



EDUCATION FOR ACHIEVING SUSTAINABLE DEVELOPMENT

Edited by Iryna Ostopolets and
Michał Ekkert

Series of monographs Faculty
of Architecture, Civil Engineering
and Applied Arts
Katowice School of Technology
Monograph 35

Publishing House of Katowice School of Technology, 2020

Editorial board :

Iryna Ostopolets – PhD, Associate Professor, Donbas State Pedagogical University (Ukraine)

Michał Ekkert – PhD, Katowice School of Technology

Yuliia Bilotserkivska – PhD, Associate Professor, Ukrainian Engineering Pedagogics Academy
(Ukraine)

Mariia Kazanzhy – Doctor of Psychological Sciences, Professor, State Institution “South Ukrainian
National pedagogical University named after K. D. Ushynsky” (Ukraine)

Paweł Mikos – Master, Katowice School of Technology

Tetyana Nestorenko – Prof. WST, PhD, Associate Professor, Berdyansk State Pedagogical
University (Ukraine)

Aleksander Ostenda – Prof. WST, PhD, Rector of Katowice School of Technology

Anna Panasiewicz – Master, Katowice School of Technology

Magdalena Wierzbik-Strońska – Vice-Rector, Katowice School of Technology

Reviewers :

*Olena Martyniuk – Doctor of Economic Sciences, Associate Professor, Professor of Management
Department, International Humanitarian University (Ukraine)*

*Nadiya Dubrovina – PhD., School of Economics and Management in Public Administration
in Bratislava (Slovakia)*

Series of monographs Faculty of Architecture, Civil Engineering and
Applied Arts, Katowice School of Technology

Monograph · 35

The authors bear full responsible for the text, data, quotations and illustrations

Copyright by Katowice School of Technology, 2020

ISBN 978-83-955125-9-9

Editorial compilation

Publishing House of Katowice School of Technology

43 Rolna str. 43 40-555 Katowice, Poland

tel. 32 202 50 34, fax: 32 252 28 75

TABLE OF CONTENTS:

Preface	5
Part 1. Modern Concepts and Technologies in Education for Sustainable Development	7
1.1. Integration in education as a factor of sustainable development of the society	7
1.2. The issue of junior schoolchildren's self-control skills formation in theory and modern educational practice	13
1.3. Development of research activities of older preschool children in the project implementation process	22
1.4. Technology of increase the educational potential of parents from families of internally displaced persons	30
1.5. Cultural thinking developing technologies in the conditions of forming of New Ukrainian School	36
1.6. The support of the gifted as one of the conditions of sustainable development (experience of potential students' identification in Spanish schools)	43
1.7. Directions of cooperation of the special needs teacher with families that raise children with disabilities	49
1.8. The issue of junior schoolchildren's environmentally expedient behavior formation in theory and school practice	57
1.9. Strategic guidelines for raising public finance openness based on budget implementation for citizen	67
1.10. Project activity as a means of implementing sustainable development in out-of-school educational establishments	77
1.11. Usage of nonverbal communication in PE lesson	86
1.12. Scientific and pedagogical principles of healthcare for pupils	94
1.13. Quality management educational services in Great Britain: institutional regulation	102
Part 2. Contemporary Approaches to the Application of Sustainable Development Principles in Higher Education	107
2.1. Implementation of sustainable development ideas into the content of natural science teachers professional training	107
2.2. Theoretical and methodical bases of applying the integrative approach in the process of future primary school teachers' professional training	122
2.3. Modern interactive approaches to teaching lecture disciplines in the system of distance higher education (philological focus area)	134
2.4. Organizational and pedagogical aspects of organizing the system of scientific and methodical work as the condition of constructing a teacher's successful professional career	144
2.5. Problems of obtaining quality education in Ukraine: causes and consequences	156
2.6. Determining the need for professional skills and its impact on supply	163
2.7. Continuing education as a precondition for sustainable development of a specialist	170

2.8. The significance of soft skills for the quality training of future teachers in the context of Ukraine's achievement of sustainable development goals	178
2.9. Dependence of student anxiety from temperament and its optimization during the educational process	188
2.10. Quality education and science as a basic component of ensuring the state sustainable development	195
2.11. Communicative competence development in higher education students	203
2.12. The vector of scientific activity of the Institute of Musical Art in Drohobych in the context of the development of Ukrainian pedagogy, art and culture	217
2.13. Characteristics of mentoring technology in professional development of future teachers of preschool education institutions	223
2.14. The system of future teachers' subjectness formation in the course of professional training: a systematic approach	237
Part 3. Applied Aspects of Sustainable Development Ideas Implementation in Higher Education	246
3.1. The importance of a interdisciplinary approach in teaching higher mathematics for IT specialities	246
3.2. Motivational-value component in the structure of future bachelors' degrees in physical therapy, ergotherapy for the application of fitness and health technologies in professional activity	252
3.3. Model of training future teachers for preschoolers' health-saving competence formation by means of game activity	261
3.4. Formation of linguoculturological competence by foreign students of non-specialized university	273
3.5. Modern model of higher professional physical education: acme-cultural dimension	279
3.6. The interrelation of competency and interdisciplinary approaches as a condition for the formation of competitive strategies for training human health professionals	287
3.7. Tandem foreign languages learning as the way of developing students' professional competence in higher technical educational establishments	295
3.8. Theoretical aspects of students' adaptive abilities development as the aspect of Labour Safety course teaching	302
3.9. Development of communicative skills of future teachers of fine art during the work on the plein-air	308
3.10. Tourist-educational aspect of using innovative moderation in the process of training students of the specialty of tourism	315
3.11. Use of mobile software applications in individual physical exercises	322
Annotation	328
About the authors	338

2.9. DEPENDENCE OF STUDENT ANXIETY FROM TEMPERAMENT AND ITS OPTIMIZATION DURING THE EDUCATIONAL PROCESS

2.9. ЗАЛЕЖНІСТЬ ТРИВОЖНОСТІ СТУДЕНТА ВІД ТЕМПЕРАМЕНТУ ТА ЇЇ ОПТИМІЗАЦІЯ ПІД ЧАС НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ

Найпоширенішою формою прояву підвищеного емоційного стану є тривожність. Відчуття тривоги, виражене в показниках рівня тривожності, неминуче супроводжує всі види діяльності людини, у тому числі й навчально-пізнавальну діяльність. Стан тривожності залежно від показника рівня може справляти як позитивний, так і негативний вплив на діяльність та успішність студентів.²³⁵ Високий рівень тривожності ускладнює пізнавальну діяльність студентів, звужуючи зону уваги та гнучкість стратегій дій, знижує інтелектуальну працездатність, дезорганізує навчальну діяльність включно до відмови від неї, викликає надмірну емоційну напругу, а в довгостроковій перспективі – сприяє формуванню в студентів низької самооцінки. Крім того, як зазначають дослідники, з тривожністю (ситуаційною та особистісною) суттєво пов'язаний поточний стан здоров'я студентів.²³⁶

З огляду на те, що зараз все більше уваги приділяється особистісному підходу до студента з метою якомога повнішої реалізації потенціалу кожного, особливо актуальним постає завдання врахувати у навчально-виховній роботі вплив рівнів тривожності на пізнавальну діяльність студентів. Це є доволі важливим не лише для наукового дослідження, для педагогів, але й для кожної окремої особистості. Адже розуміння негативного впливу тривожності під час пізнавальної діяльності, вміння корекції тривожності, її подолання важливо при підготовці студентів до екзаменів, олімпіад, конкурсів, змагань тощо є надзвичайно актуальним. Тому таким важливим для педагога є розуміння поняття тривожності, від чого вона залежить і як її оптимізувати задля успішності кожного студента.

Український словник-довідник з психологічної термінології пропонує таке означення поняття «тривожність» – це індивідуальна властивість особи, риса характеру, що проявляється схильністю до надмірного хвилювання, стану тривоги у ситуаціях, які загрожують, на думку цієї особи, неприємностями, невдачами тощо.²³⁷ Тобто тривожність є адекватною реакцією людини на небезпеку. Проте, як зазначають психологи, під час небезпеки в людини може виникати і інший стан – страх. Це такий внутрішній стан, що обумовлений загрозою реального або передбачуваного лиха.²³⁸ З огляду на зазначене, тривожність і страх є адекватними реакціями людини на небезпеку, але в разі страху небезпека очевидна, об'єктивна, а в разі тривоги вона прихована і суб'єктивна.

У психологічній літературі розрізняють тривожність як емоційний стан і як стійку властивість. Цю відмінність зафіксовано відповідно в поняттях «тривога» і «тривожність». Психологи радять педагогам відрізняти тривогу від тривожності.²³⁹ Якщо тривога – це епізодичні прояви неспокою, хвилювання людини, то тривожність є стійким станом.

Поняття тривожності зустрічається ще у сиву давнину, зокрема в трактаті «Тускуланські бесіди» давньоримського філософа Марка Тулія Цицерона (106-43 рр. до н. е.), який зазначав, що тривожність як риса характеру відрізняється від стану тривоги у тому сенсі, що той, хто іноді відчуває страх, необов'язково завжди стривожений, а той, хто

²³⁵ Паламарчук М. Є., Сердюк Л. С., Маруненко І. М., Неведомська Є. О. (2015): Вплив рівнів тривожності на пізнавальну діяльність студентів. Наукові здобутки студентів Інституту людини. Київ: Інститут людини Київського ун-ту ім. Б. Грінченка. 2015, № 2 (4).

²³⁶ Харченко Г. Д., Яценко С. П., Неведомська Є. О. (2019): Рівень тривожності студентів та його зв'язок з самооцінкою здоров'я. Науковий журнал «Спортивна наука та здоров'я людини». 2019; 2: 68-73.

²³⁷ Українська психологічна термінологія: словник-довідник (2010): За ред. М.-Л. А. Чепи. Київ: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010, 302 с.

²³⁸ Щербатых Ю. В. (2005): Психология страха: популярная энциклопедия. М.: Эксмо, 2005, 512 с.

²³⁹ Прихожан А. М. (2007): Психология тревожности. СПб.: Питер, 2007, 192 с.

тривожний, необов'язково у всіх випадках відчуває страх.²⁴⁰ Піддав аналізу це судження німецько-британський вчений-психолог Ганс Айзенк і зазначив, що під тривожністю як рисою характеру Цицерон розуміє відносно постійний стан сильного збудження симпатичної нервової системи, страху і підвищеної емоційності, в той час як стан тривожності являє собою стан людини в конкретний момент, незалежний від рівня емоційності, звичайного для даної людини.

Аналіз питання тривожності в науковій літературі виявив, що це поняття тривалий час не розроблялося і з'явилося лише у ХІХ столітті в працях видатного австрійського психолога і невролога Зигмунда Фрейда, зокрема: «Нав'язливості і фобії» (1895 р.), «Вивчення істерії» (1895 р.). Класичною роботою Фрейда з проблеми тривожності є його книга «Гальмування. Симптом. Тривожність» (1926). Фрейд визначав тривожність як неприємне емоційне переживання, що є сигналом небезпеки. Зміст тривожності – відчуття невизначеності, невпевненості та безпорадності. Фрейд визнавав необхідність розмежування страху і тривожності, вважаючи, що страх – це реакція на конкретну небезпеку, тоді як тривожність – реакція на небезпеку невідому і невизначену.

Фрейд схарактеризував тривожність трьома основними ознаками, зокрема: специфічним відчуттям неприємного; відповідними соматичними реакціями (насамперед посиленням серцебиття); усвідомленням цього переживання. Спочатку Фрейд допускав також існування несвідомої тривожності, проте потім дійшов до висновку, що цей стан переживається свідомо і супроводжується зростанням вміння справлятися з небезпекою (за допомогою боротьби або втечі).

Фрейд виділив три різновиди тривожності: 1) об'єктивну – на небезпеку в зовнішньому світі; 2) невротичну – на небезпеку не обумовлену і не відому; 3) моральну – тривожність сумління. Основною причиною появи тривожності З. Фрейд вважав зіткнення біологічних інстинктів із соціальними заборонами, внаслідок чого людина змушена маскувати і придушувати свої фізіологічні потяги. Драма життя, за Фрейдом, починається з народження і триває все життя. Природний вихід із цього Фрейд бачив у сублімуванні «лібідіозної енергії», тобто в напрямку енергії на інші життєві цілі: виробничі й творчі. Вдала сублімація звільнить людину від тривожності.

Проблема тривожності стала предметом дослідження яскравої представниці неофрейдизму американського психоаналітика Карен Хорні, яка з дитинства відчувала себе позбавленою батьківської любові. Її шлюб з Оскаром Хорні підтвердив теорію Фрейда: Оскар був таким же авторитарним і суворим із своїми дітьми, як батько Хорні був із нею. Спочатку Хорні сприймала те, що її діти ростуть у подібній атмосфері, як звичайну річ, але пізніше, у 1920-х рр., коли вона працювала в Інституті психоаналізу в Берліні, а після еміграції до Сполучених Штатів у Чиказькому інституті психоаналізу, її відношення до виховання дітей змінилося. У книзі «Невротична особистість нашого часу» (1937 р.) Хорні виявляє 11 невротичних потреб і вважає, що за допомогою задоволення цих потреб людина прагне позбутися від тривоги. Проте, невротичні потреби ненаситні, задовольнити їх не можна, а, отже, від тривоги немає шляхів рятування. Хорні переносить акцент із тоді анатомо-фізіологічної інтерпретації неврозів, що домінувала, на соціальну, а вирішальним фактором їхнього виникнення бачить порушення в людських взаєминах. У розробленій Карен Хорні психоаналітичній теорії невротичних конфліктів головні джерела тривоги й занепокоєння особистості кореняться не в конфлікті між біологічними потягами й соціальними заборонами, а є результатом неправильних людських відносин.²⁴¹ Це в корені змінило мету роботи з невротичною людиною: навчити її існувати без «невротичних схильностей», знайти в самому собі точку опори.

Близьким за поглядами до Карен Хорні був видатний американський психіатр Гаррі Стек Салліван – творець теорії міжособистісних відносин. Особистість, за Салліваном, не

²⁴⁰ Степанов С. С. (2005): Популярная психологическая энциклопедия. М.: Эксмо, 2005, 672 с.

²⁴¹ Хорни К. (1997): Собрание сочинений: В 3 т. М.: Смысл, 1997.

може бути ізольована від інших людей, міжособистісних ситуацій.²⁴² Дитина з першого дня народження вступає у взаємини з людьми й у першу чергу з матір'ю. Весь подальший розвиток і поведіння індивіда обумовлене міжособистісними відносинами. Салліван вважає, що в людині є вихідне занепокоєння, тривога, що є продуктом міжособистісних (інтерперсональних) відносин. Салліван розглядає організм як енергетичну систему напруг, що може коливатися між певними межами – станом спокою, розслабленості (ейфорія) і найвищим ступенем напруги. Джерелами напруги є потреби організму й тривога. Тривога викликається дійсними або уявними погрозами безпеки людини.

Салліван так само, як і Хорні, розглядає тривожність не тільки як одну з основних властивостей особистості, але і як фактор, що визначає її розвиток. Виникнувши в ранньому віці, у результаті зіткнення з несприятливим соціальним середовищем, тривога постійно й незмінно є присутньою протягом всього життя людини. Рятування від почуття занепокоєння для індивіда стає «центральною потребою» і визначальною силою його поведінки. Людина виробляє різні «динамізми», які є способом рятування від страху й тривоги.

Інакше підходить до розуміння тривожності один із засновників неофрейдизму німецький психоаналітик Еріх Фромм. На відміну від Хорні й Саллівана, Фромм підходить до проблеми психічного дискомфорту з позиції історичного розвитку суспільства.²⁴³ Він вважає, що в епоху середньовічного суспільства з його способом виробництва й класовою структурою людина не була вільною, але вона не була ізольованою і самотньою, не почувала себе в такій небезпеці й не випробовувала такої тривоги, як при капіталізмі, тому що вона не була «відчуженою» від речей, від природи, від людей. Людина була з'єднаною зі світом природними соціальними зв'язками, що існують у первісному суспільстві. З розвитком капіталізму розриваються ці первинні природні зв'язки, людина перетворюється на вільного індивіда, відірваного від природи, від людей, у результаті чого він випробовує глибоке почуття непевності, безсилля, сумніву, самотності й тривоги. Щоб позбутися від тривоги, породженою «негативною волею», людина прагне позбутися від самої цієї волі. Єдиний вихід вона бачить у втечі від самої себе, у прагненні забути й цим придушити в собі стан тривоги. Фромм вважає, що такий механізм лише прикриває почуття тривоги, але повністю не рятує індивіда від неї. Навпаки, почуття ізольованості підсилюється, тому що втрата свого «Я» й викликає цей хворобливий стан. Психічні механізми втечі від волі є ірраціональними, на думку Фромма, вони не є реакцією на навколишні умови, тому не в змозі усунути причини страждання й тривоги. З огляду на зазначене, тривожність заснована на реакції страху, а страх є вродженою реакцією на певні ситуації, пов'язані зі збереженням цілісності організму.

У роботах американського психолога Карла Роджерса тривожність розглядається як певна емоційна реакція на внутрішньо особистісні протиріччя, як пережитий людиною стан скутості, напруженості, причину якого він усвідомити не може. Тривожність розглядається як поданий у свідомості людини певний знак, символ загрози, яка виникає внаслідок неконгруентності «Я-концепції» індивіда і актуального досвіду.²⁴⁴

Американський психолог Чарлз Спілбергер розрізняє тривогу як стан (ситуативна тривожність) і тривожність як властивість особистості. Концепція Ч. Спілбергера перебуває під впливом психоаналізу, тому в ній переоцінюється вплив батьків у дитинстві на виникнення тривожності і недооцінюється роль соціального фактору. Відмінності в оцінці рівних практичних ситуацій у людей з різною тривожністю приписують, насамперед, впливу досвіду і дитинства та ставленням батьків до дитини. За Ч. Спілбергером ситуативна тривожність виникає, коли індивід сприймає певний подразник або ситуацію як таку, що несе в собі актуальні або потенційні елементи небезпеки, загрози або шкоди. Особистісна тривожність не проявляється безпосередньо в поведінці, але її рівень можна визначити, виходячи з того, як часто та інтенсивно виникає стан тривоги. Індивідуальні відмінності в

²⁴² Салліван Г. С. (1999): Концепция современной психиатрии (пер. с англ.). М.-СПб: Ювента. 1999, 246 с.

²⁴³ Фромм Э. (1999): Бегство от свободы (пер. с английского). М.: Эскмо, 1999, 175 с.

²⁴⁴ Роджерс К. (1994): Взгляд на психотерапию: Становление человека. М.: Прогресс-Универс, 1994, 401 с.

проявах тривожності дозволили виділити критерії, на основі яких Ч. Спілбергер розробив шкалу вимірювання тривожності. Виділяючи тривожність як стан і тривожність як властивість особистості, 1970 року Ч. Спілбергер з колегами опублікував опитувальник (The State-Trait Anxiety Inventory (STATI)), який може бути використаний для емпіричного дослідження відмінності між тривожністю як рисою характеру і тривожністю як станом, тобто особистісною та ситуативною тривожністю відповідно.

Посилаючись на експериментальні дослідження і прикладний досвід діагностики тривожних станів, російський вчений Ю. Ханін у 1991 р. вводить дві нові категорії ситуативної тривоги: міжособистісну ситуативну тривогу (СТм) і внутрішньогрупову ситуативну тривогу (СТгр). Обидві категорії, на думку автора, стосуються емоційних переживань людини в конкретний проміжок часу і дозволяють зафіксувати інтенсивність вираженості ситуативної тривоги, яка виникає в процесі реальних, минулих і очікуваних контактів із конкретними партнерами і групою людей.

Імедадзе І. В. виділяє два рівні тривожності: низький і високий.²⁴⁵ Низький рівень тривожності необхідний для нормального пристосування людини до середовища, а високий викликає її дискомфорт у соціумі.

Українські вчені Б. І. Кочубей та Є. В. Новікова виділяють три рівні тривоги, пов'язаної з діяльністю: деструктивний, недостатній і конструктивний.²⁴⁶ Їхні дослідження дозволяють зробити висновок, що діти з підвищеною тривожністю відносяться до груп ризику по неврозам, адитивній поведінці, емоційним порушенням особистості.

Підводячи підсумок здійсненого нами аналізу результатів дослідження поняття тривожності, можна констатувати, що у вітчизняній психології дослідження з даної проблеми досить рідкі і носять розрізнений і фрагментарний характер. Аналіз основних робіт закордонних авторів показав, що в розумінні природи тривожності простежуються два підходи – розуміння тривожності як даної людської властивості від природи і як реакцію на небезпечний зовнішній світ. Тривожність, з одного боку, сприяє успішній діяльності у простих для індивіда ситуаціях, а з іншого перешкоджає та навіть призводить до повної дезорганізації діяльності в складних ситуаціях. Тобто тривожність як особистісна риса надає неоднозначний вплив на ефективність пізнавальної діяльності, що визначається ступенем відповідності рівня тривоги оптимального для конкретної людини станом. У цілому, ефект може бути мобілізуючий, так і дезорганізуючий, причому чим інтенсивніший стан тривоги, тим більш ймовірний дезорганізуючий ефект.

З огляду на зазначене, **мета** експериментального дослідження полягала у виявленні залежності рівнів тривожності студентів різного віку від їхнього темпераменту.

Завдання дослідження: 1) ознайомитися за літературними джерелами з поняттям «тривожність», історією вивчення цього поняття, а також методиками його дослідження; 2) за спеціальними методиками визначити рівні тривожності та індивідуальний темперамент студентів різного віку; 3) на основі експериментального дослідження встановити, чи існує залежність рівнів тривожності студентів від їхнього темпераменту; 4) зробити висновки на основі одержаних результатів; 5) розробити рекомендації педагогам вищих навчальних закладів щодо оптимізації рівня тривожності студентів.

Методи дослідження: аналіз наукової літератури з проблеми дослідження, анкетування студентів, психологічні методи дослідження, математична обробка результатів.

Методики дослідження для встановлення рівнів реактивної та особистісної тривожності студентів за Ч. Д. Спілбергером і Ю. Л. Ханіним²⁴⁷ і визначення їхнього типу темпераменту за Г. Айзенком.²⁴⁸

²⁴⁵ Імедадзе Н. В. (1996): Тривожність як чинник навчання в дошкільному віці. Психологічні дослідження. Ред. А. С. Прангішвілі. Тб., 1996, с. 49-58.

²⁴⁶ Кочубей Б. І., Новікова Є. В. (1998): Емоційна стійкість школяра. К.: Освіта, 1998, 237 с.

²⁴⁷ Ханін Ю. Л. Краткое руководство к применению школы реактивной и личностной тревожности Ч. Д. Спилберга. Москва; 1976.

Опитувальник Спілбергера-Ханіна містить у собі 40 запитань-суджень, 20 з яких призначені для оцінювання рівня реактивної тривожності (РТ) і 20 – для оцінювання рівня особистісної тривожності (ОТ). На кожне запитання існують чотири варіанти відповіді за ступенем інтенсивності: «майже ніколи», «іноді», «часто», «майже завжди». Студентам пропонувалося вибрати той варіант відповіді, який більше їм підходить. Підрахунок балів здійснювався за відповідною формулою. Результати визначають низький, середній та високий рівень тривожності.

На другому етапі використовувався опитувальник Г. Айзенка. Дана методика дає можливість визначити типологічні особливості досліджуваних. Опитувальник складається з 57 запитань, на які потрібно відповісти: «так» чи «ні», середнього значення для відповіді не передбачено. Підрахунок балів відбувається за шкалами: «щирість», «екстраверсія», «нейротизм». Відповідно до цього визначаються такі типи темпераменту: «холерик», «сангвінік», «флегматик», «меланхолік». Відповіді реципієнтів були переведені у відсоткові співвідношення.

Здійснене нами дослідження проводилось в Інституті людини Київського університету імені Бориса Грінченка.

Експериментальним дослідженням було охоплено 93 студенти, з них 51 студент 1-го курсу, 33 студенти 2-го курсу та 8 студентів 5-го курсу. Серед студентів, що брали участь в дослідженні: 86 осіб жіночої статі (93%) і 6 (7%) – чоловічої. Серед охоплених дослідженням студентів, 40 мають 17 років (44%), 35 – 18 років (38%), 4 – 19 років (4%), 4 – 20 років (4%), а 9 – старші 20 років (10%). Більшість охоплених студентів 17- та 18-річні (82%).

Застосовані нам методики дали змогу визначити приналежність кожного досліджуваного до певної групи (за типом темпераменту), а також визначити рівні реактивної та особистісної тривожності кожного студента. Рівень реактивної тривожності для більшості досліджуваних було визначено як низький – 63 студента (69% від вибірки), для інших: 26 студентів (28%) – помірний рівень, 3 студенти (3%) – високий рівень реактивної тривожності. Враховуючи ці дані, а також те, що рівень реактивної тривожності мало впливає на формування особистості та рівень її адаптивності, надалі в аналізі будуть використовуватися лише дані особистісної тривожності (ОТ).

Аналіз одержаних даних виявив, що:

1. Серед досліджуваних 21 студент (23%) є сангвініком, 18 студентів (20%) – флегматики, 26 студентів (28%) – холерики і 27 студентів (29%) – меланхоліки.

2. Близько половини досліджуваних, а саме 45 студентів (49%), мають високий рівень ОТ, 42 студенти (46%) – помірний рівень ОТ, і лише 5 студентів (5%) – низький рівень ОТ.

3. Серед студентів з високим рівнем ОТ більшість – 26 (58%) є меланхоліками, 16 (36%) – холериками, 2 (4%) – флегматиками і 1 (2%) – сангвінік.

Більшість студентів з помірною ОТ, а саме 19 студентів (45%) є сангвініками, інші 12 студентів (29%) – флегматики, 10 студентів (24%) – холерики і 1 студент (2%) – меланхолік.

Студенти з низькою ОТ лише сангвініки та флегматики, відповідно 1 (20%) та 4 (80%).

4. Серед представників чоловічої статі в даній вибірці 3 студенти є сангвініками, 2 студенти флегматики і 1 холерик. Усі хлопці виявилися з помірним та низьким рівнем ОТ. У даній вибірці лише дівчата мають високий рівень ОТ.

5. Досліджувані сімнадцяти та вісімнадцяти років – 75 студентів (82%) – у своїй більшості мають високий рівень тривожності – 39 студентів (52%). Серед них найбільше меланхоліків – 22 (56%) та холериків – 15 (38%), сангвініків та флегматиків по одному (3%). Помірний рівень тривожності у 32 студентів (43%), серед яких 16 сангвініків (50%), 11 флегматиків (34%), 4 холерики (13%) та 1 меланхолік (3%). 4 студенти, що складає 4%, є флегматиками з низьким рівнем ОТ.

²⁴⁸ Маруненко І. М., Неведомська С. О., Волковська Г. І. (2015): Психофізіологія: навч.-метод. посіб. з питань проведення практичних робіт для студ. небіол. спец. вищ. навч. закл. Київ: Київський ун-т імені Бориса Грінченка, 2015, 52 с.

6. Більшість досліджуваних віком понад вісімнадцяти років мають помірний рівень ОТ – 10 студентів (59%) і серед них 6 холериків (60%), 3 сангвініки (30%) і 1 флегматик (10%). Високий рівень ОТ мають 6 студентів (35%), які в основному є меланхоліками – 4 студенти (66%), по одному холерику та флегматику (17%). Один студент сангвінік з низьким рівнем ОТ.

Проведений експеримент дав змогу встановити такі **висновки**:

1. Респонденти з домінуючим типом темпераменту меланхоліка показали високий рівень особистісної тривожності, і становлять 58% від усіх досліджуваних з високим рівнем такої.

2. Холерики також продемонстрували високий рівень особистісної тривожності і становлять 36% від усіх респондентів з високою особистісною тривожністю, але також було виявлено 24% холериків серед студентів з помірною особистісною тривожністю.

3. Досліджувані з сангвінічним та флегматичним типами темпераменту показали помірний та низький рівні особистісної тривожності.

4. Також було проведено аналіз для встановлення вікових особливостей прояву особистісної тривожності, який показав, що серед досліджуваних сімнадцяти та вісімнадцяти років з високою особистісною тривожністю 56% є меланхоліками і 38% є холериками, а серед респондентів старших за 18 років 66% – меланхоліки і лише 17% – холерики. Більшість холериків, старших за 18 років мають помірний рівень особистісної тривожності.

Таким чином, у результаті експериментального дослідження виявлено прямо пропорційну взаємозалежність рівня особистісної тривожності від типу темпераменту. Меланхолійний тип темпераменту обумовлений слабкою нервовою системою і характеризується емоційною нестійкістю (нейротичністю), що й зумовлює високий рівень особистісної тривожності у меланхоліків. Крім того, слабкість нервової системи зменшує можливість для саморегуляції проявів високої особистісної тривожності у меланхоліків. Для більшості холериків також характерна висока особистісна тривожність у зв'язку з неврівноваженістю їх нервових процесів, а відтак, і емоційною нестійкістю. Але враховуючи, що холерики мають сильну нервову систему, можна стверджувати, що з віком збільшується можливість саморегуляції і зменшення рівня особистісної тривожності. Флегматики та сангвініки мають сильну нервову систему, вони є емоційно стійкими типами, для яких характерна стійкість по відношенню до зовнішніх подразників. Тому в них переважає низький та помірний рівні особистісної тривожності.

Дані, отримані в результаті дослідження та аналізу його результатів, підтверджують, що рівень тривожності обумовлений певним типом темпераменту. Встановлення взаємозв'язку між цими двома категоріями дасть змогу побачити можливості зменшення рівня тривожності за допомогою саморегуляції у відповідності з індивідуальними особливостями нервової системи кожного студента.

Викладачам вкрай важливо знати психолого-фізіологічні особливості кожного студента, а також долати за необхідності їхню тривожність.²⁴⁹ З огляду на це, пропонуємо рекомендації педагогам вищих навчальних закладів щодо оптимізації рівня тривожності студентів:

1. Враховуючи тип темпераменту кожного студента, передбачити його ймовірний рівень особистісної тривожності.

2. Істотно знизити тривожність студента, забезпечивши реальний успіх у будь-якій його діяльності. Для цього менше критикувати і більше підбадьорювати, причому не порівнювати з іншими, а тільки із самим собою, оцінюючи поліпшення результатів.

3. Не фіксувати увагу на невдачах студента, які можуть супроводжувати його навчально-пізнавальну діяльність, а відзначати найменший успіх.

4. Створити довірчий контакт і теплі емоційні стосунки з кожним студентом.

²⁴⁹ Неведомська Є. О., Михайловська Т. О. (2016): Як подолати педагогу тривожність студентів? Освітологічний дискурс. Фахове електронне наукове видання. Київський університет імені Бориса Грінченка. 2016; 1 (13): 131-144.

5. Необхідно вивчати систему особистих відносин студента в групі, для того щоб цілеспрямовано формувати ці відносини, для створення сприятливого емоційного клімату в колективі.

6. Не залишати без уваги жодного студента. Слід виявити і розвинути в кожному з них позитивні якості, підняти занижену самооцінку, рівень зусиль, щоб поліпшити їхнє положення в системі міжособистісних взаємин. Мотивувати таких студентів на успіх, включаючи у суспільне життя.

Проте, педагогу слід розуміти, що процес навчання та розвиток особистості студента найкращим чином впливає на формування майбутнього фахівця, не тоді, коли рівень тривоги низький, а коли він – оптимальний (середній), і тоді студент має можливість адекватним способом долати тривожність і тривогу.

Перспективи дослідження. Проведене експериментальне дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Перспективою наукових досліджень є виявлення системних взаємозв'язків між тривожністю і самооцінкою особистості. Потреба в цих знаннях виражається не тільки в науковому, але і практичному інтересі, оскільки вони відкривають можливості цілісного розуміння особистості.

Література

1. Імедадзе Н. В. (1996): Тривожність як чинник навчання в дошкільному віці. Психологічні дослідження. Ред. А. С. Прангішвілі. Тб., 1996, с. 49-58.
2. Кочубей Б. І., Новікова Є. В. (1998): Емоційна стійкість школяра. К.: Освіта, 1998, 237 с.
3. Паламарчук М. Є., Сердюк Л. С., Маруненко І. М., Неведомська Є. О. (2015): Вплив рівнів тривожності на пізнавальну діяльність студентів. Наукові здобутки студентів Інституту людини. Київ: Інститут людини Київського ун-ту ім. Б. Грінченка. 2015, № 2 (4).
4. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Волковська Г. І. (2015): Психофізіологія: навч.-метод. посіб. з питань проведення практичних робіт для студ. небіол. спец. вищ. навч. закл. Київ: Київський ун-т імені Бориса Грінченка, 2015, 52 с.
5. Неведомська Є. О., Михайловська Т. О. (2016): Як подолати педагогу тривожність студентів? Освітологічний дискурс. Фахове електронне наукове видання. Київський університет імені Бориса Грінченка. 2016; 1 (13): 131-144.
6. Прихожан А. М. (2007): Психология тревожности. СПб.: Питер, 2007, 192 с.
7. Роджерс К. (1994): Взгляд на психотерапию: Становление человека. М.: Прогресс-Универс, 1994, 401 с.
8. Салливан Г. С. (1999): Концепция современной психиатрии (пер. с английского). М.-СПб: Ювента. 1999, 246 с.
9. Степанов С. С. (2005): Популярная психологическая энциклопедия. М.: Эксмо, 2005, 672 с.
10. Українська психологічна термінологія: словник-довідник (2010): За ред. М.-Л. А. Чепи. Київ: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010, 302 с.
11. Фромм Э. (1999): Бегство от свободы (пер. с английского). М.: Эксмо, 1999, 175 с.
12. Ханин Ю. Л. Краткое руководство к применению школы реактивной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера. Москва; 1976.
13. Харченко Г. Д., Яценко С. П., Неведомська Є. О. (2019): Рівень тривожності студентів та його зв'язок з самооцінкою здоров'я. Науковий журнал «Спортивна наука та здоров'я людини». 2019; 2: 68-73.
14. Хорни К. (1997): Собрание сочинений: В 3 т. М.: Смысл, 1997.
15. Щербатых Ю. В. (2005): Психология страха: популярная энциклопедия. М.: Эксмо, 2005, 512 с.

2.7. Snizhana Kubrak. CONTINUING EDUCATION AS A PRECONDITION FOR SUSTAINABLE DEVELOPMENT OF A SPECIALIST

The higher education system is designed to form a special type of employee – the subject of social and professional activity, an original, active personality capable of continuous development and self-development. In today's labour market, a highly educated, highly professional employee able to think in a new way is appreciated. Ecologization of education system through interdisciplinary communication contributes to the systematization of knowledge. This involves the systematization of information obtained in one or more classes: establishing a sequence in the disclosure of certain parties or properties of known objects, phenomena, processes and strict logical classification. The systematization of knowledge is also carried out at each session: each part of the new material is based on the previously learned, linked to it and at the same time forms the basis for understanding the next topic.

2.8. Olena Kulyk. THE SIGNIFICANCE OF SOFT SKILLS FOR THE QUALITY TRAINING OF FUTURE TEACHERS IN THE CONTEXT OF UKRAINE'S ACHIEVEMENT OF SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

The author of the article proves that quality training of qualified teachers who receive knowledge that is necessary for the promotion of sustainable development and possess demanded skills for employment, reception of decent work and business activity is possible only at the equivalent formation of special and social skills at applicants of higher pedagogical education. The author argues that their equal formation is possible only if the educational and cognitive, communicative, motivational and value dimensions are introduced in each practice or seminar session of each discipline in a higher education institution. The author clearly demonstrates how to take into account the «gradient» of such measurements on the example of formulation of tasks for the disciplines «Modern Ukrainian language» and «Communicative processes in teaching».

2.9. Jevgenija Nevedomsjka. DEPENDENCE OF STUDENT ANXIETY FROM TEMPERAMENT AND ITS OPTIMIZATION DURING THE EDUCATIONAL PROCESS

The article deals with the concept of «anxiety», a comparative analysis of the concepts of «anxiety», «anxiety», «fear» analyzed the scientific literature on anxiety problems, set goals and objectives of the pilot study disclosed method of the experiment. The study proved that the level of anxiety of the student depends on the type of temperament. Such data will be useful to teachers in the educational process. Recommendations teachers of higher educational institutions to optimize the level of anxiety of students.

2.10. Liudmyla Ovsiienko. QUALITY EDUCATION AND SCIENCE AS A BASIC COMPONENT OF ENSURING THE STATE SUSTAINABLE DEVELOPMENT

This section examines the main components of ensuring sustainable/balanced social, ecological and economic development of the state and society, namely education and science. The author concludes that the main direction of movement in education and science on the way to sustainable development is anthropocentrism. Therefore, the XXI century needs a new personality and a specialist with a complex of relevant knowledge and universal skills and abilities (to solve complex problems in a complex way, to think critically, to be creative, to interact in a team and society, to manage emotions (to apply emotional intelligence), to be able to instantly «switch» from one thought to another, to think of several things simultaneously and to make quick and qualitative decisions, to be oriented to the consumer and to apply modern services). Scientific knowledge should be transformed into education, and education in the future will produce new scientific knowledge.