

Рівненський державний

гуманітарний університет

Студентський дайджест

Збірник наукових матеріалів здобувачів
вищої освіти

№ 3
2021

Рівненський державний гуманітарний університет
Психолого-природничий факультет

Студентський дайджест

збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти

Випуск 3

Рівне, 2021

СТУДЕНТСЬКИЙ ДАЙДЖЕСТ: збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти. – Випуск 3. – Рівне: РДГУ, 2021. – 150 с.

Головний редактор:

Павелків Роман Володимирович – доктор психологічних наук, професор, перший проректор, завідувач кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Виконавчий редактор:

Корчакова Наталія Вікторівна – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Члени редакційної колегії

Немеш Олена Миколаївна – доктор психологічних наук, професор, в.о.ректора Рівненського державного гуманітарного університету.

Павелків Віталій Романович – доктор психологічних наук, професор, декан психолого-природничого факультету Рівненського державного гуманітарного університету.

Безлюдна Валентина Іванівна – кандидат педагогічних наук, доцент, професор кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Юрчук Олексій Іванович – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки і психології (дошкільної та корекційної) імені проф. Поніманської Т. І Рівненського державного гуманітарного університету

*Друкується за рішенням Вченої Ради РДГУ
(протокол № 5 від 27 травня 2021 р.)*

За достовірність фактів, дат, назв тощо відповідальність несуть автори матеріалів.

визначення комунікативного потенціалу особистості; методика «Діагностика самооцінки мотивації схвалення (тест на щирість відповідей Д. Марлоу, Д. Краун).

Аналіз показників, які характеризують психологічні особливості, здатність військовослужбовців-жінок до самопрезентації, впливають на її ефективність визначив, що при розробці рекомендацій щодо підвищення ефективності сампрезентації слід враховувати необхідність підвищення рівнів таких показників, як валентність ідентичності, диференціація соціальних ролей, комунікативні аспекти особистості, рефлексивність, рівень самоінтересу, самовпевненості, орієнтації на ставлення інших, самозвинувачення, синзетивність, самоповага, креативність, а також особливості прояву особистості в процесі спілкування.

З метою підвищення ефективності самопрезентації військовослужбовців-жінок на основі отриманих емпіричних даних було розроблено програму тренінгу «Ефективна самопрезентація», що націлена на засвоєння навичок самопрезентації, а також виявлення та корекцію причин виникнення невпевненості при самопрезентації. Завданнями даної програми, розрахованої на 7 годин роботи за кількістю учасників – 10-12 осіб визначено: розвиток навичок успішної самопрезентації; формування позитивного іміджу в процесі спілкування; розвиток самовпевненості; підвищення рівня самоінтересу, самоповаги; зниження рівня орієнтації на ставлення інших до себе, рівня самозвинувачення; формування позитивного ставлення до себе та власної соціальної ідентичності; розвиток навичок ефективної комунікації; покращення розуміння себе; розвиток сенситивності та креативності.

Список використаних джерел

1. Jellison J.M. & Gentry K.W. A self-presentation interpretation of the seeking approval. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 4, 1978, pp. 227-230

УДК 159.944.4 – 057-875:[616.98 – 036.21:578.834]

ВПЛИВ СТРЕСУ НА ПЕРЕЖИВАННЯ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19

Джеджера Ольга, старший викладач

Тривалий карантин, встановлений у зв'язку з пандемією Covid-19, призводить до появи нових доволі сильних стресогенних факторів, пов'язаних передусім з перенавантаженням інформацією негативного змісту, зі страхом інфікування та скороченням числа соціальних і фізичних контактів. У зв'язку з цим пандемія стає дедалі потужнішим стресором та спричиняє чимало емоційних переживань і станів, які позначаються на життєдіяльності багатьох людей. Її негативний вплив є особливо відчутним для тих з них, хто не володіє розвинутою стресостійкістю, має обмежений копінг-ресурс, отже, неспроможний чинити опір травмуючим чинникам.

Епідемічна ситуація створює нові виклики і у системі вищої освіти. Як слушно зазначає О. Коробанова, саме студентська молодь є однією з найменш захищених верств населення, «яка повною мірою відчула соціально-психологічні наслідки пандемії» [2, с.74], зазнала соціальних обмежень, що стало «джерелом емоційного та психофізіологічного дискомфорту» [2, с.86], спричинило зростання тривожності та депресивності студентської молоді [4, с.117]. Актуальність порушеної проблеми зумовила активізацію досліджень учених в аспектах вивчення особливостей переживання стресу (зокрема дистресу) у цих нових умовах та викликаних ним емоційних станів здобувачів освіти, впливу на їх психологічне здоров'я (Н. Атаманчук, І. Галецька, О. Карбанова, М. Климанська, Д. Романовська, Т. Тітова, І. Тітов, К. Седих, О. Христук, Р. Швачій, О. Угрин). При цьому необхідно підкреслити, що питання стосовно психологічних наслідків карантину є сьогодні недостатню дослідженим.

Мета дослідження полягає у розширенні уявлень про переживання здобувачами вищої освіти емоційних станів під впливом стресу, пов'язаного з пандемією Covid-19.

Виклад основного матеріалу дослідження. У «Великому психологічному словнику» стрес визначається як «стан психічного напруження, що виникає у людини в процесі діяльності у найбільш складних та трудних умовах» [1, с.530]. Тобто, як стверджує Л. Наугольник, потенційно стресовою є кожна подія, яка вимагає від людини змін та додаткових зусиль (енергетичних витрат) [3, с.16], що супроводжується дезорганізацією поведінки та порушенням адаптації [3, с.47]. Варто підкреслити, що психологічним відображенням стресу нерідко є втома, монотонія, перенавантаження (перенасичення) та емоційна напруга. У зв'язку з цим нами було проведено дослідження ступенів вираженості компонентів стресу з допомогою опитувальника опитувальник «Втома-Монотонія-Перенасичення-Стрес» (ВМПС) – версії опитувальника BMS II, адаптованої А. Леоною.

Дослідження проводилось у режимі онлайн в період з 09 лютого по 12 лютого 2021 року (через рік після оголошення карантину, невдовзі після завершення другого локдауну). В опитуванні брали участь 50 студентів магістратури (43 жінки, 7 чоловіків) віком 21-23 роки.

Основний смисл обраних показників полягає: втоми – у виснаженості особистості під впливом навантажень і, як наслідок, прагненні припинити діяльність та відпочити; монотонії – у зниженні контролю під час одноманітної діяльності, бажанні змінити діяльність; перенасиченні – у втраті інтересу до діяльності та прагненні припинити її або відмовитись від неї; стресу/ напруження – у мобілізації особистісних ресурсів (психічних і енергетичних) в конструктивній або деструктивній формі, що впливає на рівень працездатності особистості.

У результаті проведеного опитування нами було виявлено переважні тенденції до вираження симптомів стресу у більшості студентів (90%).

Таблиця 1

Показники ступенів вираженості компонентів стресу в здобувачів вищої освіти

Якість показника	Коефіцієнт втоми		Коефіцієнт монотонії		Коефіцієнт перенасичення		Коефіцієнт стресу	
	осіб		осіб		осіб		осіб	
Не виражений (<18 балів)	5	10	3	6	33	66	4	8
Виражений (18-29 балів)	42	84	46	92	16	32	45	90
Сильно виражений (> 30 балів)	3	6	1	2	1	2	1	2
Менше середнього значення		0		0		0		0
Вище середнього значення	24	48	19	38	14	28	24	48
Середній	26	52	31	62	36	72	26	52

З таблиці 1 видно, що серед притаманних досліджуваним станів найбільшими ступенями вираженості вирізняються монотонія (у 92% опитуваних) і втома (у 84% респондентів), що свідчить про певну втрату інтересу до виконуваної (зокрема навчальної) діяльності та про необхідність витратити більше часу і зусиль на виконання навчальних завдань.

Як виявилось, частина респондентів (від 28% до 48%) характеризуються досить високим ступенем вираженості стресових станів, що у кількісному відображенні перевищує середнє значення показника. При цьому нас цікавило питання опірності стресовим ситуаціям (стресостійкості) здобувачів вищої освіти. З метою визначення рівнів сформованості цієї якості було використано тест самооцінки стресостійкості С. Коухена та Г. Вілліансона. Згідно з цією методикою магістранти оцінювали свою стресостійкість за

п'ятибальною шкалою в континуумі відмінно, добре, задовільно, погано, дуже погано. Результати оцінювання, що відображені на рис. 2, засвідчили доволі критичне ставлення опитуваних до своїх опірних можливостей. Так, лише 2 (4%) учасники висловили впевненість, що вони добре справляються зі стресом. Натомість 38 (76%) молодих людей оцінили такі можливості як задовільні, а 10 (20%) з них вважають їх незадовільним (оцінка «погано»).

Водночас, як засвідчили результати самооцінки психічних станів, визначені за методикою Айзенка, частині учасників експерименту притаманні переживання тривожності, фрустрації, агресивності, ригідності. Тобто у стресовій ситуації ці здобувачі освіти характеризуються схильністю до надмірного хвилювання, втрати надії та перспектив, дратівливості, відсутністю належної адаптивності до несприятливих умов життя і навчання.

Висновки. Пандемія, що стала об'єктивною реальністю сьогодення, стала серйозним психологічним випробуванням для помітної частини здобувачів вищої освіти. Переживання ними стресу на тлі недостатньої стресостійкості провокує емоційні розлади (тривожність, фрустрацію, агресію) та спричиняє суб'єктивне відчуття неблагополуччя. У цій ситуації перспективними видаються дослідження щодо розроблення програм емоційної підтримки студентській молоді (у тому числі дистанційної), налаштування на успішне навчання і конструктивну життєдіяльність під час карантину.

Список використаних джерел

1. Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. Санкт-Петербург : прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с.
2. Коробанова О. Л. Соціальна взаємодія та переживання складних соціальних ситуацій в умовах пандемії Covid-19 / О.Л.Коробанова // *Проблеми політичної психології*. Зб. наук. пр. – 2020. – Вип. 9 (23). – С. 72-93.
3. Наугольник Л. Б. Психологія стресу : підручник / Л. Б. Наугольник : Львів. держ. ун-т внутр. справ, 2015. – 324 с.
4. Христук О. Л. Особливості переживання стресу під час пандемії «covid-19» у студентів в процесі дистанційного навчання / О.Л.Христук, О.Г.Угрин // *Вісник Національного університету оборони України*. – 2020. – № 2 (55). – С. 116-122.

УДК 159.923

ПРИЧИНИ ТА ПРОЯВИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПІДЛІТКІВ

Дзьоба Юлія, здобувач ОС «бакалавр»
спеціальності 053 «Психологія», 3 курс, РДГУ
Керівник: Панасюк В.М., викладач

Емоційне вигорання у підлітковому відслідковується дуже часто. Підлітковий вік вважається переломним у житті людини, оскільки це період кардинальних змін як у зовнішньому вигляді, так і у поведінці. Часто підлітковий етап розвитку супроводжується депресивними станами та емоційним вигоранням. Проблема емоційного вигорання привертає значно більше уваги, ніж інші проблеми та негативні прояви під час стресу та психоемоційного навантаження. Загалом емоційне вигорання являє собою стан емоційного виснаження, який з часом може посилюватися, супроводжується втратою мотивації, постійною втомою (як фізичною, так і психологічною), а також перебування у стані тривоги, що може призвести до депресивних станів.

Мета дослідження – на основі вивчення психологічної літератури визначити причини емоційного вигорання підлітків.

Виклад основного матеріалу дослідження. На даний час не існує однозначної відповіді на запитання про те, що ж є головним у виникненні емоційного вигорання, але відомо, що є основною причиною – особистісні чи сервовищі чинники.

З М І С Т

АПОСТОЛ М. ВЗАЄМОДІЯ ПСИХОЛОГА ЗАКЛАДУ ОСВІТИ З БАТЬКАМИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ.....	5
БАБАК А. ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ДИТИНИ ДО НАВЧАННЯ.....	8
БЕНДЮГ В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ ПОДРУЖЖЯ В КОНФЛІКТІ.....	10
БЕНДЮГ В. ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ТИПУ ТЕМПЕРАМЕНТУ НА ПОВЕДІНКУ ПОДРУЖЖЯ В КОНФЛІКТІ.....	13
БІЛЬ Ю. ЧИННИКИ АГРЕСИВНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	15
БОРТНІК М. ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ПРОЯВІВ ІНФАНТИЛІЗМУ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	17
ВАЛАГА О. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ Я-ОБРАЗУ В РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	20
ГРЕБІНЕВИЧ М. ВПЛИВ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ НА ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ.....	21
ГУЗЕЙ А. ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ МОЛОДОГО ФАХІВЦЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ.....	24
ГУРИНЧУК А. ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЛІДЕРСТВА В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	28
ДАНИЛЯК К. ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФЕНОМЕНУ СТРАХУ У СУЧАСНІЙ НАУЦІ.....	30
ДВОРАК Д. ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА БУЛІНГУ У ШКІЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	32
ДЕМ'ЯНЮК В. ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ СИСТЕМИ ОСВІТИ ДО УМОВ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	35
ДЕРЕЛО І. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОПРЕЗЕНТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ-ЖІНОК.....	39
ДЖЕДЖЕРА О. ВПЛИВ СТРЕСУ НА ПЕРЕЖИВАННЯ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19.....	41
ДЗЬОБА Ю. ПРИЧИНИ ТА ПРОЯВИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПІДЛІТКІВ.....	43
ЄФІМОВА М. МПСИХОЛОГІЧНІ ЗАХОДИ З ПРОФІЛАКТИКИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ.....	45
КИЛИМЧУК І. РОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ У ФОРМУВАННІ В УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТОЛЕРАНТНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ.....	49
КОБЕЦЬ Д. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	52
КОВАЛЕЦЬ А. УЯВЛЕННЯ ЮНАЦТВА ПРО МАЙБУТНЬОГО ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА.....	55
КОВАЛЬЧУК Х. ОСОБЛИВОСТІ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ.....	57
КОЗЕНЮК М. ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ ГОТОВНОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ ДО ВИБОРУ ПРОФЕСІЇ.....	58
КОНОНЧУК А. ЗДАТНІСТЬ ДО ЕМПАТІЇ ЯК СКЛАДОВА ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ПСИХОЛОГА ЗАКЛАДУ ОСВІТИ.....	62
КОСТЮКОВИЧ І. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	65
КУЛАКЕВИЧ П. БАТЬКІВСТВО ТА МАТЕРИНСТВО ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН.....	69
ЛАТА І. ПСИХОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНУ «ВИГНАНЦЯ» В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	72

МАРТЮЧЕНКО К. ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ.....	74
МАРЧУК К. ПСИХОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРИЧИН БУЛІНГУ В НАВЧАЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	77
МЕЛЬНИК Т. ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ У ПІДЛІТКІВ.....	78
МИСЬКО Є. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ СТАРШОКЛАСНИКІВ.....	81
МИХАЙЛОВА Т. ШЛЯХИ ЗАПОБІГАННЯ ТА КОНСТРУКТИВНОГО РОЗВ'ЯЗАННЯ КОНФЛІКТІВ У ПІДЛІТКОВИХ КОЛЕКТИВАХ.....	83
МОВЧКО О. ПСИХОЛОГІЧНІ БАР'ЄРИ ПСИХОЛОГА ЗАКЛАДУ ОСВІТИ У ВЗАЄМОДІЇ ІЗ ПЕДАГОГІЧНИМ КОЛЕКТИВОМ.....	86
НЕЧАЄВА Р. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	89
НІКШИНА Д. ФОРМУВАННЯ ГУМАНІСТИЧНИХ ЦІННОСТЕЙ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ В ОСВІТНЬО-ВИХОВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ.....	94
ОЛЕКСІЙЧУК З. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ МУЗИКИ НА ЕМОЦІЙНІ СТАНИ ШКОЛЯРІВ.....	97
ОМЕЛЬЧУК О. ТРАНСФОРМАЦІЯ КОНЦЕПТУ Я-ПСИХОЛОГ У СТРУКТУРІ САМОСВІДОМОСТІ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	101
ПИЛИШОК Т. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ.....	104
ПИСЬМЕННА В. ОСОБЛИВОСТІ САМОСТАВЛЕННЯ У НЕЗАДОВОЛЕНИХ ВЛАСНОЮ ЗОВНІШНІСТЮ ДІВЧАТ.....	105
ПОДЕЙКО Л. РОЗВИТОК ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ.....	109
РАБОВИЧ І. ОСОБЛИВОСТІ ДІАГНОСТИКИ ПРОЯВІВ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	111
РАБОВИЧ І. ПСИХОЛОГІЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ У КОРЕКЦІЙНІЙ РОБОТІ З ПІДЛІТКАМИ, ЯКІ МАЮТЬ ПРОЯВИ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ.....	113
РОМАНОВИЧ І. ПОПЕРЕДЖЕННЯ СУЇЦИДАЛЬНИХ НАХИЛІВ СЕРЕД СТАРШОКЛАСНИКІВ.....	116
РОМАНЮК В. ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ РОЗВИТКОМ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ПІДЛІТКІВ І ЇХ СОЦІАЛЬНОГО СТАТУСУ В ГРУПІ.....	120
СОСОНЮК О. РОБОТА ПСИХОЛОГА ЗАКЛАДУ ОСВІТИ ЩОДО РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ У ПІДЛІТКІВ.....	122
СТУПНИЦЬКА А., КОНОНЧУК А. ДОВІРА ЯК ОСНОВНА ФОНОВА ПЕРЕДУМОВА ВЗАЄМОДІЇ ВИКЛАДАЧА ТА СТУДЕНТІВ.....	125
СИРОТЮК А. ДЕПРЕСІЯ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19.....	129
ТКАЧ О. ПСИХОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЯВИЩА СОЦІАЛЬНОГО ВИГНАННІ В НАВЧАЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	135
ЧЕРНИЖ Я. ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ПІДЛІТКІВ З ДЕВІАНТНОЮ ПОВЕДІНКОЮ.....	137
ЧИЧУК Ю. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ.....	140
ЧОРНОУС Я. ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА НАВЧАЛЬНУ УСПІШНІСТЬ УЧНІВ....	142
ШЕПЕЛЬЧУК І. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ 6-7 РОКІВ ДО УМОВ НУШ.....	144