

СЕКЦІЯ 4 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ В УМОВАХ COVID-19

THE FORMATION OF PERSONALITY MOTIVATION AND PSYCHOLOGICAL STATE UNDER THE CONDITIONS OF COVID-19

Період пандемії COVID-19 пов'язаний із постійними ситуаціями невизначеності особистості. Люди у всьому світі зараз не мають точного уявлення про те, що відбуватиметься у їхньому житті найближчим часом. Невизначеність посилюється за рахунок дефіциту достовірної інформації про хворобу, способи її лікування та профілактики, у той час як у засобах масової інформації та соціальних мережах транслюється величезна кількість різних фактів, що не завжди викликають довіру. Стаття присвячена проблемі дослідження мотивації особистості та її психологічного стану в умовах COVID-19. Зокрема, акцентовано увагу на емоційному інтелекті, саморегуляції і пильності, самопочутті та настрої, рефлексії та контролі. Розглядаються проблеми мотивації у сучасній психології, пов'язані з аналізом джерел активації людини, спонукальних сил її діяльності та поведінки. Розкриваються процеси формування мотиву залежно від властивостей особистості. Зазначено, що пандемія сприяє прояву деструктивних психічних реакцій у здорових людей, серед яких – тривога, страх, фобії, нав'язливість і депресія, а також створене сприйняття реальної ситуації. У статті інтерес спрямований на дослідження змісту мотиваційної галузі особистості та її психологічного стану як складної організованої структури. З цією метою проведено онлайн-опитування у Карпатському університеті імені Августина Волошина. Для підведення підсумків проведеного опитування автори прокоментували деякі результати тестування за шкалами. Згідно з результатами опитування близько половини респондентів мають низькі показники гнучкості, саморегуляції, активності й мотивації, а також високі показники тривожності, що цілком зрозуміло у ситуації епідемії та самоізоляції. Для профілактики та подолання стресу пропонується мотиваційне інтерв'ювання, яке варто використовувати в різних ситуаціях взаємодії з людиною у кризовій ситуації (у тому числі й під час карантинних заходів), оскільки цей підхід дозволяє активізувати внутрішню мотивацію особистості до змін. Зазначено, що роль мотивації особистості та її психологічного стану під час пандемії COVID-19 аж ніяк не зменшується, а навпаки, набуває нових обертів та різних інтелектуальних, соціальних та психологічних відтінків.

Ключові слова: мотивація, мотив, особистість, психологічний стан, розвиток, COVID-19.

The COVID-19 pandemic period is associated with invariable situations of personality uncertainty. People all over the world now have no exact idea of what is going to happen in their lives in the near future. The situation is aggravated by the lack of reliable information about the disease, treatment and prevention, while the media and social networks broadcast a huge number of different facts that are not always credible. The article is devoted to the problem of research of personality motivation and its psychological state in COVID-19 conditions, in particular, the emphasis is put on emotional intelligence, self-regulation and vigilance, self-feeling and mood, reflection and control. The problems of motivation in modern psychology, related primarily to the analysis of the sources of human activation, the motivating forces of his activity and behavior, are considered. The processes of motive formation depending on personality properties are disclosed. It is noted that pandemic contributes to manifestation of destructive mental reactions in healthy people, among which are anxiety, fear, phobia, obsession and depression, as well as distorted perception of the real situation. In the article, the interest is aimed at investigating the content of the motivational branch of the personality and its psychological state as a complex organized structure. To this end, an online survey was conducted at the Augustin Voloshin Carpathian University, in connection with the COVID-19 pandemic. To summarize the results of the survey, the author commented on some of the test results on the scales. According to the results of the survey, about half of the respondents have low indexes of "flexibility" of self-regulation, as well as activity and high indexes of anxiety, low motivation, which is quite understandable by the situation of the epidemic and self-isolation. Motivational interviewing was suggested to prevent and overcome relevance stress, which should be used in various situations of interaction with a person in a crisis situation (including during quarantine measures), as this approach allows to activate the inner motivation of a person to change. It is noted that the role of personal motivation and its psychological state during the pandemic COVID-19 does not decrease in any way, but on the contrary: it acquires new turns and gives it various intellectual, social and psychological shades.

Key words: motivation, motive, personality, psychological state, development, COVID-19.

УДК 159.9.019.4:[316.6:616-036.21COVID-19]
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.30.7>

Бедь В.В.

ORCID ID: 0000-0002-1817-8195
д.богослов.н., д.юрид.н., професор,
ректор
Карпатський університет
імені Августина Волошина

Сивній Н.Ф.

ORCID ID: 0000-0001-6192-5021
д.психол.н.,
професор кафедри психології,
педагогіки та соціальної роботи
Карпатський університет
імені Августина Волошина

Ярема О.М.

ORCID ID: 0000-0001-8896-2850
д.психол.н.,
професор кафедри психології,
педагогіки та соціальної роботи
Карпатський університет
імені Августина Волошина

Період пандемії COVID-19 пов'язаний із постійними ситуаціями невизначеності особистості. Люди у всьому світі зараз не мають

точного уявлення про те, що відбуватиметься у їхньому житті найближчим часом. Невизначеність посилюється за рахунок дефіциту

достовірної інформації про хворобу, способи її лікування та профілактики, у той час як у засобах масової інформації та соціальних мережах транслюється величезна кількість різних фактів, що не завжди викликають довіру. У результаті у багатьох людей виникає страх, розгубленість, пригнічення можливостей продовжувати роботу, у них знижується мотивація. Пандемія COVID-19 є першою у світовій історії пандемією, яка розгортається в умовах існування Facebook та інших соціальних мереж, тому вона супроводжується небувалою панікою, наслідки якої можуть значно погіршити наслідки COVID-19. Погоджуємося з думкою В. Бочелюка та М. Панова, що хвороби, пов'язані із COVID-19, набули характеру епідемії з кінця 2019 року, а їх наслідки повністю не відомі людству, тому надзвичайно важливою віхою поточного моменту є можливість людини реалізуватись у тих умовах, що склалися [2, с. 197]. Завдяки дослідженням різних груп населення можлива оцінка соціально-психічного стану товариства та подальше використання отриманої інформації з метою надання психологічної допомоги. Пандемія COVID-19 може призвести до різних соціально-психологічних наслідків. Крім того, важливо відзначити, що найбільш актуальним для психологічної науки та практики залишається питання психічного стану та поведінки людей в ізоляції у зв'язку з карантинном (тривога, втрата контролю, панічні атаки, страхи, невротичні порушення, зловживання психоактивними речовинами, зниження здатності до критичного мислення, віра у надприродне, недовіра до соціальних інститутів, влади, ЗМІ тощо). Фактори нестабільності та невизначеності, а також унікальність самої ситуації глобального локдауну сукупно викликали необхідність кардинальної перебудови життєвих стратегій, усталених способів життєустрою сучасної людини. Тривожне інформаційне поле стало тлом підвищення психоемоційної тривожності населення, що також позначилося на всіх буттєвих аспектах: людям довелося відкрито зустрітися з базовими віхами існування – свободою, смертю, ізоляцією, самотністю, відсутністю сенсу у житті. Відсутність можливості прогнозувати своє життя і впливати на те, що відбувається, високий рівень невизначеності економічної ситуації викликають стрес, наслідком якого є емоційне виснаження, що позбавляє людину впевненості в собі, призводить до появи почуття життєвої нестабільності та втрати перспективи майбутнього. Це супроводжуються зниженням мотивації особистості. Мотивація, в тому числі й мотивація особисті, є полем дослідження багатьох вчених. Дослідженням проблем особистості та її психологічного стану в умовах COVID-19 приділяли увагу Н. Маза-

ева та А. Головіна. Про професійний стрес та професійне вигорання особистості в умовах пандемії йдеться в наукових розвідках М. Єлесіної. Формування мотивації особистості в умовах COVID-19 досліджували А. Заліпаєва, Т. Нестік, І. Охріменко, Н. Лигун.

Мета статті – дослідити стан формування мотивації особистості для визначення її психологічного стану (емоційний інтелект, саморегуляція і пильність, самопочуття та настрої, рефлексія та контроль), що проявляється в умовах COVID-19.

Мотивація є однією з фундаментальних проблем як вітчизняної, так і зарубіжної психології. Розробка проблеми мотивації у сучасній психології пов'язана з аналізом джерел активності людини, спонукальних сил її діяльності, поведінки, з пошуком відповіді на питання про те, що спонукає людину до діяльності, який мотив її діяльності. У наукових розвідках існує безліч підходів до визначення поняття «мотивація». Проаналізуємо детальніше поняття «мотив» і «мотивація».

Нині мотивація як психічне явище трактується по-різному. С. Рубінштейн дає таке визначення: «Мотивація – це суб'єктивна детермінація поведінки людини світом, опосередкована процесом відображення». Із цього трактування терміна виходить, що індивід заломлює дійсність через свій внутрішній світ, відбиваючи її через мотивацію [8].

Р. Немов пояснює це поняття так: «Мотивація – це сукупність причин психологічного характеру, що пояснюють поведінку людини, її початок, спрямованість і активність» [7].

На думку української вченої О. Христок, мотивація – це система спонукань, які зумовлюють активність організму і визначають спрямованість особистості [9, с. 116].

Слід зазначити, що термін «мотивація» використовується в психології для опису та пояснення причин поведінки людини в різних обставинах життя, спрямованості та механізмів здійснення активності. Важливо в аналізі поведінкової активності людини розрізнити феномени «стимул» та «мотив». Стимул є зовнішнім спонуканням, а мотив є внутрішнім спонуканням, пов'язаним з необхідністю задоволення актуальної потреби. Потреба спонукає людину до дії, активності, вчинків задля пошуку рішень життєвих завдань, здійснення вибору. Актуальними в людини можуть бути фізичні, пізнавальні, соціальні, духовні потреби. Їх виникнення та необхідність задоволення багато в чому пов'язані з особливостями виховання, специфікою дорослішання, способом життя людини, активністю/пасивністю життєвої позиції особистості. Психологію мотивації цікавлять причини та регулятори поведінки, а не сам її перебіг. Відмінність між регуляцією і детермінацією – це різниця

між тими факторами, які просто впливають на протікання процесу, зрушуючи його в той чи інший бік, і тими факторами, які його породжують, без яких би його не було.

Поняття «мотив» вивчав і відомий вітчизняний вчений Є. Ільїн, який розглядав його як інтегральне психологічне утворення. Мотивацію він розглядав як динамічний процес формування мотиву [6].

Відомий вчений виокремлював компоненти, які він відніс до певних блоків, які можна розглядати як стадії формування мотиву. Це такі компоненти: блок потреб, який містить біологічні та соціальні потреби; блок внутрішнього фільтру, який включає в себе моральний контроль, оцінку зовнішньої ситуації та своїх можливостей; цільовий блок, або блок постановки цілей, компонентами якого є образ предмету або того, що може задовольнити потребу, опредметнена діяльність та опредметнена ціль [6, с. 118]. Мотиваційна сфера (мотивація у широкому сенсі) людини включає всі види спонукань, а саме: мотиви, потреби, інтереси, прагнення, цілі, потяги, мотиваційні установки, диспозиції, ідеали тощо. Мотив, на відміну мотивації, – це те, що належить самому об'єкту поведінки, є її стійкою особистісною властивістю. Аналіз наукових розвідок дозволив зробити висновок, що найбільш поширеними визначеннями мотиву у вітчизняній і зарубіжній психології є такі: мотив – це те, що спонукає до діяльності; мотив – це те, що спрямовує діяльність; мотив – це остання заключна дія у структурі діяльності. Під час дії мотиву об'єкт потреби «споживається» суб'єктом, тобто та дія, заради якої робився весь ланцюжок дій, становить діяльність. Підсумовуючи вищесказане, можна сказати, що мотивація, з одного боку, – це сукупність підтримуючих та спрямовуючих факторів, що визначають поведінку, а також сукупність мотивів, з другого боку, – це спонукання, що викликає активність організму та визначає його спрямованість. Окрім того, мотивація розглядається як процес психічного регулювання конкретної діяльності, як процес дії мотиву та як механізм, що визначає виникнення, напрям і способи здійснення конкретних форм діяльності, а також як сукупна система процесів, які відповідають за спонукання і діяльність. Під час дослідження поняття «мотивація особистості» вважаємо, що важливо розглядати психологічний стан такої особистості. Поняття «стан» увійшло у широкий психологічний словник порівняно нещодавно з інших галузей науки – фізики, біології, психофізіології. Стани характеризують різні рівні людини – фізіологічний, психофізіологічний, психічний. Перелік можливих станів людини дуже великий. Зокрема, вчені виділяють такі стани, як релаксація, оптимальний робочий стан, стомлення, стан нервово-пси-

хічної напруги, стрес, прикордонні психічні стани, викликані порушенням як соматичної, так і психічної сфери тощо. Але завжди стан – це реакція організму та психіки на зовнішні впливи. Попри загальнометодологічне значення, поняття «психічний стан» набуло розвитку у вузьких дослідженнях, таких як «стани оптимальної працездатності», «втома», «монотонія», «форми депресивного та психологічного стресів», «екстремальні стани» тощо. В. Бодров вважає, що «конкретний психічний стан може стати причиною порушення працездатності і зниження надійності та може призвести до розвитку певних форм психічної дезадаптації і зниження професійної придатності» [1, с. 138]. Такі слова дослідника наштотують на думку про необхідність (і можливість) розгляду психологічного стану людини з погляду фізичного, психологічного та професійного здоров'я [5]. Слід зазначити, що у зарубіжних дослідженнях та відповідних вимірах психологічного здоров'я досить часто фігурують такі показники, як переживання щастя (індекс щастя), задоволеність життям, енергійний і життєвий індекс, життєстійкість та ін, що операціоналізуються як окремі концепти або включаються до структури психологічного здоров'я як суттєві складники. Важливим для нашого наукового пошуку є дослідження проблеми формування мотивації особистості та її психологічного стану, де акцентуємо увагу на емоційному інтелекті, саморегуляції і пильності, самопочутті та настрої, рефлексії та контролі в умовах пандемії COVID-19. У період пандемії COVID-19 багато людей потребує психологічної підтримки. При цьому у них все менше можливостей її отримати: програми психологічної допомоги згорнуті у 93% країн, які взяли участь в опитуванні, проведеному Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ) з червня до серпня цього року. Більшість людей, які перебувають на карантині, має як короткострокові, так і довгострокові проблеми з психічним здоров'ям, включаючи стрес, безсоння, емоційне виснаження та зловживання психоактивними речовинами. Це знижує мотивацію особистості. Більшість людей, зрозуміло, не перебуває на карантині, однак, за словами дослідників, менш жорсткі форми соціальної ізоляції (необхідність дотримуватися дистанції у кілька метрів від інших людей або тривале перебування вдома, обов'язкова вакцинація) можуть призводити до неприємних наслідків. На нашу думку, пандемія сприяє прояву деструктивних психічних реакцій у здорових людей, серед яких – тривога, страх, фобія, нав'язливість і депресія, а також спотворене сприйняття реальної ситуації. При цьому значна частина українців частіше говорить про нудьгу на самоізоляції, ніж про тривогу та страх.

Вплив пандемії на психологічний стан особистості може бути довгостроковим. Тобто йдеться про кілька років. Дуже багато при цьому залежатиме від співвідношення між страхом і співпереживанням, адже саме співчуття підвищує нашу здатність використовувати конструктивні стратегії боротьби зі стресом і дозволяє нам далі заглядати у майбутнє, дбаючи про себе та інших. Штучне нагнітання тривоги, що спостерігається під час пандемії, підвищує у людей шаблонність мислення і знижує здатність до довгострокової оцінки заходів, що вживаються владою. Проте вихід із кризи, як у випадку з потопельником, залежить від самої людини, тому що сприйняття пандемії залежить від картини світу. Наш інтерес спрямований на дослідження змісту мотиваційної галузі особистості та її психологічного стану як складної організованої структури. Особливу увагу ми приділяємо виявленню та аналізу проявів мотивації досягнення продуктивності діяльності особистості, що супроводжується її психологічним станом, та акцентуємо увагу на емоційному інтелекті, саморегуляції і пильності, самопочутті та настрої, рефлексії та контролі.

Ми провели онлайн-опитування у Карпатському університеті імені Августина Волошина у зв'язку з пандемією COVID-19. У дослідженні взяли участь 54 особи віком від 22 до 45 років. Вони переважно були психологами та студентами психологічних факультетів, а також студентами та викладачами інших факультетів, які цікавляться психологією. Специфіка вибірки полягала в тому, що психологи мають ті ж проблеми, що й інші люди, але вони частіше звертаються за допомогою. Через таку специфіку вибірки, а також її обмежений обсяг це дослідження можна розглядати як пілотне для подальшого опитування у розширеній вибірці. Учасники пройшли тестування за 8 опитувальниками, які включали 24 шкали. Зокрема, були задіяні такі шкали: шкала толерантності до невизначеності Є. Луковицького; опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В. Моросанової; шкала загальної самоефективності Р. Шварцера, М. Єрусалема в адаптації В. Ромека; опитувальник тривожності Д. Спілбергера; опитувальник емоційного інтелекту Д. Люсіна; мельбурнський опитувальник щодо ухвалення рішення; шкала впевненості в собі з опитувальника щодо оцінки соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда; опитувальник САН (самопочуття, активність, настрої). Для підведення підсумків проведеного опитування прокоментуємо деякі результати тестування за шкалами. За шкалою толерантності до невизначеності середнє значення за вибіркою 1,52 виявилось на середньому рівні (за нормами опитувальника = 10,45). Нейтральне ставлення до невизначеності виявлено в біль-

шості опитаних: у 83%, з незначним розмахом варіації у 25 одиниць, при цьому кількість відхилень у сторони дискомфорту при невизначеності є практично однаковою. В інших 17% опитаних виявлено значний розмах варіації: 28–74 одиниць. У цілому ставлення учасників опитування до невизначеності можна назвати нейтральним, що викликає відчуття дискомфорту і напруги в окремих випадках. Прийняття ж всієї складності та неоднозначності ситуації також трапляється відносно рідко. За опитувальником саморегуляції поведінки були отримані високі дані. Середньогрупові показники за шістьма шкалами з семи: загальний рівень саморегуляції – 44,13; планування – 7,9; програмування – 8,6; моделювання – 10,6; оцінка результатів – 10,1; самостійність – 8,2. Це свідчить про здатність більшої частини вибірки самостійно планувати та коригувати поведінку, досягати своїх цілей. Однак у 41% анкет найнижчі результати в даній вибірці були отримані за шкалою «гнучкість»: середньогрупове значення становило 5,76 (проте воно відповідало середньому рівню за нормами опитувальника), = 4.42. Це підкреслює той факт, що людям при організації своєї діяльності важко підлаштовуватися під несподівані зміни обставин. Отримані дані особливо значимі за умов пандемії, коли більшість подій у житті відбувається несподівано. Швидка та різка зміна епідеміологічної ситуації та обмежувальні заходи, що супроводжують таку зміну, мабуть, є найбільш стресогенним фактором, який знижує мотивацію опитуваних. Ефективність своїх дій за шкалою загальної самоефективності як середню (25–29 балів і вище, тобто до 40 балів) оцінюють 87% опитаних. Слід зазначити, що свої дії як найменш ефективні оцінюють люди, які не мають в даний момент роботи або їхня робота стала значно менш зручною і продуктивною у зв'язку з переходом на дистанційну форму. За опитувальником Д. Спілбергера було встановлено, що 48% опитуваних, які взяли участь в анкетуванні, мають високий рівень тривожності (45–59 балів), з яких 31% – у край високий рівень (понад 60 балів). Середньогрупове значення для осіб із вкрай високим рівнем тривожності становило 65,5 балів з розмахом варіації у 15 одиниць. Як не дивно, ці показники були виявлені у молодших за 40 років респондентів. У будь-якій ситуації, особливо у небезпечній, особистості необхідно вміти розуміти свої емоції та емоції інших людей, уміти стримувати емоції та керувати ними. Для аналізу цих характеристик використано опитувальник емоційного інтелекту. Результати, отримані за 9 із 10 приватних шкал цього опитувальника, виявилися на середньому рівні за нормами опитувальника, а за шкалою «розуміння своїх емоцій» високими. Середньогрупове зна-

чення становило 22,06, $\sigma=6,89$. Ці показники свідчать про те, що більшість респондентів не має труднощів в управлінні своїми емоціями, їхньому коректному вираженні, розумінні своїх та чужих емоцій. В епідемічній ситуації особливо важливо розуміти, що відчуває інша людина, керувати своїми емоціями, висловлювати їх без наслідків для оточуючих та конфліктів із ними. Жорстке придушення та накопичення почуттів може призвести до стресу та значних проблем як для самої людини, так і для її близьких. Мельбурнський опитувальник щодо ухвалення рішення спрямований на визначення профілю індивідуальної регуляції ухвалення рішення (ПР) за умов невизначеності, де головною характеристикою є пильність. Вона дозволяє приймати раціональні рішення, вибираючи при цьому коректні стратегії залежно від умов. Відхиленням є надпильність, яка виявляється у невиннованому виборі між альтернативами. Такий вибір не включає інтелектуального й аналітичного пошуку рішення. Надпильність як переважна стратегія була відзначена в 7% анкет. Інші результати були поділені на 2 групи відповідно до виявлених профілів індивідуального регулювання ПР: у першій групі переважали показники пильності (76%), у другій – показники уникнення та прокрастинації (17%). Отже, понад 3/4 опитаних здатні самостійно уточнювати цілі та завдання, шукати оптимальні рішення, брати на себе відповідальність та чітко коригувати стратегії ПР у разі зміни ситуації. Проте 1/4 опитаних воліє відкладати прийняття рішень чи зовсім уникати їх, прагне перекладати відповідальність на когось іншого чи використовує неадекватні стратегії прийняття рішень. Проведено факторний аналіз оцінок респондентів [4]. З огляду на обмежений обсяг вибірки (54 респонденти) та велику кількість шкал (24) проведено опитування можна розглядати як пілотне для подальшого опитування у розширеній вибірці. Те саме стосується факторного аналізу. Практика проведення факторного аналізу показує, що при великих обсягах вибірок часто виходять низькі коефіцієнти кореляцій (20–30%) через типову неоднорідність таких вибірок, яку важко уникнути. Однорідність вибірок більше досяжна за їх меншого обсягу, що підвищує коефіцієнти кореляцій. Саме такою є однорідність більшої частини нашої вибірки, тому результати факторного аналізу можна вважати інформативними. За результатами опитування приблизно у половини респондентів отримано низькі показники гнучкості, саморегуляції, активності та мотивації, а також високі показники тривожності, що цілком зрозуміло у ситуації епідемії та самоізоляції. Факторний аналіз оцінок респондентів за 24 шкалами 8 опитувальників дозволив виділити чотири таких незалежних

фактори: емоційний інтелект, саморегуляцію і пильність, самопочуття та настрої, рефлексію та контроль. Це проявляється у мотивації особистості в умовах пандемії.

В умовах пандемії багато подій відбувається несподівано, швидко. Різко змінюється ситуація та обмежувальні заходи. Це викликає у людей стрес, через який їм важко підлаштуватися під зміни обставин для організації свого життя та діяльності. Однак таке підлаштування необхідне під час пандемії, тому людям слід звернути на це увагу і намагатися бути готовими до термінового реагування на появу нових умов. Людям, які постійно відчувають тривогу та страх, слід застосовувати вправи для самозаспокоєння та відновлення душевної рівноваги. Для профілактики та подолання стресу пропонуємо мотиваційне інтерв'ювання, яке варто використовувати в різних ситуаціях взаємодії з людиною у кризовій ситуації (у тому числі й під час карантинних заходів) [3, с. 12], оскільки цей підхід дозволяє активізувати внутрішню мотивацію особистості до змін. Серед переваг такого підходу, на нашу думку, можна виокремити такі: визначення рівня мотивації особи до змін загалом та до продовження взаємодії з фахівцем чи відвідування групи зокрема; спрямування роботи на сприяння прийняттю рішення особою щодо зміни власної поведінки (що передбачає роботу з внутрішніми та зовнішніми факторами); психологічний супровід клієнта відповідно до стадій його готовності до змін.

Отримані дані мають високу практичну значущість, оскільки вони можуть бути використані для розробки психологічних рекомендацій щодо покращення психологічного здоров'я як для вразливих груп населення, так і для осіб, які належать до групи умовної норми. Консультативна робота може дати суттєві результати у зниженні рівня тривожності, стресу, симптомів депресії з метою формування мотивації особистості. Також отримані дані відкривають перспективи щодо подальших досліджень у цій галузі, актуалізують необхідність перевірки отриманих результатів на інших вибірках тощо. Отже, значення і роль мотивації особистості та її психологічного стану під час пандемії COVID-19 аж ніяк не зменшується, а навпаки, набуває нових обертів та різних інтелектуальних, соціальних та психологічних відтінків. Безумовно, ця проблема є значущою для визначення напрямів психологічної допомоги у практичній роботі психолога та для виявлення факторів, які варто враховувати під час побудови психотерапевтичної та консультативної роботи. Проблеми, що були порушені у нашій науковій розвідці, вимагають подальшої розробки та дослідження як у теоретичному, так і у практичному напрямі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности. Москва : ПЕР СЭ, 2001.
2. Бочелюк В., Панов М. Роль самоактуалізації особистості в умовах пандемії COVID-19. *Перспективи та інновації науки*. 2021. № 3 (3). С. 197.
3. Гридковець Л., Вебер Т., Журавльова Н. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навч. посіб. Київ, 2018. 236 с.
4. Гусев А.Н., Уточкин И.С. Психологические измерения. Теория, методы. Москва : АСПЕНТ ПРЕСС, 2011.
5. Дружилов С.А. Экология человека и профессиональное здоровье трудящихся: психологический подход. *Международный журнал экспериментального образования*. 2012. № 12. С. 15–18.
6. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб. : Питер, 2011. 512 с.
7. Немов Р.С. Общая психология : учеб. пособ. Москва : Владис, 1997.
8. Рубинштейн С.Л. Проблемы способностей и вопросы психологической теории. *Вопросы психологии*. 1960. № 3. С. 3–15.
9. Христук О.Л. Особливості переживання стресу під час пандемії COVID-19 у студентів в процесі дистанційного навчання. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. Вип. 2. С. 116–122.