

УДК 364.14:159.923

DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2021-1-4>**Марія Казанжи,**

доктор психологічних наук, професор,

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»,  
вул. Старопортофранківська, 26, м. Одеса, Україна

## ПСИХОЛОГІЧНА РЕСУРСНІСТЬ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ КАРАНТИННИХ ОБМЕЖЕНЬ

Пандемія коронавірусу, яка охопила весь світ, кардинальним чином трансформувала життя людей: змінилися звичні речі, умови життя та роботи. Особливо вона торкнулася сфер діяльності, які повністю або частково перейшли в дистанційний формат, тому особливо актуальним наразі є виявлення тих ресурсів, які дозволяють ефективно функціонувати учасникам навчально-виховного процесу, а саме – студентам, адже у них дотримання режиму самоізоляції потребувало обов'язкової інтенсивної постійної присутності в цифровому інформаційному середовищі. Таким чином, мета статті полягала у виявленні психологічних ресурсів студентів, їх індивідуально-психологічні особливостей та перетворень під час карантинних обмежень. Було використано комплекс теоретичних та емпіричних методів дослідження. Зокрема, «Опитувальник психологічної ресурсності особистості» (О. С. Штепа) та «Тест-опитувальник фасилітативного потенціалу особистості» (М. Й. Казанжи). Кореляційний аналіз проводився за результатами вимірювання означених психологічних особливостей у 200 студентів Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського». Порівняння ресурсності осіб до пандемії та близько року після її початку відбулося за участю 138 досліджуваних. За результатами кореляційного аналізу встановлено тісний додатний зв'язок між параметрами фасилітативного потенціалу та психологічної ресурсності. Порівняння психологічних ресурсів за рахунок яких студенти адаптуються до нових умов та здійснюють навчальну діяльність показало, що параметри актуалізаційної складової фасилітативного потенціалу студентів залишаються практично незмінними, а потребово-мотиваційна складова навіть зростає, що пов'язується з нереалізованістю в умовах карантинних обмежень. Вираженість ресурсів фасилітації значно знизилася, що свідчить про те, що знання, вміння та навички впливу на іншого потребують постійного використання/тренування задля ефективності виявлення. Встановлено, що психологічна ресурсність змінилася за період карантинних обмежень, особливо значущо знизилася такі ресурси, як самореалізація у професії, впевненість у собі, успіх. Дослідження показало, що знання власних психологічних ресурсів, уміння їх оновлювати та вмещувати – те, на що слід зонайперше звернути увагу в контексті надання психологічної допомоги студентству через соціальні обмеження, що наразі діють. Зростання роботи над собою виявилось недостатнім задля компенсації психологічних ресурсів, які використовуються особистістю в цій ситуації, тому необхідна розробка нових прийомів та механізмів для їх збагачення.

**Ключові слова:** психологічна ресурсність, фасилітація, фасилітативний потенціал, пандемія коронавірусу, індивідуально-психологічні особливості.

### Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми

Зіткнення суспільства з новою реальністю у зв'язку з пандемією COVID-19 призвело до змін у всіх сферах людського буття – до яких непередбачуваних трансформацій це може призвести надалі поки достеменно невідомо. Однак, не просто оклигавши, а навіть призвичаївшись до нових умов, розпочинається оцінка того, що ж все-таки так знезап'як відбулось, яким чином це позначилось на психіці кожної окремої людини і чого можна очікувати надалі.

Адже введення режиму самоізоляції на такий, досить тривалий, проміжок часу, крім безсумнівного позитивного значення для фізичного здоров'я людини, може мати непередбачувані соціальні ефекти для всього суспільства, а також безпосередні або віддалені наслідки порушення психічного здоров'я окремої особистості (Федосенко, 2020). Для людей сама ситуація дотримання карантинних обмежень є кризовою, оскільки вони торкаються можливості переміщення, безпосередньої взаємодії в соціальному світі, отримання різноманітних звичних стимулів із зовнішнього середовища, збільшення кількості тривожної інформації з засобів масової інформації тощо (Василенко, 2019).

В умовах карантинних обмежень інформаційна поведінка людини стала основним засобом реалізації багатьох видів діяльності, здійснення соціальної взаємодії, а також основним способом доступу до послуг та інформації. Особливих форм вона набула у студентів, у яких самоізоляція передбачала обов'язкове інтенсивне включення в цифрове інформаційне середовище, що за даними багатьох досліджень призводить до виникнення інформаційного стресу, погіршення психологічного благополуччя студентської молоді (Кисляков, 2020). Відтак актуальним для вивчення питання є виявлення психологічних ресурсів за рахунок яких сучасні студенти не просто адаптуються до умов карантину, а й провадять ефективну навчальну діяльність та є успішними.

У зв'язку з цим метою цієї роботи є виявлення особливостей психологічних ресурсів студентів, їх індивідуально-психологічні особливості, а також трансформація під час карантинних обмежень.

Серед основних завдань дослідження можна виділити: теоретико-методологічний аналіз існуючих відомостей з означеної проблеми; обрання та обґрунтування психодіагностичного інструментарію; виявлення взаємозв'язку між психологічними ресурсами

особистості та іншими її специфічними особливостями; опис психологічних ресурсів студентів, їх індивідуально-психологічних особливостей, а також трансформаційних перетворень під час карантинних обмежень.

Перед тим, як перейдемо до опису використаних в роботі методів варто зауважити, що це дослідження розпочалося до проведення карантину і спочатку не мало за мету виявлення саме психологічної ресурсності в умовах певних обмежень пандемії COVID-19, її діагностика проводилася в контексті комплексного вивчення фасилітативності людини.

#### Методи та організація дослідження

Для досягнення поставленої мети дослідження було використано теоретичні методи: аналіз, узагальнення, систематизація відомостей щодо проблеми, яка піднімається в цьому повідомленні. Для проведення емпіричного дослідження було використано комплекс психодіагностичних методик. Серед яких було обрано наступні.

«Опитувальник психологічної ресурсності особистості» (Штепа, 2018), за допомогою якого можна виявити такі психологічні ресурси студентів, як: впевненість у собі, доброта до людей, допомога іншим, успіх, любов, творчість, віра в добро, прагнення до мудрості, робота над собою, самореалізація у професії, відповідальність, знання власних психологічних ресурсів, вміння оновлювати власні психологічні ресурси, вміння вміщувати власні психологічні ресурси, загальний рівень психологічної ресурсності особистості. Психологічні ресурси визначались автором як диспозиції інтенційності, які актуалізуються у певних ситуаціях, як можливість надання життю сенсу та уміння переносити результат переживання складної життєвої ситуації в унікальний особистісний життєвий досвід (Штепа, 2018).

Використання тест-опитувальника фасилітативного потенціалу особистості» (Казанжи, 2014) дозволяє встановити компоненти фасилітативного потенціалу студентів, а саме вираженість: емоційного, когнітивного, вольового, поведінкового, потребово-мотиваційного та ціннісно-смыслового компонентів фасилітативного потенціалу студентів.

Варто зауважити, що в найбільш загальному вигляді фасилітативний потенціал вміщує актуалізаційну та ресурсну складові, тож першопочатково дослідницький інтерес був продиктований намаганням встановити співвідношення психологічної ресурсності особистості взагалі та ресурсів здійснення фасилітативного впливу, зокрема.

Вибірку дослідження склали 200 осіб – студенти Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського». Кореляційний аналіз проводився за результатами діагностики означених 200 досліджуваних.

Якісний аналіз, який включав порівняння ресурсності осіб до пандемії та близько року після її початку відбувся за участю 138 досліджуваних – скорочення вибірки відбулося за різних причин. Насамперед, в процесі бесіди ми намагалися встановити чи не було в житті студентів якихось подій, що могли вплинути на результати – тож в кінцеву вибірку відбиралися респонденти, які не вбачали в своєму житті жодних суттєвих змін, окрім трансформацій, спричинених пандемією та зв'язаними з нею обмеженнями. Також деякі з осіб, що першопочатково утворили вибірку дослідження не відгукнулися на прохання щодо повторної участі.

#### Результати та їх обговорення

Фасилітація часто розглядалась як ресурс – особистісний, взаємодії, процесу, спілкування, діяльності та ін. «... як процес та сукупність навичок, які дозволяють ефективно організувати обговорення складної проблеми без витрат часу та за короткий термін виконати усі заплановані дії із максимальним залученням учасників процесу», причому не просто як набір окремих методів, а щонайперше як стиль управління, як методологію для здійснення розвитку та важливих для спільноти змін (Воробйова, 2019: 68). Психологічна ресурсність взагалі є критерієм індивідуального здоров'я людини (Штепа, 2016), а в освітньому процесі саме фасилітація є потужним фактором підтримання психологічної ресурсності через сприяння кожному, визнання свободи учіння, відкритості та підтримки, самореалізації студентів (Рябцев, 2019), тому розглянемо співвідношення даних психологічних характеристик, яке наведено в таблиці 1.

Таблиця 1

#### Результати кореляційного аналізу між показниками психологічної ресурсності та фасилітативного потенціалу особистості

|                                     |   | Показники фасилітативного потенціалу особистості |        |        |         |         |         |
|-------------------------------------|---|--|--------|--------|---------|---------|---------|
|                                     |   | ЕК   | КК     | ВК     | ПК      | ПМК     | ЦСК     |
| Показники психологічної ресурсності | 1 |  |        | 218**  | 0,144*  |         |         |
|                                     | 2 | 0,147*   | 0,156* |        |         | 0,143*  | 0,214** |
|                                     | 3 | 0,151*   | 0,171* |        |         | 0,217** | 0,228** |
|                                     | 4 | 0,196**  |        | 0,151* | 0,155*  | 0,161*  |         |
|                                     | 5 | 0,212**  |        |        | 0,162*  | 0,196** | 0,219** |
|                                     | 6 | 0,142*   | 0,164* |        | 0,194** | 0,179*  |         |

Продовження табл. 1

|                                     |    | Показники фасиліативного потенціалу особистості |         |         |         |         |         |
|-------------------------------------|----|---|---------|---------|---------|---------|---------|
|                                     |    | ЕК  | КК      | ВК      | ПК      | ПМК     | ЦСК     |
| Показники психологічної ресурсності | 7  | 0,231**   | 0,177*  |         | 0,155*  | 0,163*  | 0,237** |
|                                     | 8  | 0,173*  | 0,149*  |         |         | 0,177*  | 0,161*  |
|                                     | 9  |   | 0,158*  | 0,163*  |         |         |         |
|                                     | 10 | 0,225**   | 0,219** |         | 0,143*  | 0,148*  |         |
|                                     | 11 |   | 0,176*  | 0,149*  | 0,157*  | 0,172*  | 0,312** |
|                                     | 12 | 0,159*  | 0,228** | 0,161*  | 0,162*  |         | 0,143*  |
|                                     | 13 | 0,327**   | 0,179*  | 0,206** | 0,312** | 0,196** | 0,331** |
|                                     | 14 | 0,180*  | 0,163*  | 0,175*  | 0,242** | 0,173*  |         |
|                                     | 15 | 0,176*  | 0,157*  | 0,148*  | 0,157*  | 0,169*  | 0,180*  |

Примітки. Тут і далі: 1) позначка «\*» – значуща відмінність  $p \leq 0,05$ ; «\*\*» – значуща відмінність  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,001$ ; 2) показники психологічної ресурсності: 1 – впевненість у собі, 2 – доброта до людей, 3 – допомога іншим, 4 – успіх, 5 – любов, 6 – творчість, 7 – віра у добро, 8 – прагнення до мудрості, 9 – робота над собою, 10 – самореалізація у професії, 11 – відповідальність, 12 – знання власних психологічних ресурсів, 13 – вміння оновлювати власні психологічні ресурси, 14 – вміння вміщувати власні психологічні ресурси, 15 – загальний рівень психологічної ресурсності особистості; 3) компоненти фасиліативного потенціалу особистості: ЕК – емоційний компонент, КК – когнітивний, ВК – вольовий, ПК – поведінковий, ПМК – потребово-мотиваційний та ЦСК – ціннісно-смісловий компонент фасиліативного потенціалу особистості; 4)  $n=200$  досліджуваних (тільки для результатів кореляційного аналізу).

Аналіз кореляційних зв'язків між показниками психологічної ресурсності та фасиліативного потенціалу особистості дозволив встановити наступні загальні закономірності – виявлено виключно додатні значущі кореляційні зв'язки між переважною більшістю параметрів, що вивчаються. Це, з одного боку, емпірично підтверджує висунуте нами раніше припущення щодо двосторонньої спрямованості фасилітації (Казанжи, 2014), а з іншого – вказує на можливі шляхи розвитку та становлення як психологічної ресурсності, так і фасиліативності людини.

Зокрема, загальний рівень психологічної ресурсності особистості (15) додатно на 5% рівні значущості корелює зі всіма параметрами фасиліативного потенціалу (ФП). Розлогі додатні значущі зв'язки з компонентами ФП демонструють такі параметри психологічної ресурсності, як знання власних психологічних ресурсів (12), вміння оновлювати власні психологічні ресурси (13), вміння вміщувати власні психологічні ресурси (14).

Ресурс відповідальності (11) виявляє додатні значущі зв'язки з більшістю параметрів фасиліативного потенціалу. Цей факт відмічався дослідниками – бути відповідальними, мати мету сповнює людське ество сенсом, а студенти володіють такою здатністю – персональною включеністю, почуттям обов'язку, що виявляється у прагненні доводити справи до кінця, прийнятті рішень на підставі особистих цінностей (Анисинов, 2018). Зв'язок між ними свідчить про те, що допомагати іншим є особистісною цінністю студентів, що,

власне, і видно через зв'язок параметрів фасиліативного потенціалу (ФП) та ресурсів доброта до людей (2), допомога іншим (3), віра у добро (7).

За існуючими даними зростання показників за основними шкалами СМОЛ веде до зниження особистісних ресурсів, а також ресурсу соціальної підтримки (Александрова, 2014), тому вираженість психологічної ресурсності студентів та її зв'язок з фасиліативним потенціалом дозволяє пов'язувати вираженість характеристик, що вивчаються з параметрами психічного здоров'я людини, що особливо актуально в умовах певних обмежень та соціального дистанціювання.

Розглянемо те, як досвід переживання вимушеної самоізоляції вплинув на ресурсність студентства. Адже досвід є не просто подією чи інформацією з біографії чи фактами з життя людини. Внаслідок переробки таких відомостей, вони інтегруються в картину світу. Внаслідок різних несприятливих умов розвитку відбувається порушення механізмів цієї переробки, що призводить до відчуження людини від власного життя, неотримання досвіду, неможливості використовувати його тощо (Леонтьев, 2012). Простежимо яким чином змінювалися параметри психологічної ресурсності та фасиліативного потенціалу до пандемії та близько року після її початку (результати встановлено за участю 138 досліджуваних) – див., відповідно, Рис. 1 та Рис. 2. (Групу 1 утворили студенти до настання карантину, Групу 2 – ті ж студенти, але вже під час тривалого карантину, значення за показниками є усередненими для цієї групи).

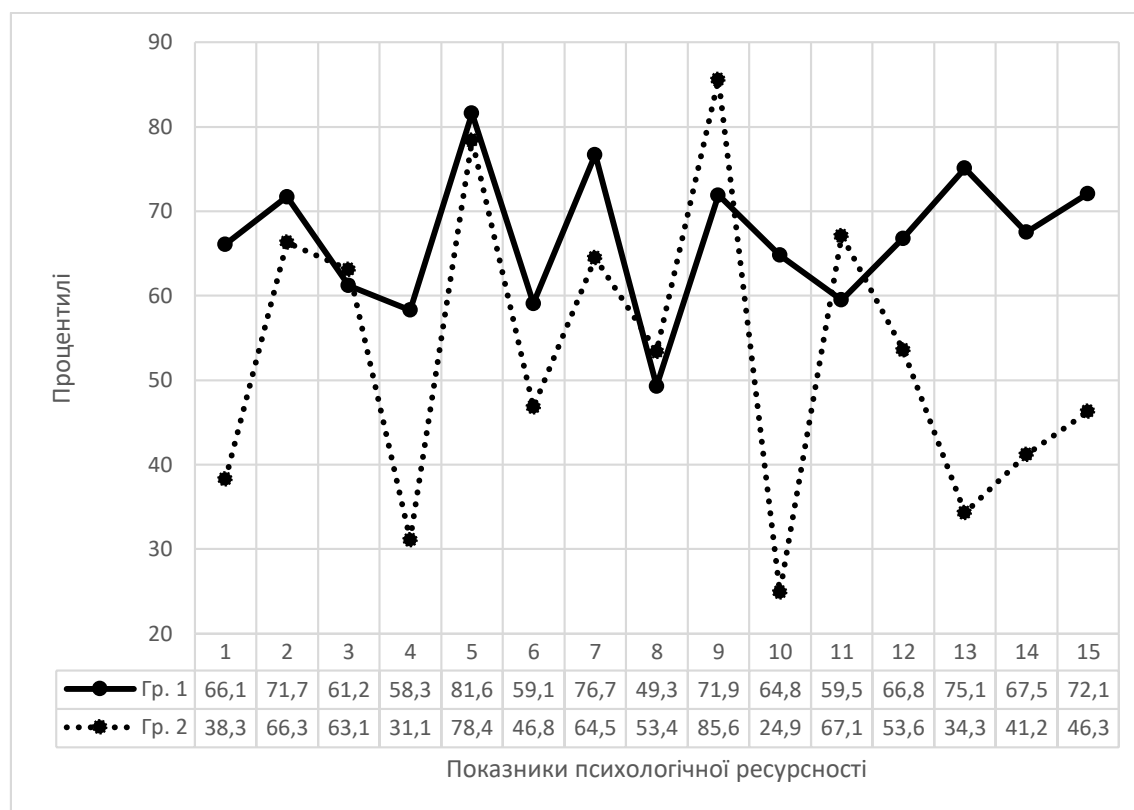


Рис. 1. Особливості психологічної ресурсності студентів до та після тривалого карантину

Як видно з рисунку 1, переважна більшість параметрів психологічної ресурсності знижується, деякі незначно (наприклад, доброта до людей, любов), інші – досить суттєво (наприклад, впевненість у собі, успіх, самореалізація у професії) тощо. Деяко підвищився, що

і очікувано, параметр «робота над собою». Погіршилися знання власних психологічних ресурсів, вміння їх оновлювати та вмщувати, а також загальний рівень психологічної ресурсності. Рівень суттєвості означуваних змін відображено в наступній таблиці 2.

Таблиця 2

**Значущі значення t-критерія Стьюдента, які отримано при визначенні достовірності відмінностей між параметрами психологічної ресурсності до пандемії COVID-19 та приблизно через рік після її початку**

|                                     |    | Значущі коефіцієнти t-критерія Стьюдента      | t      |
|-------------------------------------|----|---|--------|
| Показники психологічної ресурсності | 1  | Упевненість у собі                            | 2,74** |
|                                     | 2  | Доброта до людей                              |        |
|                                     | 3  | Допомога іншим                                |        |
|                                     | 4  | Успіх   | 3,05** |
|                                     | 5  | Любов   |        |
|                                     | 6  | Творчість                                     | 2,12*  |
|                                     | 7  | Віра у добро                                  | 2,35*  |
|                                     | 8  | Прагнення до мудрості                         |        |
|                                     | 9  | Робота над собою                              | -2,45* |
|                                     | 10 | Самореалізація у професії                     | 5,63** |
|                                     | 11 | Відповідальність                              | -2,18* |
|                                     | 12 | Знання власних психологічних ресурсів         | 3,12*  |
|                                     | 13 | Уміння оновлювати власні психологічні ресурси | 5,79** |
|                                     | 14 | Уміння вмщувати власні психологічні ресурси   | 3,36** |
|                                     | 15 | Загальний рівень психологічної ресурсності    | 3,72** |

Візуальні відмінності підтверджено за допомогою обчислення статистичного t-критерія Стьюдента. За час пандемії зросли тільки параметри «відповідальність» та «робота над собою», всі інші показники знизилися, що потребує пошуку нових способів для поповнення власних психологічних ресурсів, вміння долати життєві складнощі, допомагати в цьому іншим

людям. Примітно, що за певними психологічними ресурсами статистичних відмінностей немає – пандемія не вплинула суттєво на ресурс любові, доброти до людей, прагнення до мудрості, допомагати іншим.

Розглянемо яким чином змінилися параметри фасиліативного потенціалу, який містить ресурс допомоги, сприяння розвитку іншої людини.

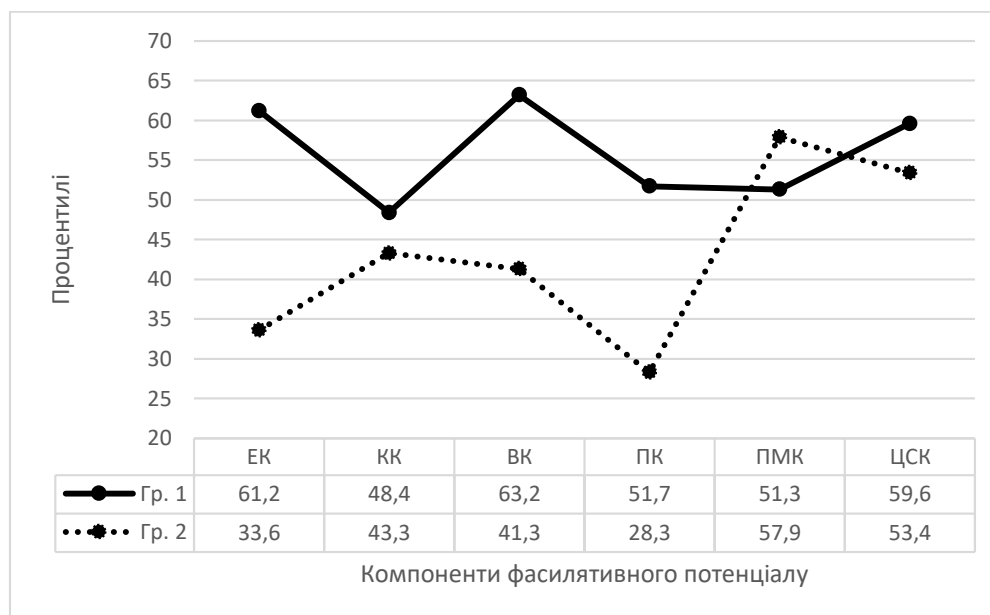


Рис. 2. Особливості фасиліативного потенціалу студентів до та після тривалого карантину

Встановлені візуальні відмінності підтверджено обчисленням статистичного критерія, значення якого наведено в Табл. 3.

Порівняння психологічних ресурсів за рахунок яких студенти адаптуються до нових умов та здійснюють навчальну діяльність показало, що параметри актуалізаційної складової фасиліативного потенціалу студентів залишаються практично незмінними, а потребово-мотиваційна складова навіть зростає, що пов'язується з нереалізованістю (або недостатньою реалізованістю) в умовах карантинних обмежень цієї потреби. Вираженість ресурсів фасилітації значно знизилася,

що свідчить про те, що знання, вміння та навички впливу на іншого потребують постійного використання/тренування задля ефективності виявлення. Примітно, що цінності допомоги, сприяння іншій людині залишаються досить стабільними, не дивлячись на несприятливі зовнішні впливи та потребу у задіянні власних сил та ресурсів для підтримання себе. Тож цілком очевидно, що стрижневі характеристики людини, які формують її індивідуальне морально-ціннісне ядро, не трансформувалися під впливом несприятливих умов пандемії COVID-19.

Таблиця 3

**Значущі значення t-критерія Стьюдента, які отримано при визначенні достовірності відмінностей між параметрами фасиліативного потенціалу до пандемії COVID-19 та приблизно через рік після її початку**

| Показники фасиліативного потенціалу                        | Значущі коефіцієнти t-критерія Стьюдента |        |
|--|--|--------|
|  | Компоненти фасиліативного потенціалу     | t      |
| Емоційний компонент фасиліативного потенціалу              |  | 4,12** |
| Когнітивний компонент фасиліативного потенціалу            |  |        |
| Вольовий компонент фасиліативного потенціалу               |  | 3,64** |
| Поведінковий компонент фасиліативного потенціалу           |  | 3,12** |
| Потребово-мотиваційний компонент фасиліативного потенціалу |  |        |
| Ціннісно-смысловий компонент фасиліативного потенціалу     |  |        |

## Висновки

За результатами емпіричного дослідження встановлено виснаженість психологічних ресурсів студентства за період пандемії COVID-19. Знизилася впевненість у собі, досягненні успіху, самореалізованості у професії. Студенти достеменно не можуть розібратися з тим, які ресурси у них наявні, використання яких буде доцільним при вирішенні складних життєвих завдань, погіршилося вміння оновлювати та вміщувати власні ресурси, знизився загальний рівень психологічної ресурсності. Залишилися незмінними загальнолюдські цінності, які є потужними психологічними ресурсами – любов, доброта до людей, прагнення до мудрості, допомога іншим.

Встановлено зв'язок психологічних ресурсів студентів та потенціалу здійснення ними фасилітативних впливів. Наявність виключно додатних кореляційних зв'язків свідчить про правомірність розгляду двосторонньої спрямованості фасилітації та її значущості у збагаченні психологічної ресурсності людини, що вказує на можливі шляхи розвитку та становлення як психологічної ресурсності, так і фасилітативності людини.

## Література

1. Александрова Л. А., Лебедева А. А., Бобожей В. В. Психологические ресурсы личности и социально-психологическая адаптация студентов с ОВЗ в условиях профессионального образования. *Психологическая наука и образование*. 2014. № 1. С. 50–67.
2. Анисимов А. И., Ильина П. А. Ценностно-смысловые ориентации и духовные ресурсы здоровья студентов вузов. *Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы*. 2018. Том 29. № 1. С. 125–132.
3. Василенко Е. А. Проблема сущности и функций социального стресса в психологии. *Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета*. 2019. № 3. С. 299–319. DOI: <https://doi.org/10.25588/CSPU.2019.27.22.020>
4. Воробйова Є. Роль менеджера-фасилітатора в системі організаційного розвитку. *Лідер. Еліта. Суснітельство*. 2019. № 2. С. 59–70.
5. Казанжи М. Й. Психологія фасилітативності. Одеса: КУПРІЄНКО СВ, 2014. 327 с.
6. Кисляков П. А. Психологическая устойчивость студенческой молодежи к информационному стрессу в условиях пандемии COVID-19. *Перспективы науки и образования*. 2020. № 5 (47). С. 343–356. URL: <https://pnojurnal.wordpress.com/2020/10/29/kislyakov/>
7. Леонтьев Д. А. Опыт методологического осмысления практик работы с личностью: фасилитация, ноотехника, жизнестроительство. *Консультативная психология и психотерапия*. 2012. Том 20. № 4. С. 164–185.
8. Рябцев А. Ю., Кочергина Т. В., Загоруля Т. Б. Концепция педагогической фасилитации: из опыта реализации в экономическом университете. *Современные проблемы науки и образования*. 2019. № 4. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=29058>
9. Федосенко Е. В. Жизнь после карантина: психология смыслов и коронавирус COVID-19. *Психологические проблемы смысла жизни и акме*. 2020. № XXV. С. 34–47. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zhizn-posle-karantina-psihologiya-smyslov-i-koronavirus-covid-19>

Адже трансформації піддалися і ресурси здійснення фасилітації, їх вираженість знизилася. Тому очевидно, що безпосередня соціальна взаємодія позитивно впливає на фасилітативні вміння людини, і потрібні нові форми роботи задля їх підтримання в період карантинних обмежень. Примітно, що цінності допомоги, сприяння іншій людині залишаються досить стабільними, не дивлячись на несприятливі зовнішні впливи та потребу у задіянні власних сил та ресурсів для підтримання себе. Тож цілком очевидно, що стрижневі характеристики людини не трансформувалися під впливом несприятливих умов пандемії COVID-19.

Напрямок подальшої роботи вбачаємо у створенні системи психологічної підтримки/профілактики/корекції з використанням отриманих відомостей щодо психологічних ресурсів студентів, що піддалися негативному впливу через карантинні обмеження. Зростання роботи над собою виявилось недостатнім задля компенсації психологічних ресурсів особистості, тому необхідна розробка нових прийомів та механізмів для їх збагачення.

10. Штепа О. С. Опитувальник психологічної ресурсності особистості: результати розробки й апробації авторської методики. *Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Проблеми сучасної психології*. 2018. Випуск 39. С. 380–399.

11. Штепа О. С. Психологічна ресурсність як критерій індивідуального здоров'я. *Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Проблеми сучасної психології*. 2016. Випуск 32. С. 571–585.

## References

1. Aleksandrova, L. A., Lebedeva, A. A., Bobozhej, V. V. (2014). Psikhologicheskie resursy lichnosti i sotsialno-psikhologicheskaya adaptatsiya studentov s OVZ v usloviyakh professionalnogo obrazovaniya [Psychological resources of a personality and socio-psychological adaptation of students with disabilities in terms of vocational education]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie – Psychological science and education*, 1, 50–67 [in Russian].
2. Anisimov, A. I., Piina, P. A. (2018). Tsennostno-smyslovye orientatsii i dukhovnye resursy zdorovyia studentov vuzov [Value-semantic orientations and spiritual resources of health of university students]. *Uchonye zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psikhologii i sotsialnoy raboty – Scientific notes of the St. Petersburg State Institute of Psychology and Social Work*, 1(29), 125–132 [in Russian].
3. Vasilenko, E. A. (2019). Problema sushchnosti i funktsii sotsialnogo stressa v psikhologii [The problem of the essence and functions of social stress in psychology].

*Vestnik Yuzhno-Uralskogo gosudarstvennogo humanitarno-pedagogicheskogo universiteta – Bulletin of the South Ural State University for the Humanities and Pedagogy*, 3, 299–319. DOI: <https://doi.org/10.25588/CSPU.2019.27.22.020> [in Russian].

4. Vorobiova, Ye. (2019). Rol menedzhera-fasyliatora v systemi orhanizatsiinoho rozvytku [The role of the facilitator manager in the system of organizational development]. *Lider. Elita. Suspilstvo – Leader. Elite. Society*, 2, 59–70 [in Ukrainian].

5. Kazanzhy, M. Y. (2014). *Psykhologhiia fasyliatyvnosti [Psychology of facilitation]*. Odesa: KUPRIENKO SV [in Ukrainian].

6. Kislyakov, P. A. (2020). Psihologicheskaya ustoychivost studentcheskoy molodezhi k informatsionnomu stressu v usloviyakh pandemii COVID-19. [Psychological resistance of student youth to information stress in the context of the COVID-19 pandemic]. *Perspektivy nauki i obrazovaniya – Prospects for Science and Education*, 5 (47), 343–356. Retrieved from <https://pnojurnal.wordpress.com/2020/10/29/kislyakov/> [in Russian].

7. Leontiev, D. A. (2012). Opyt metodologicheskogo osmysleniya praktik raboty s lichnostyu: fasyliatsiya, nootehnika, zhiznetvorchestvo [The experience of methodological comprehension of the practices of working with a personality: facilitation, nootechnics, life creation]. *Konsultativnaya psikhologiya i psikhoterapiya – Counseling psychology and psychotherapy*, 4(20), 164–185 [in Russian].

8. Ryabtsev, A. Yu., Kochergina, T. V., Zagorulja, T. B. (2019). Kontseptsiya pedagogicheskoy fasyliatsii: iz opyta realizatsii v ekonomicheskom universitete. [The concept of pedagogical facilitation: from the experience of implementation at the University of Economics]. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya – Modern problems of science and education*, 4. Retrieved from <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=29058> [in Russian].

9. Fedosenko, E. V. (2020). Zhizn posle karantina: psikhologiya smyslov i koronavirus COVID-19 [Life after quarantine: the psychology of meanings and the coronavirus COVID-19]. *Psihologicheskie problemy smysla zhizni i akme – Psychological problems of the Meaning of Life and Acme*, XXV, 34–47. Retrieved from <https://cyberleninka.ru/article/n/zhizn-posle-karantina-psihologiya-smyslov-i-koronavirus-covid-19> [in Russian].

10. Shtepa, O. S. (2018). Opytvalnyk psikhologichnoi resursnosti osobystosti: rezultaty rozrobky y aprobatsii avtorskoi metodyky [Questionnaire of psychological resourcefulness of personality: results of development and approbation of author's technique]. *Zbirnyk naukovykh prats K-PNU imeni Ivana Ohiiienka, Instytutu psikhologii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy. Problemy suchasnoi psikhologii*, 39, 380–399. [in Ukrainian].

11. Shtepa, O. S. (2016). Psykhologichna resursnist yak kryterii indyvidualnoho zdorovia [Psychological resourcefulness as a criterion of individual health]. *Zbirnyk naukovykh prats K-PNU imeni Ivana Ohiiienka, Instytutu psikhologii imeni H.S.Kostiuka NAPN Ukrainy. Problemy suchasnoi psikhologii*, 32, 571–585 [in Ukrainian].

**Mariia Kazanzhy,**

*Doctor of Psychological Sciences, professor,  
Department of General and Differential Psychology,  
The State institution “South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky”,  
26, Staroportofrankivska Str., Odesa, Ukraine*

#### PSYCHOLOGICAL RESOURCEFULNESS OF STUDENT YOUTH UNDER CONDITIONS OF QUARANTINE RESTRICTIONS

The worldwide coronavirus pandemic has dramatically transformed people's lives: habitual things, living and working conditions have changed. It has mostly effected the spheres of activity that were completely or partially switched to a remote format. So, it is especially important now to identify those resources that allow participants in the educational process to function effectively, namely - students, because their adhering to the self-isolation regime required an obligatory intensive constant presence in the digital information environment. Thus, the aim of the article was to identify the psychological resources of students, their individual psychological characteristics and transformations during quarantine restrictions. There was used a complex of theoretical and empirical research methods, in particular "Questionnaire of psychological resourcefulness of personality" (O. S. Shtepa) and "Test-questionnaire of facilitative potential of personality" (M. Y. Kazanzhy). Correlation analysis was conducted based on the results of measuring these psychological features in 200 students of the State Institution "South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky". A comparison of the resourcefulness of individuals before the pandemic and about a year after its beginning was made with the participation of 138 subjects. According to the results of correlation analysis, a close positive relationship between the parameters of facilitative potential and psychological resourcefulness was revealed. The comparison of psychological resources with the help of which students adapt to new conditions and carry out educational activities showed that the parameters of the actualizing component of students' facilitative potential remain virtually unchanged, and the

requirement-motivational component even increases, which is associated with unrealized potential under quarantine restrictions. The severity of facilitation resources decreased significantly, indicating that knowledge, skills and abilities to influence others require constant use / training for effective detection. It is established that psychological resourcefulness has changed during the period of quarantine restrictions, such resources as self-realization in the profession, self-confidence, success have decreased especially significantly. The study has proved that knowledge of one's own psychological resources, the ability to update and accommodate them is the first thing to pay attention to in the context of providing psychological assistance to students due to the current social constraints. Increasing work on oneself was insufficient to compensate the psychological resources used by the individual in this situation, so it is necessary to develop new techniques and mechanisms for their enrichment.

**Keywords:** psychological resourcefulness, facilitation, facilitative potential, coronavirus pandemic, individual psychological characteristics.

Подано до редакції 25.02.2021

УДК 159.923.2-053.6:004.738.5-042.72

DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2021-1-5>

**Юлія Асєєва,**  
кандидат психологічних наук,  
завідувач кафедри загальнонаукових,  
соціальних та поведінкових наук  
Одеського інституту Міжрегіональної академії управління персоналом,  
вул. Чорноморського козацтва, 19, м. Одеса, Україна

### ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК СОЦІАЛЬНИХ УМОВ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ІЗ СТУПЕНЕМ ПРОЯВУ КІБЕР-АДИКЦІЙ

Для сучасного світу характерно стрімкий розвиток діджиталізації та гаджеталізації, і кіберпростір стає новою сферою реальності для більшості населення. Незважаючи на усі переваги інтерактивних технологій та швидкості отримання необхідної інформації завдяки поширеності, доступності мережі Інтернет, з'являються і нові проблемні питання. Вже сьогодні майже 8 % населення світу є залежними від Інтернет мережі, однак, питання щодо нозології, етіології кібер-адикцій та їх лікування й профілактики досі залишаються відкритими. Метою цього дослідження було виявлення впливу соціальних умов життєдіяльності на вираженість кібер-адикцій. Методи дослідження: бібліографічний та історичний аналіз теоретичного надбання, психодіагностичний: тест-опитувальник на виявлення кібер-адикції (ТОК) та напіструктуроване інтерв'ю респондентів для з'ясування соціальних умов життя, а також математико-статистичні (обробка даних зроблена за допомогою програми «Microsoft Excel», «SPSS 26.0 для Windows XP»). Вибірку дослідження склали 559 осіб, із них 408, які мали певні види кібер-адикції, та 151 особа, які надали згоду увійти в контрольну групу (умовно здорові). Дослідження проводилось із дотриманням принципів біоетики та деонтології. Було встановлено, що найбільш характерними адикціями для юнаків є: комп'ютерна залежність, Інтернет-адикція, ігрова адикція та гаджет-адикція, дівчатам більш притаманні: кіберкомунікативна адикція та селфетіс. При аналізі результатів кореляції (за Пірсоном та Тау-в Кендаллом) щодо встановлення взаємозв'язку між впливом соціальних умов життєдіяльності на ступінь вираженості кібер-адикцій встановлено, що за результатами обох матриць кореляції не виявлено зв'язків між видами кібер-адикцій та закладами освіти, в яких навчались наші респонденти, однак при цьому встановлено прямий взаємозв'язок залежності від комп'ютера, Інтернет-адикції, ігрової адикції та кібер-комунікативної із навчальною успішністю кібер-адиктивів. Такий вид кібер-адикції, як селфетіс, має зворотній пропорційний зв'язок з матеріальним статком родини. За результатами кореляційного аналізу за Пірсоном, можна констатувати, що прояви відокремлених видів кібер-адикцій мають середній прямий зв'язок із конфліктами з батьками, слабкий прямий зв'язок проявляється між кібер-адикціями та конфліктами із однолітками.

**Ключові слова:** Інтернет, кібер-адикції, залежність від комп'ютера, Інтернет залежність, гаджет-адикції, селфетіс, кіберкомунікативна адикція.