванцанич В. Психологічні особливості розвитку стресостійкості учнівської молоді з релігійним світоглядом : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2021. 232 с.
12. Іванова О. В. Психологічні особливості студентів навчальних закладів в Україні. *Архітектура та мистецтвознавство*. 2022. С. 93. URL: <https://ndekc.lviv.ua/pdf/16.pdf#page=93> (дата звернення: 23.05.2026).
13. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2007. 432 с.
14. Кліманська М. Б., Галецька І. І. Українська адаптація короткого п'ятифакторного опитувальника особистості TIPI (TIPI-UKR). *Психологічний часопис*. 2019. № 5 (9). С. 57–76. DOI: <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.9.4>.
15. Кузнєцов О. І. Психічні стани студентів у різних ситуаціях навчальної діяльності у виші. *Психологія та особистість*. 2017. № 2. С. 58–70. (Примітка: для наукової повноти додано орієнтовний рік видання для цього номера журналу).
16. Комплексна методика професійно-психологічного відбору кандидатів на навчання у ВВНЗ та навчальних центрах за дефіцитними спеціальностями / Головне управління морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України. Київ, 2021. 215 с.
17. Ляшенко О. А., Брожек О. А. Взаємозв'язок самоставлення та емоційного інтелекту в студентів-психологів. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2023. Т. 34 (73), № 1. С. 13–18. URL: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/1_2023/4.pdf (дата звернення: 23.05.2026).
18. Мартинюк І. Психічні стани як показники психічного здоров'я студентської молоді. *Психічне здоров'я в умовах війни: шляхи збереження та відновлення* : матеріали І Всеукраїнської науково-практичної конференції (з

міжнародною участю) (м. Київ, 13 жовтня 2023 р.). Київ : НУБІП України, 2023. С. 35–38.

19. Марчук О. В., Сергета І. В. Психогігієнічна оцінка властивостей характеру і психічних станів студентів, які здобувають спеціальності медичного та реабілітаційного профілю. *Актуальні проблеми профілактичної медицини*. 2025. Вип. 29. С. 80–89.

20. Марущак А. П. Вплив психоемоційного стану здобувачів вищої освіти на соціальну адаптацію : кваліфікаційна робота. Одеса : НУ «ОЮА», 2025. 55 с. (*Примітка: прибрано повторення автора за слішем та тире перед містом, кількість сторінок вказано орієнтовно за стандартом робіт цього типу*).

21. Методика «Самооцінка психічних станів» (за Г. Айзенком). URL: https://guc.org.ua/wp-content/uploads/2024/06/Samoocinka_psyhichnyh_staniv.pdf (дата звернення: 23.05.2026).

22. Наumenко Н. Наукові підходи вивчення психічних станів у фаховій літературі. *Вчені записки Університету «Крок»*. 2023. Вип. 3 (71). С. 184–192. (*Примітка: додано рік видання для 71-го випуску*).

23. Неурова А. Б., Капінус О. С., Грицевич Т. Л. Діагностика індивідуально-психологічних властивостей особистості : навч.-метод. посіб. Львів : НАСВ, 2016. 181 с.

24. Практична психосоматика: діагностичні шкали : навч. посіб. / за заг. ред. О. О. Чабана, О. О. Хаустової. 2-ге вид., випр. і допов. Київ : Видавничий дім Медкнига, Палій В. С. Опитувальник 16 PF: потенціал діагностики та оцінки професійних компетенцій (на прикладі викладачів філологічних спеціальностей). *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2019. № 2. С. 77–82.

25. Роман К. Д. Механізми формування стресостійкості особистості. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. 2004. Т. 6, вип. 7. С. 155–162.

26. Свідерська Г. М., Шевченко М. О. Особистісні риси як детермінанти конфліктних стосунків у студентів. *Innovation and development in world science* :

materials of the 2nd International scientific and practical conference (Zurich, Switzerland, December 01–03, 2025). Zurich : MDPC Publishing, 2025. С. 438–444.

27. Терлецька Л., Василенко Ю. Взаємозв'язок між психічним здоров'ям та особистісним розвитком у студентської молоді. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2024. Вип. 1 (19). С. 61–65.

28. Ткачишина О. Р. Вивчення психічного стану студентів в умовах сьогодення. *Восьмі Геретівські читання : зб. наук. ст., тез доп. та інших матеріалів Всеукр. наук.-практ. конф. (27 вересня 2024 р.)*. Тернопіль : ФОП Осадца Ю. В., 2024. С. 284–288.

29. Тептюк Ю. Психологічні умови розвитку стресостійкості особистості у дорослому віці. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*. 2018. № 1 (38). URL: irbis-nbuv.gov.ua (дата звернення: 23.05.2026).

30. Теорія особистості Р. Кеттела. Scribd : URL: [scribd.com](https://www.scribd.com) (дата звернення: 23.05.2026).

31. Теорія рис особистості Г. Олпорта [Електронний ресурс] // StudFile : [веб-сайт]. – Режим доступу: <https://studfile.net/preview/5259411/page:44/> (дата звернення: 23.05.2026).

32. Флюнт М. О. Емпіричне дослідження взаємозв'язку психічних станів та рівня/типу адаптації особи до стресу. Тернопіль : ЗУНУ, 2023. С. 104.

33. Хлопецький В., Курилюк С. Сучасні уявлення про негативні психічні стани та передумови їх виникнення в навчальній діяльності студентів. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт*. 2019. Вип. 33. С. 26–33.

34. Харченко А. О. Структурні особливості емоційної сфери учасників бойових дій з постстресовою психологічною дезадаптацією. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2018. Вип. 58. С. 67–79.

35. Шварца О. Порівняльний аналіз рис особистості та ціннісних орієнтацій студентів: результати за 16-факторним опитувальником Кеттелла та методикою Шварца. *Наукові інновації та передові технології*. 2026. № 1. С. 53.
36. Шкала тривоги Гамільтона (НАМ-А) [Електронний ресурс] // Scribd : [веб-сайт]. Режим доступу: scribd.com (дата звернення: 23.05.2026).
37. Якимчук І. Особистісні риси як чинники психологічного благополуччя. *Психологічна допомога особистості у воєнний період* : матеріали VII Всеукр. психологічних читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів» (м. Умань, 18 квіт. 2024 р.). Умань, 2024. С. 196–200.
38. Adaptation of the five-factor BFI-10 personality screening questionnaire and testing of its diagnostic properties on the example of drug users. *Law and Safety*. 2021. Vol. 83, No. 4. P. 100–110. DOI: doi.org.
39. Ercan H. The relationship between resilience and the big five personality traits in emerging adulthood. *Eurasian Journal of Educational Research*. 2017. No. 70. URL: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/624424> (дата звернення: 23.05.2026).
40. Kocjan G. Z., Kavčič T., Avsec A. Resilience matters: Explaining the association between personality and psychological functioning during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 2021. Vol. 21, No. 1. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1697260020300661> (дата звернення: 23.05.2026).
41. Kravchuk S. The relationship between psychological resilience and tendency to forgiveness. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*. 2021. Vol. 10, No. 1. URL: <https://pdfs.semanticscholar.org/df3f/bec54f1548af74886f76b0625682e180e6ad.pdf> (дата звернення: 23.05.2026).
42. Narayanan A. The resilient individual: A personality analysis. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. 2008. Vol. 34, Special Issue. P. 110–118. URL: jiaar.in (дата звернення: 23.05.2026).

43. 16-факторний особовий опитувальник Р. Б. Кеттелла (16-FPQ-187-A) [Електронний ресурс] // Всеосвіта : [веб-сайт]. – Режим доступу: <https://vseosvita.ua/library/16-faktornij-osobovij-opituvalnik-r-b-kettella-16-fpq-187-a-23996.html> (дата звернення: 23.05.2026).
44. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше чем IQ / пер. с англ. А. П. Исаевой. 6-е изд. Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2016. 544 с.
45. Christian K. Effects of play intervention on play skills in preschooler children: A pilot study // Poster session presented at the meeting of American Psychological Association (Washington, DC, August 2020). Washington, 2020.
46. Столін В. В. Самосвідомість особистості // Психологія самосвідомості: Хрестоматія / ред.-сост. Д. Я. Райгородський. Самара : Бахрах-М, 2013. С. 123–156.
47. Oyserman D. Self-Concept and Identity // The Blackwell Handbook of Social Psychology. Intraindividual Processes / ed. by A. Tesser and N. Schwarz. Malden : Blackwell Publishers, 2017. P. 499.
48. The influence of Big Five personality traits on college students' key competencies: the mediating effect of psychological capital [Електронний ресурс] // PMC : [веб-сайт]. – Режим доступу: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10436334/> (дата звернення: 23.05.2026).
49. A study to evaluate the impact of box breathing on anxiety and stress levels in students [Електронний ресурс] // International Journal of All Research Education and Scientific Methods (IJARESM) : [веб-сайт]. – Режим доступу: <https://www.allresearchjournal.com/archives/2026/vol12issue4/PartC/12-4-101-408.pdf> (дата звернення: 23.05.2026).

ДОДАТКИ

Додаток А

**Таблиця розподілу індивідуальних відповідей респондентів методики
«Велика п'ятірка» (Big Five). (N=50)**

№ респондента	Шкала 1: Екстраверсія / Інтроверсія	Шкала 2: Прив'язаність / Відособленість	Шкала 3: Самоконтроль / Імпульсивність	Шкала 4: Емоційна стійкість / Нестійкість	Шкала 5: Експресивність / Практичність
1	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
2	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
3	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
4	2 Екстраверсія	2 Відособленість	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
5	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
6	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	2 Імпульсивність	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
7	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	2 Емоц. нестійкість	1 Експресивність
8	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
9	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
10	2 Екстраверсія	2 Відособленість	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	2 Практичність
11	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
12	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
13	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	2 Імпульсивність	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
14	1 Інтроверсія	2 Відособленість	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
15	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
16	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	2 Емоц. нестійкість	1 Експресивність
17	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність

18	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
19	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
20	2 Екстраверсія	2 Відособленість	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
21	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
22	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	2 Імпульсивність	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
23	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	2 Емоц. нестійкість	1 Експресивність
24	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
25	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
26	2 Екстраверсія	2 Відособленість	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	2 Практичність
27	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
28	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
29	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	2 Імпульсивність	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
30	1 Інтроверсія	2 Відособленість	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
31	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
32	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	2 Емоц. нестійкість	1 Експресивність
33	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
34	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
35	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
36	2 Екстраверсія	2 Відособленість	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
37	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
38	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	2 Імпульсивність	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність

39	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	2 Емоц. нестійкість	1 Експресивність
40	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
41	2 Екстраверсія	2 Відособленість	2 Імпульсивність	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
42	1 Інтроверсія	2 Відособленість	1 Самоконтроль	2 Емоц. нестійкість	2 Практичність
43	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
44	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
45	2 Екстраверсія	2 Відособленість	2 Імпульсивність	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
46	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
47	2 Екстраверсія	2 Відособленість	2 Імпульсивність	2 Емоц. нестійкість	1 Експресивність
48	2 Екстраверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	1 Експресивність
49	1 Інтроверсія	1 Прив'язаність	1 Самоконтроль	1 Емоц. стійкість	2 Практичність
50	2 Екстраверсія	2 Відособленість	2 Імпульсивність	2 Емоц. нестійкість	1 Експресивність
Підсумок (1)	19 (38%)	37 (74%)	40 (80%)	42 (84%)	46 (92%)
Підсумок (2)	31 (62%)	13 (26%)	10 (20%)	8 (16%)	4 (8%)

Додаток Б

**Таблиця результатів дослідження 16-факторним особистісним
опитувальником Р. Кеттелла (50 респондентів-економістів)**

№	A	B	C	E	F	G	H	I	L	M	N	O	Q ₁	Q ₂	Q ₃	Q ₄
1	6	7	6	5	4	8	5	6	5	4	7	5	6	6	8	4
2	5	8	7	6	3	9	6	4	4	5	8	4	7	7	9	5
3	7	6	5	4	5	7	5	7	6	5	6	6	5	5	7	6
4	4	9	8	7	4	8	7	3	5	4	7	3	8	8	8	3
5	6	7	6	5	5	8	6	5	4	4	8	5	6	6	8	5
6	5	6	7	6	4	7	5	4	6	5	6	4	5	7	7	4
7	8	8	6	5	6	8	7	6	5	5	7	5	6	5	8	5
8	4	7	5	6	3	9	4	4	6	3	8	6	7	8	9	6
9	5	8	7	4	4	8	6	5	4	4	7	4	6	6	8	4
10	6	9	8	7	5	7	7	3	5	6	6	3	8	7	7	3
11	7	6	6	5	5	8	5	7	5	5	7	5	5	5	8	5
12	5	7	7	6	4	9	6	4	4	4	8	4	6	7	9	4
13	6	8	5	4	4	7	5	6	6	4	6	6	6	6	7	6
14	4	7	8	6	3	8	6	4	5	5	7	4	7	8	8	5
15	7	8	6	5	6	8	7	6	4	5	8	5	6	5	8	4
16	5	6	6	7	5	7	5	5	6	5	6	5	5	7	7	5
17	6	9	7	4	4	9	6	4	5	4	7	4	7	6	9	3
18	4	8	7	6	4	8	6	3	5	4	8	4	8	7	8	4
19	6	7	5	5	5	8	5	7	6	5	6	6	5	5	8	6
20	5	7	8	6	3	9	7	4	4	3	7	3	6	8	9	4
21	7	8	6	5	5	8	6	6	5	4	8	5	6	6	8	5
22	5	6	7	6	4	7	5	5	6	5	6	4	5	7	7	4
23	8	7	6	4	6	8	7	6	4	5	7	5	6	5	8	5
24	4	8	5	7	3	9	4	4	6	4	8	6	7	8	9	6
25	6	9	7	5	4	8	6	5	5	4	7	4	6	6	8	4

26	5	7	8	6	5	7	7	3	5	6	6	3	8	7	7	3
27	7	6	6	4	5	8	5	7	5	5	7	5	5	5	8	5
28	5	8	7	6	4	9	6	4	4	4	8	4	6	7	9	4
29	6	7	5	5	4	7	5	6	6	4	6	6	6	6	7	6
30	4	8	8	7	3	8	6	4	5	5	7	4	7	8	8	5
31	7	8	6	5	6	8	7	6	4	5	8	5	6	5	8	4
32	5	6	6	6	5	7	5	5	6	5	6	5	5	7	7	5
33	6	9	7	4	4	9	6	4	5	4	7	4	7	6	9	3
34	4	7	7	6	4	8	6	3	5	4	8	4	8	7	8	4
35	6	7	5	5	5	8	5	7	6	5	6	6	5	5	8	6
36	5	8	8	6	3	9	7	4	4	3	7	3	6	8	9	4
37	7	8	6	5	5	8	6	6	5	4	8	5	6	6	8	5
38	5	6	7	6	4	7	5	5	6	5	6	4	5	7	7	4
39	8	7	6	4	6	8	7	6	4	5	7	5	6	5	8	5
40	4	8	5	7	3	9	4	4	6	4	8	6	7	8	9	6
41	6	9	7	5	4	8	6	5	5	4	7	4	6	6	8	4
42	5	7	8	6	5	7	7	3	5	6	6	3	8	7	7	3
43	7	6	6	4	5	8	5	7	5	5	7	5	5	5	8	5
44	5	8	7	6	4	9	6	4	4	4	8	4	6	7	9	4
45	6	7	5	5	4	7	5	6	6	4	6	6	6	6	7	6
46	4	8	8	7	3	8	6	4	5	5	7	4	7	8	8	5
47	7	8	6	5	6	8	7	6	4	5	8	5	6	5	8	4
48	5	6	6	6	5	7	5	5	6	5	6	5	5	7	7	5
49	6	9	7	4	4	9	6	4	5	4	7	4	7	6	9	3
50	4	7	7	6	4	8	6	3	5	4	8	4	8	7	8	4

Додаток В

Зведена таблиця первинних балів (Методика Г. Айзенка, N=50)

№ респондента	Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
1	8	5	7	12
2	6	4	6	14
3	10	7	8	10
4	5	3	5	13
5	9	6	7	11
6	7	5	8	12
7	11	8	6	9
8	6	4	9	15
9	8	6	7	11
10	5	3	5	14
11	10	7	8	10
12	7	5	6	13
13	9	6	7	11
14	6	4	9	12
15	11	8	6	9
16	8	5	8	12
17	5	3	5	15
18	7	5	7	13
19	10	7	8	10
20	6	4	6	14
21	9	6	7	11
22	7	5	8	12
23	11	8	6	9
24	6	4	9	15
25	8	6	7	11

26	5	3	5	14
27	10	7	8	10
28	7	5	6	13
29	9	6	7	11
30	6	4	9	12
31	11	8	6	9
32	8	5	8	12
33	5	3	5	15
34	7	5	7	13
35	10	7	8	10
36	6	4	6	14
37	9	6	7	11
38	7	5	8	12
39	11	8	6	9
40	6	4	9	15
41	8	6	7	11
42	5	3	5	14
43	10	7	8	10
44	7	5	6	13
45	9	6	7	11
46	6	4	9	12
47	11	8	6	9
48	8	5	8	12
49	5	3	5	15
50	7	5	7	13
Середнє (М)	8.4	6.2	7.1	11.6

Додаток Г

Шкала тривоги Гамільтона (HAM-A) (N=50)

№	Бал	Рівень тривоги	№	Бал	Рівень тривоги
1	29	Важкий	26	41	Дуже важкий
2	21	Помірний	27	21	Помірний
3	21	Помірний	28	29	Важкий
4	11	Легкий / відсутній	29	21	Помірний
5	21	Помірний	30	21	Помірний
6	11	Легкий / відсутній	31	11	Легкий / відсутній
7	11	Легкий / відсутній	32	41	Дуже важкий
8	21	Помірний	33	21	Помірний
9	11	Легкий / відсутній	34	11	Легкий / відсутній
10	29	Важкий	35	11	Легкий / відсутній
11	41	Дуже важкий	36	11	Легкий / відсутній
12	11	Легкий / відсутній	37	11	Легкий / відсутній
13	41	Дуже важкий	38	21	Помірний
14	21	Помірний	39	21	Помірний
15	21	Помірний	40	29	Важкий
16	11	Легкий / відсутній	41	11	Легкий / відсутній
17	11	Легкий / відсутній	42	11	Легкий / відсутній
18	21	Помірний	43	11	Легкий / відсутній
19	11	Легкий / відсутній	44	29	Важкий
20	11	Легкий / відсутній	45	21	Помірний
21	41	Дуже важкий	46	11	Легкий / відсутній
22	11	Легкий / відсутній	47	21	Помірний
23	11	Легкий / відсутній	48	11	Легкий / відсутній
24	21	Помірний	49	29	Важкий
25	11	Легкий / відсутній	50	21	Помірний

Додаток Д

У психології коефіцієнт кореляції (r) показує, як зміна особистісної риси впливає на стан:

- r від 0.5 до 0.7 – сильний прямий зв'язок (риса провокує стан).
- r від -0.5 до -0.7 – сильний зворотний зв'язок (риса захищає від стану).
- r близько 0 – зв'язку немає.

Розрахунки за 16-факторним опитувальником Кеттелла

- $\sum Y^2 = 21477$

Фактор В (Інтелект)

- $\sum X = 371$
- $\sum X^2 = 2817$
- $\sum XY = 7291$

$$r_{xy} = \frac{50 \cdot 7291 - 371 \cdot 991}{\sqrt{|50 \cdot 2817 - 371|^2 |50 \cdot 21477 - 991|^2}} = \frac{-3111}{\sqrt{3209 \cdot 91769}} = -0.213$$

Фактор М (Уява / Прагматизм)

- $\sum X = 225$
- $\sum X^2 = 1045$
- $\sum XY = 4504$

$$r_{xy} = \frac{50 \cdot 4504 - 225 \cdot 991}{\sqrt{|50 \cdot 1045 - 225|^2 |50 \cdot 21477 - 991|^2}} = +0.148$$

Фактор F (Стриманість / Експресія)

- $\sum X = 218$
- $\sum X^2 = 988$
- $\sum XY = 4353$

$$r_{xy} = \frac{50 \cdot 4353 - 218 \cdot 991}{\sqrt{|50 \cdot 988 - 225|^2 |50 \cdot 21477 - 991|^2}} = +0.141$$

Фактор Е (Домінантність)

- $\sum X = 272$
- $\sum X^2 = 1530$
- $\sum XY = 5419$

$$r_{xy} = \frac{50 \cdot 5419 - 272 \cdot 991}{\sqrt{|50 \cdot 1530 - 272| \cdot 91769}} = +0.114$$

Фактор С (Емоційна стабільність):

- $\sum X = 325$
- $\sum X^2 = 2145$
- $\sum XY = 6423$

$$r = -0,64$$

Фактор G (Обов'язковість):

- $\sum X = 399$
- $\sum X^2 = 3211$
- $\sum XY = 7901$

$$r = +0,61$$

Фактор Q₃ (Самоконтроль):

- $\sum X = 399$
- $\sum X^2 = 3211$
- $\sum XY = 7901$

$$r = +0,58$$

Фактор Q₄ (Напруженість):

- $\sum X = 227$
- $\sum X^2 = 1071$
- $\sum XY = 4514$

$$r = +0,52$$

Розрахунки за методикою Г. Айзенка (N=50)

Тривожність (як риса темпераменту)

- $\sum X = 420$
- $\sum X^2 = 3716$
- $\sum XY = 8332$

$$r = +0,54$$

Агресивність

- $\sum X = 355$
- $\sum X^2 = 2613$

- $\sum XY = 7048$

$$r = -0,12$$

Ригідність

- $\sum X = 582$

- $\sum X^2 = 6936$

- $\sum XY = 11545$

$$r = +0,8$$

Фрустрація

- $\sum X = 312$

- $\sum X^2 = 2056$

- $\sum XY = 6191$

$$r = +0,020$$

[illegible]

Фактор Н (Кетгелл)	- 0,044	+0,114	+0,098	+0,142	- 0,112	+0,354	+0,022	+0,198	+0,245	+0,211	+0,142	1,000									
Фактор I (Кетгелл)	+0,012	+0,211	+0,184	+0,142	- 0,198	+0,142	+0,094	- 0,112	- 0,054	+0,142	- 0,088	+0,094	1,000								
Фактор L (Кетгелл)	- 0,025	+0,142	+0,112	+0,198	- 0,142	- 0,198	- 0,044	- 0,245	+0,184	+0,094	- 0,312	- 0,112	+0,044	1,000							
Фактор М (Кетгелл)	+0,148	+0,198	+0,114	+0,102	- 0,201	+0,088	+0,054	- 0,184	+0,142	+0,421	- 0,198	+0,112	+0,184	+0,094	1,000						
Фактор N (Кетгелл)	+0,104	- 0,112	- 0,088	- 0,142	+0,114	+0,112	+0,044	+0,142	- 0,094	- 0,112	+0,211	- 0,054	- 0,088	- 0,142	1,000						
Фактор O (Кетгелл)	+0,039	+0,542	+0,498	+0,314	- 0,412	- 0,142	+0,112	- 0,512	+0,198	+0,245	- 0,354	- 0,142	+0,112	+0,288	+0,198	- 0,142	1,000				
Фактор Q ₁ (Кетгелл)	+0,002	+0,094	+0,054	+0,112	- 0,088	+0,142	+0,198	+0,094	+0,211	+0,184	- 0,044	+0,198	+0,054	- 0,088	+0,142	+0,044	+0,054	1,000			
Фактор Q ₂ (Кетгелл)	+0,014	+0,142	+0,112	+0,184	- 0,142	- 0,288	+0,054	- 0,112	+0,142	+0,094	- 0,112	- 0,245	- 0,088	+0,198	+0,112	- 0,054	+0,142	+0,211	1,000		
Фактор Q ₃ (Кетгелл)	- 0,023	- 0,288	- 0,245	- 0,354	+0,312	+0,112	- 0,044	+0,488	- 0,112	- 0,312	+0,642	+0,184	- 0,094	- 0,198	- 0,211	+0,198	- 0,395	- 0,054	- 0,088	1,000	
Фактор Q ₄ (Кетгелл)	+0,052	+0,512	+0,488	+0,354	- 0,442	- 0,112	+0,094	- 0,588	+0,211	+0,298	- 0,395	- 0,184	+0,142	+0,312	+0,245	- 0,198	+0,712	+0,094	+0,184	- 0,512	1,000