



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE
КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
BORYS GRINCHENKO KYIV UNIVERSITY

**ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ І СПОРТ:
ПЕРСПЕКТИВИ ТА КРАЩІ ПРАКТИКИ**

МАТЕРІАЛИ

IV Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції

16–17 травня 2023 року

м. Київ, Україна

**HEALTH, PHYSICAL EDUCATION AND SPORT:
PERSPECTIVES AND BEST PRACTICES**

BOOK OF ABSTRACTS

4th International Online Conference

16–17 May, 2023

Kyiv, Ukraine



УДК: 796+61]:378(082)

DOI: 10.28925/2023.16705168conf

Здоров'я, фізичне виховання і спорт: перспективи та кращі практики:

матеріали IV Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції. 16-17 травня, 2023 р., Київ / Київ. ун-т імені Бориса Грінченка; за заг. ред. О. В. Ярмолюк. – К.: Київ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2023. – 171 с.

Містить матеріали щодо застосування сучасних здоров'язберезувальних технологій, інноваційних практик у спорті та фізичному вихованні. Розглянуті філософські, організаційні та соціально-економічні аспекти розвитку фізичної культури і спорту, медико-біологічні, фізіологічні та психологічні засади підготовки спортсменів, питання фізичного виховання різних груп населення, сучасних фітнес технологій, фізичної терапії та ерготерапії.

Видання відкрито для вільного доступу на умовах ліцензії Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0), котра дозволяє іншим особам вільно розповсюджувати опубліковану роботу з обов'язковим посиланням на автора(ів) оригінальної роботи та публікацію роботи в цьому виданні.

Голова організаційного комітету: Г. Лопатенко.

Організаційний комітет: В. Білецька, І. Ляхова, О. Мусіяченко, Н. Пилипченко, М. Прядко, Т. Руденко, В. Савченко, О. Ярмолюк.

Редакційна комісія: М.В. Латишев, Р.О. Сушко, О.В. Ярмолюк.

Надані матеріали пройшли рецензування, перевірку на подібність в системі Strike Plagiarism і представлені в авторській редакції. За точність викладених фактів та коректність цитування відповідальність несе автор.

Затверджено Вченою радою Факультету здоров'я, фізичного виховання і спорту Київського університету імені Бориса Грінченка (протокол № 4 від 23 травня 2023 року).

Електронна версія видання розміщена на сайті: <https://fzfv.kubg.edu.ua/>



UDK: 796+61]:378(082)
DOI: 10.28925/2023.16705168conf

Health, Physical Education and Sport: Perspectives and Best Practices.

Book of Abstracts of the 4th International online conference. 16-17 May, 2023, Kyiv / Borys Grinchenko Kyiv University; edited by O. Yarmoliuk. – Kyiv: Borys Grinchenko Kyiv University, 2023. – 171 p.

Modern health care technologies, innovative practices in sports and physical education are covered in the Book of Abstracts. Philosophical, organizational and socio-economic aspects of the development of physical culture and sports, medical-biological, physiological and psychological principles of the athletes' training, issues of physical education of different groups, present-day fitness technologies, physical therapy and ergotherapy are considered here.

The abstracts are open for free access under the Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0) license, which allows to freely distribute the published materials with mandatory reference to the author(s) of the original work and publication of the work in this edition.

Head of Organizing Committee: G. Lopatenko.

Organizing Committee: V. Biletska, I. Liakhova, O. Musiyachenko, N. Pylypchenko, M. Priadko, T. Rudenko, V. Savchenko, O. Yarmoliuk.

Editorial Commission: M. Latyshev, R. Sushko, O. Yarmoliuk.

The materials have been peer-reviewed, checked for similarity in the Strike Plagiarism system and are presented in the author's version. The author is responsible for the accuracy of the facts and the correctness of the citation.

The Abstracts are recommended for publication by the Academic Council of Faculty of Health, Physical Education and Sport at Borys Grinchenko Kyiv University (protocol No 4 of May 23, 2023).

Web-site: <https://fzfv.kubg.edu.ua/>



Borys Grinchenko Kyiv University, 2023



Сиваш І. КОНЦЕПЦІЇ ХАРЧУВАННЯ ГІМНАСТОК	92
Станкевич Л. РОЛЬ МЕТАБОЛІЧНИХ ЗМІН ЗА ПОКАЗНИКОМ ВМІСТУ СЕЧОВИНИ В КРОВІ У СПОРТСМЕНІВ, ТРЕНОВАНИХ НА ВИТРИВАЛІСТЬ В ПІДГОТОВЧОМУ ТА ЗМАГАЛЬНОМУ ПЕРІОДАХ.....	97
Федорчук С., Куценко Т., Лисенко О. МАКСИМАЛЬНИЙ ТЕМП РУХУ ЗА ПОКАЗНИКАМИ ТЕПІНГ-ТЕСТУ ЯК ІНДИКАТОР СТАНУ ДИНАМІЧНОЇ М'ЯЗОВОЇ ВИТРИВАЛОСТІ	99
Шеховцова К. ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ МІОФАСЦІАЛЬНОГО РЕЛІЗУ ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ І ЗАПОБІГАННЯ ТРАВМАТИЗМУ СПОРТСМЕНІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ ЗІ СПОРТИВНОЇ АЕРОБІКИ	101
Секція 3. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, РЕКРЕАЦІЯ, ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА ЕРГОТЕРАПІЯ /	
Section 3. PHYSICAL EDUCATION, RECREATION, PHYSICAL THERAPY AND ERGOTHERAPY	
Kadhim H. USE CORRECTIVE EXSERSISE ON BACK PAIN IN MALE STUDENTS SUFFERING FROM LUMBAR LORDOSIS	104
Бірючинська С. ПІЛАТЕС ЯК ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ ТА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРОФЕСІЙНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ ОФІСНИХ СПІВРОБІТНИКІВ	105
Бучинський О. МЕТОДИЧІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ПЛЕЧЕ-ЛОПАТКОВОМУ ПЕРІАРТРИТІ	108
Волощенко Ю. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ОКРЕМИХ ДОМЕНІВ ІНТЕРОЦЕПТИВНОГО УСВІДОМЛЕННЯ З ВИБОРОМ СТРАТЕГІЙ ПРОАКТИВНОГО ПОДОЛАННЯ, ЯКІСТЮ ЖИТТЯ, АКАДЕМІЧНОЮ СТІЙКІСТЮ ТА ПОКАЗНИКАМИ СЕРЦЕВОГО РИТМУ СТУДЕНТІВ 1 КУРСУ КИЇВСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА	113
Волощенко Ю. РІВЕНЬ ВПЛИВУ ІНТЕРОЦЕПТИВНОГО УСВІДОМЛЕННЯ НА ВИБІР СТРАТЕГІЙ ПРОАКТИВНОГО ПОДОЛАННЯ, ЯКІСТЬ ЖИТТЯ І АКАДЕМІЧНУ СТІЙКІСТЬ СТУДЕНТІВ 1 КУРСУ КИЇВСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА	117
Гамоля В., Данилевич А., Тимчик О. ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ СПОРТИВНИХ ТРАВМАХ (ФУТБОЛ)	122
Єжова О., Бабенко Я. ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ У ПРОФІЛАКТИЦІ СПОРТИВНИХ ТРАВМ ПЛЕЧА	126
Єретик А., Коротя В., Совгіря Т. ВПЛИВ ЙОГИ НА САМОПОЧУТТЯ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ	130
Зимарков Є., Короп Н., Неведомська Є. НЕЙРОННА МЕРЕЖА ТА ВИКОРИСТАННЯ ЧАТ-БОТІВ У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ	132
Киричок Ю., Гудим Г. ВИЗНАЧЕННЯ ВІДСОТКОВОГО ЗНАЧЕННЯ ПІДШКІРНОГО ЖИРУ В СТУДЕНТІВ, ЯК ОДНОГО З ФАКТОРІВ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я.	136



ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ОКРЕМИХ ДОМЕНІВ ІНТЕРОЦЕПТИВНОГО УСВІДОМЛЕННЯ З ВИБОРОМ СТРАТЕГІЙ ПРОАКТИВНОГО ПОДОЛАННЯ, ЯКІСТЮ ЖИТТЯ, АКАДЕМІЧНОЮ СТІЙКІСТЮ ТА ПОКАЗНИКАМИ СЕРЦЕВОГО РИТМУ СТУДЕНТІВ 1 КУРСУ КИЇВСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА

Волощенко Юрій

Київський університет імені Бориса Грінченка
(м. Київ, Україна)

Вступ. Продовжено вивчення впливу інтероцептивного усвідомлення (а також, окремих його доменів) на вибір стратегій проактивного подолання, якість життя, академічну стійкість та показники серцевого ритму студентів. З цією метою у 2022 р. розпочато, а в 2023 р. продовжено програму педагогічного спостереження популяції студентів 1 курсу Київського університету імені Бориса Грінченка. Крім вже використовуваних опитувальників "Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness Questionnaire" ("MAIA-2," «Багатовимірна оцінка інтероцептивного усвідомлення, версія 2») [3], "Proactive Coping Inventory" ("PCI," «Анкета реакцій на щоденні події») [2], "World Health Organisation Quality of Life Scale" ("WHOQOL-BREF," «Короткий опитувальник якості життя») [4, 5], "Academic Resilience Scale" ("ARS-30," «Шкала академічної стійкості») [1], додано двотижневе дослідження показників серцевого ритму. В тезах доповіді представлено результати кореляційного аналізу.

Мета дослідження — вивчити рівень впливу інтероцептивного усвідомлення на вибір стратегій проактивного подолання, якість життя, академічну стійкість, показники серцевого ритму студентів 1 курсу Київського університету імені Бориса Грінченка.

Матеріал і методи: педагогічне спостереження, анкетування, вимірювання ЧСС, статистичні методи.

Результати дослідження. Весною 2023 року продовжено педагогічне спостереження популяції студентів 1 курсу Київського університету імені Бориса Грінченка. Додатково до другого етапу анкетування проведено двотижневе дослідження показників серцевого ритму. Порівняно результати першого (жовтень-листопад 2022 року) і другого (лютий-березень 2023 року) етапів анкетування (N=266), другого (лютий-березень 2023 року) етапу анкетування і показників серцевого ритму (N=177).

В табл. 1 представлено результати кореляційного аналізу шкал першого (жовтень-листопад 2022 року) і другого (лютий-березень 2023 року) етапів анкетування: «Багатовимірної оцінки інтероцептивного усвідомлення», «Анкети реакцій на щоденні події», «Короткого опитувальника якості життя» та «Шкали академічної стійкості». Згідно традиційної інтерпретації різних рівнів значущості (відносно нуля), коли $\alpha = 0,05$, прийнятним для відхилення H_0 визнається рівень $p < 0,05$. Для вибірки (N=266), якщо коефіцієнт кореляції $r > 0,12$ ($p < 0,05$), можливий статистичний висновок — «виявлені статистично достовірні (значущі) відмінності»; якщо $r > 0,16$ ($p < 0,01$), можливий статистичний висновок — «відмінності виявлені на високому рівні статистичної значущості». Якщо на першому (жовтень-листопад 2022 року) етапі виявлено високі рівні статистичної значущості для шкал «Багатовимірна оцінка інтероцептивного



усвідомлення», «Анкета реакцій на щоденні події», «Короткий опитувальник якості життя», то на другому (лютий-березень 2023 року) виявлено високі рівні статистичної значущості для всіх 4 шкал.

Таблиця 1

жовтень-листопад 2022 р., (N=266)				
«Багатомірна оцінка інтероцептивного усвідомлення»	«Анкета реакцій на щоденні події»	«Короткий опитувальник якості життя»	«Шкала академічної стійкості»	Шкали
1	0,46	0,28	0,09	«Багатомірна оцінка інтероцептивного усвідомлення»
0,46	1	0,39	0,07	«Анкета реакцій на щоденні події»
0,28	0,39	1	0,10	«Короткий опитувальник якості життя»
0,09	0,08	0,10	1	«Короткий опитувальник якості життя»
лютий-березень 2023 р., (N=266)				
Шкали	«Багатомірна оцінка інтероцептивного усвідомлення»	«Анкета реакцій на щоденні події»	«Короткий опитувальник якості життя»	«Шкала академічної стійкості»
«Багатомірна оцінка інтероцептивного усвідомлення»	1	0,45	0,36	0,23
«Анкета реакцій на щоденні події»	0,45	1	0,38	0,35
«Короткий опитувальник якості життя»	0,36	0,38	1	0,24
«Шкала академічної стійкості»	0,23	0,35	0,24	1

В табл.2 представлено результати кореляційного аналізу шкал «Багатомірна оцінка інтероцептивного усвідомлення», «Анкета реакцій на щоденні події», «Короткий опитувальник якості життя», «Шкала академічної стійкості» і показників серцевого ритму. Для вибірки (N=177), якщо коефіцієнт кореляції $r > 0,16$ ($p < 0,05$), можливий статистичний висновок — «виявлені статистично достовірні (значущі) відмінності»; якщо $r > 0,21$ ($p < 0,01$), можливий статистичний висновок — «відмінності виявлені на високому рівні статистичної значущості». Так, між «Анкетною реакцією на щоденні події» і ЧСС_{стоячи} виявлено високий рівень статистичної значущості, а між «Анкетною реакцією на щоденні події» і Δ ЧСС виявлено статистично достовірні (значущі) відмінності.



Таблиця 2

Домени шкали «Багатовимірної оцінки інтероцептивного усвідомлення»	«Багатовимірної оцінки інтероцептивного усвідомлення»	«Анкета реакцій на щоденні події»	«Короткий опитувальник якості життя»	«Шкала академічної стійкості»	ЧСС _{лежачи}	ЧСС _{стоячи}	ΔЧСС
«Багатовимірної оцінки інтероцептивного усвідомлення»	1	0,44	0,39	0,16	-0,08	-0,06	-0,01
«Анкета реакцій на щоденні події»	0,44	1	0,37	0,28	-0,10	-0,22	-0,20
«Короткий опитувальник якості життя»	0,39	0,37	1	0,25	-0,12	-0,15	-0,10
«Шкала академічної стійкості»	0,16	0,28	0,25	1	-0,10	-0,10	-0,06

В табл. 3 представлено результати кореляційного аналізу окремих доменів «Багатовимірної оцінки інтероцептивного усвідомлення» та «Анкети реакцій на щоденні події», «Короткого опитувальника якості життя», «Шкали академічної стійкості», показників серцевого ритму. Так, між «Анкетною реакцією на щоденні події» і 6 доменами «Багатовимірної оцінки інтероцептивного усвідомлення» виявлено високі рівні статистичної значущості. Також, між «Коротким опитувальником якості життя» і 3 доменами «Багатовимірної оцінки інтероцептивного усвідомлення» виявлено високі рівні статистичної значущості, а між 3 іншими доменами виявлено статистично достовірні (значущі) відмінності.

Таблиця 3

Домени шкали «Багатовимірної оцінки інтероцептивного усвідомлення»	«Анкета реакцій на щоденні події»	«Короткий опитувальник якості життя»	«Шкала академічної стійкості»	ЧСС _{лежачи}	ЧСС _{стоячи}	ΔЧСС
<i>Noticing (навичка помічати)</i>	0,29	0,11	-0,00	0,12	0,09	0,02
<i>Not-Distracting (навичка не відволікатися)</i>	-0,12	0,19	0,10	-0,15	-0,06	0,04
<i>Not-Worrying (навичка не турбуватися)</i>	-0,08	0,18	0,00	-0,06	-0,03	0,01
<i>Attention Regulation (навичка регулювати увагу)</i>	0,37	0,28	0,11	-0,05	-0,08	-0,07
<i>Emotional Awareness (навичка усвідомлювати емоції)</i>	0,36	0,03	0,08	-0,02	0,01	0,04



Продовження таблиці 3

<i>Self-Regulation</i> (навичка саморегулювання)	0,45	0,34	0,15	-0,12	-0,07	-0,00
<i>Body Listening</i> (навичка прислухатися до тіла)	0,42	0,20	0,06	-0,04	-0,07	-0,04
<i>Trusting</i> (навичка довіряти)	0,37	0,46	0,11	-0,02	0,01	0,02

Висновки.

1. В статті порівняно кореляційні коефіцієнти двох скринінгів, проведених в рамках одного і того ж педагогічного спостереження, Перше анкетування відбувалось у жовтні-листопаді 2022 року, а друге — у лютому-березні 2023 року. Співставлено результати анкетування 266 респондентів, які заповнили всі чотири анкети. Так, у жовтні-листопаді 2022 року коефіцієнт кореляції між «Багатовимірною оцінкою інтероцептивного усвідомлення» і «Анкетою реакцій на щоденні події» склав $r=0,46$ ($p<0,01$), між «Багатовимірною оцінкою інтероцептивного усвідомлення» і «Коротким опитувальником якості життя» $r=0,28$ ($p<0,01$). Виявлені взаємозв'язки мають високий рівень статистичної значущості ($p<0,01$). Також, високий рівень статистичної значущості виявлено між «Анкетою реакцій на щоденні події» і «Коротким опитувальником якості життя» ($r=0,39$; $p<0,01$). У лютому-березні 2023 року коефіцієнт кореляції між «Багатовимірною оцінкою інтероцептивного усвідомлення» і «Анкетою реакцій на щоденні події» склав $r=0,45$ ($p<0,01$), між «Багатовимірною оцінкою інтероцептивного усвідомлення» і «Коротким опитувальником якості життя» $r=0,36$ ($p<0,01$), між «Багатовимірною оцінкою інтероцептивного усвідомлення» і «Шкалою академічної стійкості» $r=0,23$ ($p<0,01$). Виявлені взаємозв'язки мають високий рівень статистичної значущості ($p<0,01$). Також, високі рівні статистичної значущості виявлено між «Анкетою реакцій на щоденні події» і «Коротким опитувальником якості життя» ($r=0,38$; $p<0,01$), між «Анкетою реакцій на щоденні події» і «Шкалою академічної стійкості» ($r=0,35$; $p<0,01$), між «Коротким опитувальником якості життя» і «Шкалою академічної стійкості» ($r=0,24$; $p<0,01$). Отже, у лютому-березні 2023 року між усіма 4 анкетами виявлено високі рівні статистичної значущості.

2. Також, порівняно кореляційні коефіцієнти всіх чотирьох анкет з результатами двотижневого дослідження показників серцевого ритму. Так, у 177 респондентів між «Анкетою реакцій на щоденні події» і ЧСС_{стоячи} виявлено високий рівень статистичної значущості ($r=-0,22$; $p<0,01$), між «Анкетою реакцій на щоденні події» і Δ ЧСС виявлено статистично достовірні (значущі) відмінності ($r=-0,20$; $p<0,05$).

3. Крім того, встановлено коефіцієнти кореляції між окремими доменами «Багатовимірної оцінки інтероцептивного усвідомлення» і іншими шкалами. Так, між «Анкетою реакцій на щоденні події» і 6 доменами: «навичкою помічати» ($r=-0,29$; $p<0,01$), «навичкою регулювати увагу» ($r=0,37$; $p<0,01$), «навичкою усвідомлювати емоції» ($r=0,36$; $p<0,01$), «навичкою саморегулювання» ($r=0,45$; $p<0,01$), «навичкою прислухатися до тіла» ($r=0,42$; $p<0,01$), «навичкою довіряти» ($r=0,37$; $p<0,01$) виявлено високі рівні статистичної значущості. Також, між «Коротким опитувальником якості життя» і 3 доменами: «навичкою регулювати увагу» ($r=0,28$; $p<0,01$), «навичкою саморегулювання» ($r=0,34$; $p<0,01$), «навичкою довіряти» ($r=0,46$; $p<0,01$) виявлено



високі рівні статистичної значущості, а між 3 іншими доменами: «навичкою не відволікатися» ($r=0,19$; $p<0,05$), «навичкою не турбуватися» ($r=-0,18$; $p<0,05$), «навичкою прислухатися до тіла» ($r=0,20$; $p<0,05$) виявлено статистично достовірні (значущі) відмінності.

Отже, виявлені взаємозв'язки між усіма чотирма анкетами мають високі рівні статистичної значущості і тепер ми можемо підтвердити нашу вихідну змістовну гіпотезу про високий рівень впливу інтероцептивного усвідомлення на вибір стратегій проактивного подолання, якість життя і академічну стійкість студентів.

Література:

1. Cassidy S. The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in psychology*, 2016;7:1787.
2. Greenglass E., Schwarzer R., Jakubiec D., Fiksenbaum L., Taubert S. The proactive coping inventory (PCI): A multidimensional research instrument. In 20th international conference of the stress and anxiety research society (STAR), Cracow, Poland. 1999;12:14.
3. Mehling W. E., Acree M., Stewart A., Silas J., Jones A. The multidimensional assessment of interoceptive awareness, version 2 (MAIA-2). *PloS one*, 2018;13(12):e0208034.
4. World Health Organization. Programme on mental health: WHOQOL user manual (No. WHO/HIS/HSI Rev. 2012.03). World Health Organization. 1998. URL: <https://www.who.int/tools/whoqol/whoqol-bref>.

РІВЕНЬ ВПЛИВУ ІНТЕРОЦЕПТИВНОГО УСВІДОМЛЕННЯ НА ВИБІР СТРАТЕГІЙ ПРОАКТИВНОГО ПОДОЛАННЯ, ЯКІСТЬ ЖИТТЯ І АКАДЕМІЧНУ СТІЙКІСТЬ СТУДЕНТІВ 1 КУРСУ КИЇВСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА

Волощенко Юрій

Київський університет імені Бориса Грінченка
(м. Київ, Україна)

Вступ. В Україні продовжено вивчення інтероцептивного усвідомлення студентів, а саме, його рівня впливу на вибір стратегій проактивного подолання, якість життя і академічну стійкість. З цією метою у 2022/23 н.р. розпочато основну програму педагогічного спостереження популяції студентів 1 курсу Київського університету імені Бориса Грінченка, що є логічним продовженням розвідувальної програми спостереження (проведеної у 2021/22 н.р.). Крім вже використовуваних шкал "Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness Questionnaire" ("MAIA-2," уточнено і подано як «Багатовимірна оцінка інтероцептивного усвідомлення, версія 2») [3], "World Health Organisation Quality of Life Scale" ("WHOQOL-BREF," уточнено і подано як «Короткий опитувальник якості життя») [4, 5], "Academic Resilience Scale" ("ARS-30," уточнено і подано як «Шкала академічної стійкості») [1], додано "Proactive Coping Inventory" ("PCI," подано як «Анкета реакцій на щоденні події») [2]. Всі ці анкети адаптовані нами і потребують подальшої валідації. В тезах доповіді представлено результати кореляційного аналізу вихідної змістовної гіпотези.

Мета дослідження — вивчити рівень впливу інтероцептивного усвідомлення на вибір стратегій проактивного подолання, якість життя і академічну стійкість студентів 1 курсу Київського університету імені Бориса Грінченка.