

## ГІГІЄНА ДІТЕЙ, ПІДЛІТКІВ І МОЛОДІ

---

## HYGIENE OF CHILDREN, ADOLESCENTS AND YOUNG PEOPLE

<https://doi.org/10.32402/hygiene2025.75.108>  
УДК 616.8-008.615-057.87"364"

### ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ ВОЄННОГО ЧАСУ

Москвяк Н.В.

Державне некомерційне підприємство «Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького», м. Львів, Україна  
e-mail: nataliavolod@ukr.net

Москвяк Н.В. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5963-4687>

**Мета** передбачала аналіз різних методичних підходів дослідження психоемоційного стану студентів в умовах тривалого збройного конфлікту.

**Об'єкт і методи дослідження:** огляд літературних джерел за проблематикою вивчення психоемоційного стану студентів.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Після початку активних бойових дій психологічний стан населення нашої країни різко погіршився. Згідно з останнім соціологічним опитуванням, понад 90% українців мають принаймні один із симптомів тривожних розладів, а 40-50% наших громадян потребують психологічної підтримки різної інтенсивності. З метою побудови програми психологічної допомоги студентам у період воєнного часу співробітниками кафедри загальної і медичної психології Національного медичного університету імені О.О. Богомольця та інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України проведено вивчення емоційного стану студентів та способів захисту власної психіки. На підставі аналізу отриманих показників визначено достатньо високий рівень агресивності та дратівливості студентів у спілкуванні з оточуючими та батьками. Надзвичайно серйозною проблемою в умовах сьогодення є ризик виникнення академічного стресу серед здобувачів вищої освіти. Цей стан провокується низкою чинників: зовнішня та внутрішня міграція, вимушені перерви у заняттях при оголошенні повітряної тривоги, аварійні та планові відключення електроенергії, а також повне або часткове пошкодження навчальних закладів. На підставі анкетування респондентів у віці 18-25 років фахівцями кафедри психології Чорноморського національного університету імені Петра Могили встановлено, що під час активних бойових дій у молодих людей спостерігається достатньо виражений рівень схильності до афективних станів, невмотивованої тривожності та інтенсивності емоцій.

У період воєнного стану набуває проблема професійної мотивації. Нами встановлено, що загалом 44% обстежених студентів мають середній рівень мотивації стосовно набуття знань, 35% високий, поряд тим у 21% респондентів виявлено низький показник.

Поміж респондентів Львівському національному медичному університеті імені Данила Галицького у 60% та 6% осіб спостерігається середній або низький рівень тривоги відповідно, але поряд з тим майже у третини (34%) діагностовано високі показники. Група українських фахівців пропонує організувати у закладах вищої освіти первинний психологічний скринінг, передусім серед студентів першого року навчання, для виявлення ознак депресії, тривоги.

**Висновки.** Проведення різноманітних досліджень психоемоційного стану студентів та пропагування своєчасного звернення за психологічними послугами є вкрай необхідними та доцільними заходами на сучасному етапі життя в умовах воєнного стану. Практична реалізація цього завдання потребує підвищення рівня кваліфікації лікарів на усіх рівнях надання медичної допомоги, що забезпечить максимальне охоплення вразливих груп населення належними діагностичними обстеженнями, а за потребою лікуванням.

**Ключові слова.** Студенти, психоемоційний стан, стрес, депресивні розлади.

## PECULIARITIES OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF STUDENTS AT THE CURRENT STAGE OF WAR TIME

*N.V. Moskviak*

*State non-profit enterprise "Danylo Halytsky Lviv National Medical University", Lviv, Ukraine*

**Objective.** *The aim of the study was to analyze various methodological approaches to studying the psycho-emotional state of students in conditions of prolonged armed conflict.*

**Object and methods of research:** *review of references on the issues of studying the psycho-emotional state of students.*

**Research results and their discussion.** *The psychological state of the population of our country deteriorated sharply after the start of active hostilities. Over 90% of Ukrainians have at least one symptom of anxiety disorders, and 40-50% of our citizens need psychological support of varying intensity, according to the latest sociological survey. A study of the emotional state of students and ways to protect their own psyche was conducted in order to build a program of psychological assistance to students during wartime by employees of the Department of General and Medical Psychology of O.O. Bogomolets National Medical University and G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine. A sufficiently high level of aggressiveness and irritability of students in communication with others and parents was determined based on the analysis of the obtained indicators. The risk of academic stress among higher education students is an extremely serious problem in today's environment. This situation is provoked by a number of factors: external and internal migration, forced interruptions in classes when an air raid alert is declared, emergency and planned power outages, as well as complete or partial damage to educational institutions. Experts from the Department of Psychology of Petro Mohyla Black Sea National University have established, based on a survey of 18-25 years old respondents, that during active hostilities, young people have a fairly pronounced level of predisposition to affective states, unmotivated anxiety, and intensity of emotions.*

*The problem of professional motivation arises during martial law. We have established that in total 44% of the surveyed students have an average level of motivation for acquiring knowledge, 35% have a high level, while 21% of respondents have a low level. 60% and 6% of the respondents of Danylo Halytsky Lviv National Medical University have an average or low level of anxiety, respectively, but at the same time, almost a third part (34%) have been diagnosed with high levels. A group of Ukrainian specialists suggests organizing primary psychological screening in higher education institutions, primarily among first-year students, to identify signs of depression and anxiety.*

**Conclusions.** *Conducting various studies of the psycho-emotional state of students and promoting timely access to psychological services are extremely necessary and appropriate*

*measures at the current stage of life under martial law. The practical implementation of this task requires increasing the level of qualification of doctors at all levels of medical care, which will ensure maximum coverage of vulnerable groups of the population with appropriate diagnostic examinations and, if necessary, treatment.*

**Keywords.** *Students, psycho-emotional state, stress, depressive disorders.*

Складна геополітична ситуація в Україні, яка спровокована повномасштабним вторгненням агресора на суверенну територію нашої держави, закономірно впливає на всі сфери життєдіяльності населення. Збройні конфлікти завжди супроводжуються різким погіршенням психічного здоров'я людини. Як правило, це зумовлюється відсутністю достовірної інформації про хід та перспективу бойових дій, тривалим перебуванням в екстремальних умовах, а також виникненням міжособистісних конфліктів на фоні домінування негативних емоцій та стану тривоги [1].

Після початку активних бойових дій психологічний стан населення нашої країни різко погіршився. Згідно з останнім соціологічним опитуванням, понад 90% українців мають принаймні один із симптомів тривожних розладів, а 40-50% наших громадян потребують психологічної підтримки різної інтенсивності. На замовлення третього Саміту перших леді та джентльменів британська компанія Alligator Digital провела комплексне соціологічне дослідження ментального здоров'я в 11 країнах, які репрезентують різні культури, мови й традиції. До вибірки увійшли держави з різною поточною ситуацією, яка пов'язана з активними бойовими діями на їхніх територіях або наявністю воєнного досвіду у недавньому чи віддаленому минулому часі. Результати опитування засвідчують наступне: 24% учасників стверджують, що їм некомфортно звертатися до лікарів стосовно ментального здоров'я, майже половина респондентів відчуває наслідки повномасштабного російського вторгнення в Україну, 40% громадян Німеччини, 36% громадян Польщі, 36% громадян США вказують на зв'язок свого негативного психоемоційного стану з будь-якою війною у сучасному світі [2].

**Мета** передбачала аналіз різних методичних підходів дослідження психоемоційного стану студентів в умовах тривалого збройного конфлікту з огляду на те, що особливо вразливою є молодь у закладах вищої освіти, адже воєнний стан впливає на ефективність навчання, суттєво збільшує рівень стресу, провокує хвилювання щодо власної безпеки та безпеки родини.

**Об'єкт і методи дослідження:** огляд літературних джерел за проблематикою вивчення психоемоційного стану студентів.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Навчання є складним життєвим періодом час для багатьох молодих людей. Це пов'язано з великим обсягом наукової та навчальної діяльності, впливом нового оточення, налагодженням комунікації з колегами у групі, а також зміною місця проживання або розлукою з родиною. Зазначені виклики можуть бути мотивацією до додаткових дій, але також здатні спричинити проблеми, зокрема розлади психічного здоров'я. Слід зазначити, що навіть за умов мирного часу ментальні розлади провокують психічні кризи, передусім у вразливих молодих. До причин цих станів належить низька самооцінка, стрес, суїцидальні думки, тривожні розлади, депресія, неврози, самотність, проблеми адаптації, розлади особистості. Окрім того, трапляються емоційні кризи у сімейних, дружніх, партнерських стосунках, на фоні труднощів спілкування з однолітками і переживання проблем інших людей, браку емпатії та дискримінації людей з інвалідністю. Не поодиноким явищем в академічній спільноті є зловживання алкоголем, надмірне тютюнопаління, залежність від наркотиків, комп'ютерних ігор тощо. Серед інших проблем потрібно згадати комплекси, пов'язані з розладами харчування (недостатня чи надмірна вага, ожиріння). Поміж українських студентів досить часто спостерігається втома, відсутність концентрації уваги, емоційне вигоряння, унаслідок відсутності можливості розвитку у найближчій перспективі, тривалого пошуку першої роботи, мобінгу або переслідування. Своєю чергою, наслідками

психічних криз є погіршення успішності, немотивовані пропуски занять у університеті, вірогідне виключення здобувачів вищої освіти з навчального закладу. В окремих молодих людей діагностують психічні захворювання, які потребують тривалої терапії або навіть перебування у на стаціонарному лікуванні [3].

Співробітниками кафедри загальної і медичної психології Національного медичного університету імені О.О. Богомольця та інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України проведено вивчення емоційного стану студентів та способів захисту власної психіки. з метою побудови програми психологічної допомоги студентам у період воєнного часу. Учасниками дослідження були 154 студенти вказаного навчального закладу (57% юнаків, 43% дівчат), вік яких становив 17-21 рік. Загальні результати дослідження показали, що дуже високий рівень тривожності мають 6,3% студентів, високий рівень – 42,7%; середній з тенденцією до високого – 32,6%; середній з тенденцією до низького – 18,4%. Поміж обстежених контингентів зовсім відсутній показник низького рівня тривожності. Натомість, високий рівень тривожності чи з тенденцією до високого, демонструвало майже 80% респондентів, що є критерієм складної емоційної ситуації. На підставі аналізу емоційного стану студентів, визначено достатньо високий рівень агресивності та дратівливості у спілкуванні з оточуючими та батьками. З огляду на це, велике значення має пошук відповідних форм копінг-поведінки індивідуума як цілеспрямованої свідомої реакції на стрес, що виявляє себе у стратегіях, які відповідають характеристикам особистості та ситуації. Існують такі базові стратегії, як «вирішення проблем», «пошук соціальної підтримки» й «уникнення». У 51,2% опитуваних студентів різного віку переважає остання стратегія долаючої поведінки, яка не сприяє ефективній психологічній роботі з власними переживаннями, а лише загострює потребу піти від її вирішення. Третина опитуваних студентів (32,6%) використовують копінг-стратегію «пошук соціальної підтримки», а також закономірно, що в умовах сьогодення тільки незначна частка молодих людей надає перевагу стратегії «вирішення проблем». За думкою ініціаторів дослідження, виявлення зазначених тенденцій сприяє опрацюванню комплексної програми психологічної допомоги студентам [1].

За результатами емпіричного дослідження емоційного стану студентів 1-2 курсів, які навчаються за спеціальністю «Психологія» з використанням методу піктограм встановлено, що переважна кількість учасників дослідження оцінює свій стан, як втомлений – 35%, переживають страх – 25%, сум – 20%, втому – 10%, підозрілість – 5%, спокій – 5% [4]. Надзвичайно серйозною проблемою в умовах сьогодення є ризик виникнення академічного стресу серед здобувачів вищої освіти. Цей стан провокується низкою чинників: зовнішня та внутрішня міграція, вимушені перерви у заняттях при оголошенні повітряної тривоги, аварійні та планові відключення електроенергії, а також повне або часткове пошкодження навчальних закладів. Академічний стрес порушує сон, може викликати почуття смутку, занепокоєння, зменшує відчуття щастя та задоволення від життя. В окремих випадках психологічні зміни, пов'язані зі стресом є причиною розвитку депресії та суїцидів [5].

Заслужують на увагу висновки науковців Ужгородського національного університету, які упродовж декількох місяців вивчали динаміку розвитку стресу студентів-медиків після введення воєнного стану за низкою ознак (інтелектуальна складова, поведінковий чинник, емоційний фактор, фізіологічні зміни). Установлено, що через декілька місяців після початку повномасштабної війни гострий стрес перейшов у фазу перманентного стресу, який постійно змінювався в залежності від чинників стресового фактору [6].

На підставі анкетування респондентів у віці 18-25 років фахівцями кафедри психології Чорноморського національного університету імені Петра Могили встановлено, що під час активних бойових дій у молодих людей спостерігається достатньо виражений рівень схильності до афективних станів, немотивованої тривожності та інтенсивності емоцій [7].

Одним з напрямків науково-дослідної роботи нашої кафедри мав на меті встановити взаємозв'язок рівня тривожності та самооцінки студентів. У сучасній психології є

різноманітні підходи до класифікації самооцінки. Зокрема, за рівнем визначають високу (неадекватну, завищену), середню (адекватну) та низьку (занижену) самооцінку. За стабільністю розрізняють стабільну самооцінку, що властиво для впевнених у своїх можливостях осіб, а також незбалансовану, яка залежить від думок інших людей і діапазону власних успіхів і невдач. Окрім того, самооцінку можна охарактеризувати за предметом відображення внутрішньої реальності за низкою критеріїв. Перш за все, це самооцінка, яка відображає життєві цілі, наміри та прагнення особистості. Другий вид самооцінки стосується пізнавальних та інтелектуальних можливостей людини, її потенціалу. Третій вид самооцінки відображає психофізіологічні, фізичні та характерологічні властивості індивіда [8].

Нами встановлено, що середній або низький рівень тривоги спостерігається у 60% та 6% респондентів відповідно, але поряд з тим майже у третини осіб (34%) діагностовано високі показники. Серед обстеженого контингенту домінує середній рівень самооцінки (72%). Низький рівень виявлено у 6% студентів, високий у 22% осіб відповідно. Як правило, низька самооцінка корелює з низьким рівнем тривоги, але високий рівень тривоги частіше поєднується з середнім рівнем самооцінки.

Студенти-медики є специфічною категорією здобувачів вищої освіти, рівень компетентності та фаховості яких базується на планомірному, поетапному засвоєнні низки дисциплін із здатністю інтегрувати знання отримані на різних етапах навчання, ось чому особливого значення у період воєнного стану набуває проблема професійної мотивації [6]. Аналіз результатів дослідження засвідчує, що загалом 44% обстежених студентів мають середній рівень мотивації стосовно набуття знань, 35% високий, у 21% обстежених виявлено низький показник. У юнаків домінує середній рівень мотивації (50%), серед дівчат високий (44%). Розподіл студентів за наміром опанувати професійні навички виглядав наступним чином: високий, середній та низький рівень мотиваційної діяльності діагностовано у 14%, 69% і 17% студентів відповідно. В обох статевих групах переважає частка осіб із середнім рівнем мотивації (юнаки 65%, дівчата 72%). Прагнення отримання диплому відображається у наступних показниках: 77% – середній рівень мотивації, 8% – високий та 15% – низький рівень мотивації. Ці показники є практично однаковим в осіб різної статі. Успішність навчальної діяльності студентів вищих навчальних закладів детермінована рівнем розвитку мотиваційної сфери особистості та пов'язана із задоволенням певної потреби і досягненням мети. Саме тому, на нашу думку, цікавими є результати зіставлення показників успішності студентів із рівнем мотиваційної спрямованості. Серед юнаків, середній бал навчальної успішності яких становить «3» та «5» найчастіше зустрічається мотив отримання знань, при показнику «4» бали – отримання диплома. Ситуація у дівчат виглядає наступним чином: при середній успішності «3» і «4» бали ключовим прагненням є отримання знань та отримання диплома на фоні «5» балів.

Негативним аспектом сьогодення є відсутність умов для самореалізації молодої людини в умовах реальної війни є причиною негативних емоцій та тригером депресивних розладів. Одним з провідних критеріїв цього патологічного стану є труднощі з концентрацією уваги та запам'ятовуванням інформації, що своєю чергою негативно позначається на здатності її критичного осмислення. Спостерігається втрата інтересу до речей, які колись подобалися людині, таких як хобі або спілкування з друзями. Людина уникає участі у різних заходах, припиняє активність у громадських проектах та студентських групах. Досить часто на фоні депресії змінюється апетит, унаслідок чого збільшується або суттєво зменшується маса тіла, а також порушується сон. Типовим є почуття провини або нікчемності, з'являються думки про смерть або самогубство. Приблизно 70% хворих на депресію мають суїцидальні наміри, а 10-15% з них скоюють самогубства, часто унаслідок зловживання алкоголем або наркотичними речовинами [9].

Депресивні розлади можуть давати значні економічні наслідки. Згідно зі статистикою у людей з депресією збільшується ймовірність втратити роботу, відсутності кар'єрного росту або отримувати низькі заробітні плати. В свою чергу, це збільшує фінансове навантаження на інших членів родини, а також суспільства загалом, оскільки депресія інколи вимагає

довготривалого лікування та матеріальних витрат. Такі люди можуть потребувати опіки на різних рівнях – тимчасової матеріальної підтримки, допомоги з повсякденними справами або повного утримання до стабілізації психоемоційного стану людини та її адаптації до нових умов життя [10].

Дослідження особливості депресивних станів молоді проводилося фахівцями кафедри прикладної психології Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Загалом до експерименту залучено 60 студентів 1 курсу, у віці 17-18 років, з них 40 дівчат та 20 юнаків. Результати дослідження засвідчують високий рівень поширеності депресивних станів особистості поміж студентів, адже майже у 80% осіб діагностовано цей тип патогічного розладу. Діапазон коливань зрушень у психічному статусі молодих людей є доволі широким, а саме мінімальні прояви виявлено у 16,66% студентів. виражений у 20,0% осіб відповідно. Позитивним моментом можна вважати відсутність випадків глибокої депресії. Наведені вище дані свідчать про те, що багатьом студентам може знадобитися професійна психологічна підтримка [11].

Подібні тенденції спостерігаються також в інших країнах, навіть за відсутності збройного конфлікту у державі. Відповідно до звіту Уповноваженого з прав людини «Захист психічного здоров'я в Польщі», кожен четвертий поляк страждає від психічних розладів, найчастіше це різноманітні появи тривоги та депресії. Психологи вказують на те, що депресія може досягти свого піку між 2020 і 2030 роками, що може призвести до суттєвого збільшення попиту на професійні консультації [12].

На базі варшавського суспільно-гуманітарного університету (SWPS), який є одним із найбільших польських приватних закладів освіти, у якому навчаються понад 14 тисяч студентів та докторантів з 60 країн, проведено аналітичне дослідження психічного здоров'я та якості життя в академічній спільноті. Звіт дослідників був зосереджений на чотирьох групах, що складають університетську спільноту: студенти чоловічої та жіночої статі, докторанти жіночої та чоловічої статі, адміністративний персонал та академічний персонал. Ми звернули увагу на те, що польські докторанти повідомляють про низький рівень життя – їхня самооцінка якості життя нижча, ніж у людей того ж віку, які не продовжили навчання в університеті через докторантуру. Майже четверта частина докторанток (22%) має симптоми депресії та психосоматичні проблеми, 6% осіб цієї повідомляють про суїцидальні думки. Це означає, що такі серйозні ризики, як самогубство, імовірно у кожного 20-го докторанта в Польщі. Дослідження показують, що жінки у науковому середовищі відчують значні труднощі стосовно поєднання своїх досліджень та особистого життя (баланс між роботою та особистим життям), а також у порівнянні з докторантами-чоловіками більше виснажуються. Усі докторанти стверджують, що вирішальне значення для комфортного психоемоційного стану є добрі стосунки з науковим керівником. За умови їх відсутності часто виникає стрес, зниження рівня задоволення життям, роботою, що негативно впливає на результати професійною діяльністю та психічне здоров'я [13].

Цікавим є досвід певних польських університетів, у яких для потреб студентів та викладачів створені осередки для порад з питань психічного здоров'я. Вони часто є місцем першого контакту людини у кризових ситуаціях зі спеціалізованою психологічною та психіатричною допомогою. Користування такими послугами є безкоштовним і не передбачає довготривалої терапії. Зазвичай можливі три консультації, на яких оцінюється стан пацієнта, встановлюється діагноз і видається скерування для амбулаторного лікування або госпіталізації до стаціонару [11]. Група українських фахівців теж пропонує організувати у закладах вищої освіти первинний психологічний скринінг, передусім серед студентів першого року навчання, для виявлення ознак депресії, тривоги тощо [5].

Таким чином можна стверджувати, що проведення різноманітних досліджень психоемоційного стану студентів та пропагування своєчасного звернення за психологічними послугами є вкрай необхідними та доцільними заходами на сучасному етапі життя в умовах воєнного стану. Практична реалізація цього завдання потребує підвищення рівня кваліфікації лікарів на усіх рівнях надання медичної допомоги, що забезпечить максимальне охоплення

вразливих груп населення належними діагностичними обстеженнями, а за потребою лікуванням.

**Фінансування.** Дослідження проведено з власної ініціативи безкоштовно відповідно до теми НДР кафедри загальної гігієни з екологією Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького «Гігієнічна оцінка фактичного харчування студентів-медиків у сучасних умовах». Державний реєстраційний номер 0122U202002.

**Конфлікт інтересів.** Відсутній.

#### REFERENCES

1. Lazurenko OO, Tertychna NA, Smila NV. [Directions of psychological support of Ukrainian students during the war]. Journal of Modern Psychology. 2023;1:93-101. Ukrainian. doi: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2023-1-11>
2. [Olena Zelenska: Mental health is one of the biggest global challenges of the future]. Ukrainian. Available from: <https://www.president.gov.ua/news/olena-zelenska-mentalne-zdorovya-odin-iz-najbilshih-globalni-85665>
3. Zdrowie psychiczne na polskich uczelniach - raport Rzecznika Praw Pacjenta. Polish. Available from: <https://www.gov.pl/web/nauka/zdrowie-psychiczne-na-polskich-uczelniach---raport-rzecznika-praw-pacjenta>
4. Hasanov H, Cherniakova O. [Psychological features of the emotional sphere of students in conditions of martial law]. Proceedings of the II International Scientific Conference The Period of Transformational Processes in World Science: Tasks and Challenges;2024 Jan 19; Kryvyi Rih, Ukraine. Vinnytsia: Ukrlogos Group; 2024. 553 p. Ukrainian. doi: <https://doi.org/10.36074/mcnd-19.01.2024>
5. Ovcharenko OYu. [Psycho-emotional state of students in the conditions of armed conflict]. Habitus. 2023;53:75-81. Ukrainian. doi: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.12>
6. Mykhailyshyn UB, Sukhan VS, Antalovtsi OV. [The psychological state of higher education students during the period of military status]. Uzhorod National University herald. Series: Psychology. 2023;2:27-33. Ukrainian. doi: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.2.5>
7. Yurchuk DO, Myropol'tseva NI. [Emotional state of personality during active military actions]. Habitus. 2023;54:189-93. Ukrainian. doi: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.54.36>
8. Prokopenko T. [Theoretical approaches to defining the concept of "self-esteem" in psychological and pedagogical research]. Master's scientific bulletin of the Ternopil Volodymyr Hnatyuk National Pedagogical University. 2022;38:70-3. Ukrainian. Available from: <http://dspace.tnpu.edu.ua/handle/123456789/25942>
9. Vdovichenko OV, Asieieva YuO, Ponianska DO. [Features of perception of the quality of life and social consequences of depressive disorders during martial state]. Habitus.2022;52:266-70. Ukrainian. doi: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52>
10. Beattie GS. Social Causes of Depression. Rochester Institute of Technology; 2005. Available from: <http://www.personalityresearch.org/papers/beattie.html>
11. Skvorchevska YeL. [Features of depressive conditions in youth: diagnosis and psychological assistance]. Habitus. 2022;42:218-22. Ukrainian. doi: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.37>
12. Zdrowie psychiczne studentów. Raport Centrum Analiz NZS i PSSiAP. Polish. Available from: <https://forumakademickie.pl/wp-content/uploads/2021/01/Raport-Zdrowie-Psychiczne-Studentow-Centrum-Analiz-NZS-i-PSSiAP.pdf>

13. Stres, zaburzenia lękowe i wypalenie zawodowe: raport o zdrowiu psychicznym i jakości życia w środowisku akademickim. Polish. Available from: <https://swps.pl/centrum-prasowe/informacje-prasowe/36963-stres-zaburzenia-lekowe-i-wypalenie-zawodowe-raport-o-zdrowiu-psychicznym>

Надійшла до редакції / Received: 01.10.2025