

Отримано: 26 травня 2025 р.

Прорецензовано: 27 травня 2025 р.

Прийнято до друку: 28 травня 2025 р.

e-mail: maksym.karpovets@oa.edu.ua

DOI: <http://doi.org/10.25264/2415-7384-2025-18-116-122>

Карповець М. В. Застосування копінг-стратегій у навчальному перформансі вищої школи. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»* : науковий журнал. Острог : Вид-во НаУОА, 2025. № 18. С.С. 116–122.

УДК: 159.942.5:378.14

Карповець Максим Вячеславович,

кандидат філософських наук, доцент,

директор Навчально-наукового інституту

соціально-гуманітарного менеджменту

Національного університету «Острозька академія»

ORCID-ідентифікатор: <https://orcid.org/0000-0001-5322-089X>

ЗАСТОСУВАННЯ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У НАВЧАЛЬНОМУ ПЕРФОРМАНСІ ВИЩОЇ ШКОЛИ

У статті здійснено аналіз застосування копінг-стратегій у навчальному перформансі вищої школи. Показано, що навчання в університеті під час воєнного стану впливає на рівень стресу й тривожності студентів, тому останні вимушені шукати копінг-стратегії для нормалізації свого психоемоційного стану. Оскільки перформанс уміщує адаптивні стратегії, то його застосування актуалізує низку копінгів, що було доведено під час експерименту зі студентами ($n=90$). Зокрема в дослідженні використано шкалу копінг-стратегій (the CISS Model) Н. Ендлера та Дж. Паркера для вимірювання копінгів до та після перформансу. Якщо до експерименту студенти найбільше застосовували проблемно орієнтований копінг, то після експерименту – шкалу соціального відволікання. Кореляційний аналіз Пірсона також показав, що шкала соціального відволікання має високі коефіцієнти кореляції з копінгом уникнення ($r=0,776$), емоційно орієнтованим копінгом ($r=0,520$) та шкалою відволікання ($r=0,676$). Таким чином доведено, що у перформансі соціальна підтримка є ключовою стратегією для комунікації, взаємодопоміжки та ухвалення рішень, допомагаючи впоратись із навчальними й життєвими викликами.

Ключові слова: перформанс, перформативність, копінг-стратегії, стресостійкість, вища школа, студенти.

Maksym Karpovets,

PhD in Philosophy, Associate Professor,

Director of the Educational and Scientific Institute

of Social and Humanitarian Management

in the National University of Ostroh Academy

ORCID-ID: <https://orcid.org/0000-0001-5322-089X>

APPLICATION OF COPING STRATEGIES IN ACADEMIC PERFORMANCE IN HIGHER EDUCATION

The article analyzes the use of coping strategies in educational performance in higher education. It is indicated that performance combines three key components: the bodies of participants and the performer, joint activity, and the display of results. It is shown that studying at a university during martial law affects the level of stress and anxiety of students, so the latter are forced to look for coping strategies to normalize their psycho-emotional state. Coping strategies play a significant role in a person's adaptation to stressful life events. Since performance has several adaptive strategies, its use actualizes some coping mechanisms, which were proven during an experiment with students ($n=90$) of the Educational and Scientific Institute of Social and Humanitarian Management at the National University "Ostroh Academy".

In particular, the study used the coping strategies scale (the CISS Model) by N. Endler and J. Parker to measure coping before and after the performance. Before the experiment, students used problem-oriented coping the most. After the experiment, the social distraction scale was the most prominent coping among the students. Such results showed that students actively used coping in higher education during the war. It follows that performance has the potential to strengthen social ties, which help not only to solve the tasks set but also to cope with stress. Pearson correlation analysis after the performance experiment showed that the social distraction scale has high correlation coefficients with avoidance coping ($r=0.776$), emotional-oriented coping ($r=0.520$), and the distraction scale ($r=0.676$). Thus, it is proven that in performance, social support is a key strategy for communication, mutual support, and decision-making, helping to cope with academic and life challenges.

Keywords: performance, performativity, coping strategies, stress resistance, higher education, students.

Постановка проблеми. Сучасні умови життя й освітнього процесу все більше загострюють питання залучення копінг-стратегій для подолання стресу, з яким студенти стикаються під час навчання. Рівень стресу та тривожності особливо посилюється під час воєнного стану, коли студенти змушені навчатися під час обстрілів, повітряних тривог або взагалі перебувати в тимчасово переміщених університетах [1]. Не потрібно також виключати вплив таких стресорів, які стосуються міжособистісного та колективного кон-

тексту (конфлікти всередині певної групи, сімейні обставини, низький рівень економічної стабільності). Необхідність адаптації в університеті, соціалізація після онлайн-навчання, іспитові сесії – це вже суто навчальні стресори, що також підсилюються рівень тривожності. Відповідно, студенти змушені шукати ресурси (копінги), які б підвищили рівень стресостійкості (резильєнтності), щоб мати можливість досягти бажаних навчальних результатів і загалом зберегти у нормі свій психоемоційний стан. Такої ж думки Р. Каламаж та інші дослідники, коли зазначають, що «під час роботи зі стресовими життєвими подіями, важливо пам'ятати про зростаючий рівень тривоги та копінг-стратегії подолання, які можуть допомогти впоратися з наслідками тривожності» [6, с. 98].

Одним із таких навчальних методів є перформанс як форма регуляції освітньої діяльності студентів, що має виразний інтерактивний характер у презентації результатів навчання. Перформанс уможливорює не тільки можливість публічного обговорення і практичного втілення отриманого знання, але й має потужний потенціал до соціалізації, психоемоційної підтримки під час виконання завдань. З одного боку, перформанс змушує вийти за межі комфорту студентів, тому може підсилювати певні стресори. З іншого ж, він також може актуалізувати певні ресурси і стратегії, які допомогли б подолати рівень стресу й тривожності студентів, навчаючи їх підтримки, емпатії, відповідальності та емоційного інтелекту.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У вітчизняній психології, педагогіці й загалом соціально-гуманітарному дискурсі перформанс рідко розглядають як ресурс для стресостійкості. Як правило, перформанс асоціюється із театральним мистецтвом, сучасними арт-практиками та протестами. «Нормативний» же характер перформансу й перфомартивності [13, р. ix] в університеті (як ширше поняття, що охоплює різні прояви перформансу) несправедливо залишається поза увагою науковців. Тому теоретичне й практичне дослідження перформансу як основи для формування стресостійкості є вкрай актуальним, зважаючи, зокрема, на воєнний час, що постійно загострює питання психоемоційного здоров'я українців, зокрема студентів.

Генеологія перформансу сягає інтерактивного мистецтва та театру, але сьогодні перформативні студії вийшли далеко за межі цих контекстів. Як зазначали Ф. Ньюман і Л. Гольцман, наша здатність щось виконувати (*to perform*) надто цінна, щоб обмежувати її лише театром [14]. Водночас К. Вульф підкреслює, що людська дія є культурним «перформансом», тобто, окрім наміру, важливо й те, як людина діє (позиціонує себе та свої дії в соціальному контексті) [18, с. 24]. У центрі уваги досліджень К. Вульфа й інших подібних дослідників [8; 9; 12; 14; 16] – тіло (як перформера, так і аудиторії), діяльність (часто пов'язана із праксисом і мімезисом) та демонстрація (що містить імпровізацію та презентацію результатів своєї діяльності через рольову поведінку). Справді, тіла учасників перформансу є основним інструментом демонстрації власних результатів, зокрема й під час навчання. Так вони роблять знання більш видимим, а тому позбавляють його абстрактності й надмірної теоретичності: «Тіло не просто щось виражає, передаючи інформацію від суб'єкта до суб'єкта, але воно *вже є чимось*. У перформативній дії тілесна практика стає автономним повідомленням завдяки своїм вербальним і невербальним можливостям» [4, с. 40]. Відповідно, тілесний характер перформансу також може бути основою для копінг-стратегій, які також передбачають фізичну активність, соціалізацію та підтримку як спробу подолання стресу.

Окремий пласт досліджень стосується залучення копінг-стратегій у навчальну діяльність студентів. Як стверджують Дж. Д. Ендлер і Н. С. Паркер, «копінг-стратегії відіграють значну роль в адаптації людини до стресових життєвих подій» [10, р. 50], де навчання в університеті – це не лише форма накопичення знань та професійних компетенцій, а й формування важливих стратегій для подальшої стійкості. Не менш поширеним є також визначення копіngu Р. С. Лазарусом і С. Фолькман, для яких копіngи є тими когнітивними, емоційними та поведінковими стратегіями, що сприяють мінімізації стресу під час взаємодії людини та її оточення [11]. Прикметно, що психологи також непрямо вказують на перформативні елементи в емоційно орієнтованих та проблемно орієнтованих копіngах, охоплюючи заперечення, соціальну демонстрацію або прийняття ролі.

Сучасні дослідники, як-от П. Вотерхаус і Р. Самра, так само переконані, що копіngи як динамічні практики «є результатом взаємодії між людиною та її середовищем» [17, р. 26]. М. Рутер визначав резильєнтність як здатність не тільки долати складні ситуації і витримувати ризики, а й як основу для зміцнення здоров'я й успішного навчання [15, р. 205]. Водночас В. Каламаж та інші зазначають, що не всі копіngи є ефективними для студентів, особливо в умовах невизначеності [7, с. 29]. Перформативне навчання створює складні та незвичні ситуації, певні виклики для студентів, що потребують актуалізації особливих когнітивних, емоційних та поведінкових стратегій для вирішення різного типу поставлених завдань. У цьому дослідженні першочерговим завданням є перевірити, які копіngи є ефективними, а які менше всього застосовуються студентами під час перформансу. Тому розуміння взаємозв'язку між перформансом як частиною академічного середовища та копінг-стратегіями має вирішальне значення, що сприяють стійкості, адаптивності та загальному добробуту студентів у закладах вищої освіти.

Мета і завдання дослідження. Зважаючи на окреслену проблематику та контекст, **метою** цієї статті є з'ясування специфіки застосування копінг-стратегій студентами під час перформансу як особливої

методичної ситуації, яка змінює характер і принцип мислення та поведінки. З урахуванням поставленої мети ми сформулювали такі ключові завдання: 1) окреслити методологічну рамку перформансу в психологічному та педагогічному дискурсі; 2) провести емпіричне дослідження, вимірюючи зміну в застосуванні студентами копінг-стратегій до та після навчального перформансу; 3) здійснити інтерпретацію отриманих даних із подальшою рекомендацією застосування елементів перформансу для посилення стресостійкості студентів.

Виклад основного матеріалу. У нашому дослідженні взяли участь 90 студентів Навчально-наукового інституту соціально-гуманітарного менеджменту в Національному університеті «Острозька академія» (з них 74 (82,22 %) особи жіночої та 16 (17,78 %) осіб чоловічої статі) таких освітньо-професійних програм: «Психологія» (62 %), «Українська мова, література, комунікація» (14 %), «Початкова освіта з поглибленим вивченням англійської мови» (10 %) та «Журналістика» (14 %). Ми звертали увагу на курси, де викладачі давали такі методики як групові роботи, взаємне оцінювання, спільне вирішення проблеми та публічну презентація результатів навчання. Вибірка формувалася зі студентів денної форми навчання першого року навчання. Вік учасників коливався в межах 17 – 19 років ($M_{\text{вік}} = 17.89$ років, $SD = 1.42$). Усі учасники, залучені методом випадкового відбору, брали участь в експерименті добровільно. Вони мали онлайн-доступ до опитувальника у форматі Google Forms, де могли анонімно дати відповідь на поставлені питання.

У дослідженні ми застосували методику Н. Ендлера та Дж. Паркера (також відома як Шкала копінг-стратегій, або CISS Model), призначена для вимірювання копінг-стратегій у стресових ситуаціях. Модель CISS – це розроблена структура, яка дозволяє визначити копінги на основі трьох основних стратегій (копінг уникнення, проблемно орієнтований копінг, емоційно орієнтований копінг) та двох шкал (відволікання та соціального відволікання) [10]. Останній тип подолання має два аспекти – відволікання уваги та соціальну диверсію, також наявні в цьому дослідженні.

Обробку емпіричних даних здійснено комп'ютерним застосунком SPSS Statistics 19.0 FP1 (19.0.0.1). Також використано статистичний редактор MS «Excel» для формування графіку загальних результатів. Задовільними в дослідженні статистично достовірними рівнями є $p \leq 0.050$ і $p \leq 0.10$. Тест χ^2 підтвердив гомогенність груп студентів за статтю та освітньо-професійними програмами закладу ($p \geq 0.05$). Дані згруповано до та після експерименту (застосування перформансу в досліджуваних групах), що дозволяє побачити характер змін, кореляцію та статистичну похибку.

Результати експерименту висвітлено в Таблиці 1, де показано характер змін у застосуванні копінг-стратегій студентами.

Таблиця 1

Загальні результати застосування копінг-стратегій до та після експерименту із перформансом

	період	високий рівень		середній рівень		низький рівень	
		к-ть осіб	%	к-ть осіб	%	к-ть осіб	%
Копінг уникнення	до	19	21,1	68	75,5	3	4,4
	після	22	24,4	52	57,7	16	17,9
Проблемно орієнтований копінг	до	67	74,4	23	25,5	2	0,1
	після	46	51,1	38	42,2	6	6,7
Емоційно орієнтований копінг	до	27	30	58	64,4	5	5,6
	після	18	20	64	71,1	8	8,9
Шкала відволікання	до	10	11,1	78	86,6	2	2,3
	після	38	42,2	42	46,6	10	11,2
Шкала соціального відволікання	до	25	27,7	61	67,7	4	4,6
	після	62	68,8	22	24,4	6	6,8

Як бачимо із таблиці, на початку експерименту високий рівень використання мав проблемно орієнтований копінг (74,4%), що передбачає пошук активних дій і стратегій для вирішення проблеми в стресовій ситуації. Середній рівень використання мала шкала відволікання (86,6%), що вказує на перемикання уваги студентів на інші види діяльності. Низький рівень використання копінг-стратегій не має виразної тенденції, що свідчить про рівномірно активне використання копінгів студентами під час навчання. Такі результати засвідчили описаний багатьма дослідниками тенденцією [1; 2], коли студенти активно послуговуються копінгами у вищій школі під час воєнного стану. Прикметно, що підвищення тривожності та частота депресивних станів безпосередньо впливають на копінги, адже «у такому стані студенти можуть віддалятися від соціальних взаємодій та академічних обов'язків, шукати втечі у шкідливих звичках або

ізоляції» [2, с. 35]. Це й показали результати опитування, де шкалу соціального відволікання на високому рівні застосовують всього 27,7% респондентів.

Після експерименту з перформансом застосування копінг-стратегій змінилося. Найбільше студентів використовували шкалу соціального відволікання (68,8%), що майже удвічі більше, аніж це було до експерименту. Оскільки перформанс має соціальне спрямування [12], то рівень звернення студентів до спілкування та соціальних контактів суттєво збільшився. Це також вказує на те, що перформанс має потенціал до посилення соціальних зв'язків, які допомагають не тільки вирішити поставлені завдання, але й упоратись зі стресом. Дубчак Г. у своєму дослідженні також довела, що студенти вищої школи частіше використовують соціальну підтримку як конструктивний копінг для подолання стресу [3, с. 59]. Також результати експерименту показали невелике збільшення залучення копінгу шкали відволікання (42,2%).

Можемо припустити, що необхідність взаємодіяти у перформансі, презентувати результати в якійсь ролі є для певної кількості студентів психологічним викликом, з яким вони не завжди готові відразу впоратися. Окрім того, переведення навчання в онлайн-формат у основній школі також негативно позначилося на готовності соціально взаємодіяти в групових видах робіт, хоча й перформанс показав важливість і корисність цієї діяльності для студентів. Результати дослідження засвідчили те, що перформанс уможливує «вихід» поза межі необхідності засвоїти та відтворити знання: «Тому в освіті перформанс є не лише навчальною, але й позанавчальною практикою, де в ігровій, часто імпровізаційній формі апробують соціальні ролі й практики. Окрім того, у такій діяльнісно-ритуальній формі встановлюються довірливі зв'язки між учасниками перформансу, де роль викладача – бути невидимим (а за потреби й видимим) медіатором між діями студентів» [5, с. 43].

У Таблиці 2 показано кореляційні зв'язки між копінг-стратегіями до впровадження перформансу.

Таблиця 2

Коефіцієнти кореляції Пірсона між копінг-стратегіями до експерименту з перформансом,

де * позначає слабку позитивну кореляцію ($r=0,20-0,39$),

** позначає середню позитивну кореляцію ($r=0,39-0,59$)

	Копінг уникнення	Проблемно орієнтований копінг	Емоційно орієнтований копінг	Шкала відволікання	Шкала соціального відволікання
Копінг уникнення	1,000	0,212*	-0,069	0,742	0,349*
Проблемно орієнтований копінг		1,000	-0,176	0,344*	0,376*
Емоційно орієнтований копінг			1,000	-0,135	-0,148
Шкала відволікання				1,000	0,878
Шкала соціального відволікання					1,000

Копінг уникнення та шкала відволікання мають середню позитивну кореляцію ($r=0,742$), що вказує на взаємозалежність цих стратегій подолання стресу. Студенти намагалися уникати виконання завдань, відтягуючи його або шукаючи альтернативні шляхи вирішення. Відповідно, це підсилювалося шкалою відволікання, коли студенти могли займатись іншими справами, не пов'язаними із навчанням і завданнями. Слабка позитивна кореляція ($r=0,349$) також наявна між копінгом уникнення і шкалою соціального відволікання, де фактором уникнення слугували соціальні зв'язки, тобто спілкування з іншими студентами, прогулянки чи розваги. Проблемно орієнтований копінг також має позитивний кореляційний зв'язок із шкалою відволікання ($r=0,344$) та шкалою соціального відволікання ($r=0,376$). Студенти прагнуть соціалізації, тому охоче стають учасниками перформансу. Передбачувано, що високий кореляційний зв'язок є між шкалами відволікання та соціального відволікання ($r=0,878$), адже ці копінги між собою близькі за змістом. Проте цей зв'язок також свідчить про те, що студенти схильні уникати вирішення проблеми й залучати зовнішні ресурси, коли внутрішні ресурси (емоційно орієнтований копінг) ще недостатньо розвинені на цьому етапі.

Після експерименту кореляційні зв'язки між показниками частково змінилися, що відображено в Таблиці 3. Якщо до експерименту кореляційний зв'язок між копінгом уникнення та шкалою відволікання становив $r=0,742$, то після експерименту він частково знизився і став $r=0,302$. Спадання кореляційного зв'язку свідчить про те, що студенти все менше поєднують ці стратегії між собою у перформансі, а тому менше уникають вирішення проблеми завдяки перемиканню уваги з однієї проблеми на іншу. Оскільки перформанс намагається створити альтернативні й комфортні умови для діячів, то часто студентам усе менше хочеться відволікатись на інші фактори, щоб уникнути вирішення проблем і завдань. Можемо стверджувати, що перформанс стимулює студентів до пошуку власних рішень.

Таблиця 3

Коефіцієнти кореляції Пірсона між копінг-стратегіями після експерименту з перформансом,
 де * позначає слабку позитивну кореляцію ($r=0,20-0,39$),
 ** позначає середню позитивну кореляцію ($r=0,39-0,59$)

	Копінг уникнення	Проблемно орієнтований копінг	Емоційно орієнтований копінг	Шкала відволікання	Шкала соціального відволікання
Копінг уникнення	1,000	-0,011	-0,082	0,302*	0,776
Проблемно орієнтований копінг		1,000	-0,182	0,070	0,171
Емоційно орієнтований копінг			1,000	-0,141	0,520**
Шкала відволікання				1,000	0,676
Шкала соціального відволікання					1,000

З іншого боку, ми бачимо суттєве зростання позитивного кореляційного зв'язку між копінгом уникнення та шкалою соціального відволікання ($r=0,776$), що підкреслює соціально орієнтовану природу перформансу. Це підтверджує висловлену раніше тезу, що перформанс «навчає соціально-поведінкових патернів, як-от уміння взаємодіяти з іншими, приймати рішення, виходити за межі усталених пізнавальних схем, трансформувати реальність» [5, с. 43]. Негативним аспектом цього зв'язку є те, що в довготривалій перспективі студенти не завжди зможуть відтворити засвоєні знання, адже були більше орієнтовані на соціальні контакти як засіб подолання стресу. Тому викладачеві важливо контролювати цей копінг під час перформансу, балансуючи між когнітивними результатами в навчанні та засвоєними соціальними навичками.

У Таблиці 3 також бачимо суттєве зрушення в кореляційному зв'язку між емоційно орієнтованим копінгом та шкалою соціального відволікання (від $r=-0,148$ до $r=0,520$). Це означає, що регуляція емоційного стану студентів відбувається завдяки долученню соціальної підтримки інших учасників перформансу. Якщо раніше студенти більше вирішували свої навчальні (й, вочевидь, життєві) проблеми самостійно, покладаючись на власні ресурси, то тепер вони готові формувати нові соціальні зв'язки як подальшу основу для подолання стресу й тривожності. Це доводить той факт, що соціальні зв'язки, які могли би слугувати ресурсом для стабілізації психоемоційного стану, під час війни та дистанційного навчання особливо послабились. Тому перформанс є не лише навчальною методикою, а терапевтичною практикою, здатною нормалізувати рівень стресу завдяки соціальній комунікації, емпатії, взаємодії та підтримці.

Висновки. Як бачимо з наведених результатів дослідження, студенти під час навчання активно послуговуються копінг-стратегіями для подолання стресу, проте застосування змінюється залежно від ситуації. Зокрема, перформанс у вищій школі вимагає активної співучасті студентів і викладача, створення ситуації взаємодії, довіри й підтримки. До перформансу студенти найбільше використовували проблемно орієнтований копінг, адже звикли самостійно вирішувати свої проблеми під час дистанційного навчання чи навіть у школі, де індивідуальна робота все ж переважає над колективною співпрацею. Після навчального перформансу високий рівень застосування цього копінгу зменшився, проте збільшилась інтенсивність використання шкали соціального відволікання. Це свідчить про те, що перформанс «підштовхує» до креативності, співпраці, взаємодії та ухвалення рішень – навичок, необхідних не тільки для подолання стресу, але й для подальшої соціалізації індивідів.

Кореляційний аналіз Пірсона показав, що після експерименту з перформансом з'явилися або збільшилися статистично значущі зв'язки між шкалою соціального відволікання та копінгом уникнення, емоційно орієнтованим копінгом та шкалою відволікання. Якщо між шкалою відволікання та шкалою соціального відволікання коефіцієнт кореляції був високим і до експерименту, що пояснюється близькістю цих стратегій подолання стресу, то використання інших двох копінгів збільшилось. Ми пояснюємо це тим, що студенти зрозуміли важливість і продуктивність соціальної підтримки у регуляції внутрішнього емоційного стану. Так само перформанс навчає ухвалювати рішення і брати на себе відповідальність у спільній роботі з усе меншим намаганням уникнути вирішення проблеми.

Перспективи подальших досліджень. Надалі важливо також показати зв'язок копінг-стратегій із рівнем стресу під час перформансу. Одним із питань є те, чи впливає зміна стресу на використання копінг-стратегій студентами під час навчання. Також важливо залучати інші аспекти перформансу, як-от студентську рольову роботу й публічну презентацію навчальних результатів, актуалізуючи питання терапевтичного ефекту перформансу, що також є малодослідженим питанням у віковій психології та терапевтичній практиці.

Список використаної літератури:

1. Буровицька, А. І. Особливості резильєнтності студентів під час навчання в умовах воєнного стану. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. Вип. 2. С. 17–23. <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-2>.
2. Долгієр А., Дрозд О. Психологічні особливості вибору студентами копінг-стратегій. *Вісник Львівського університету. Серія: Психологічні науки*. 2024. Випуск 19. С. 32–37.
3. Дубчак Г. М. Аналіз стратегій копінг-поведінки сучасних студентів. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2018. Том. V (Вип. 18). С. 55–63.
4. Карповець М. В. Психологічна методологія перформансу в освітньому процесі вищої школи. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*. 2023. № 16. С. 36–43.
5. Карповець М. Перформативна діяльність студентів вищої школи: до проблеми психології розуміння. *Журнал «Психологічні перспективи»*. 2024. Випуск 4 (35). С. 41–45.
6. Каламаж Р., Волошина-Нарожна В., Тимошук Є., Балашов Е. Стилі подолання й здібності до саморегуляції як предиктори тривожності. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2024. № 12. С. 96–114. [https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-12-3UDC 159.922:616.891.6-021.484](https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-12-3UDC%20159.922:616.891.6-021.484).
7. Каламаж В. О., Тимошук Є. А., Краснопір А. Б., Дорошук Г. Р. Копінг-стратегії як механізм саморегуляції у навчальній діяльності студентів. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*. 2023. № 16. С. 28–35.
8. Alexander B. K., Anderson G. L. & Gallegos B. P. Performance theories in education: Power, pedagogy, and the politics of identity. London: Routledge, 2005.
9. Denzin N. K. Forward: Performance, pedagogy and emotionality. *Advances in teacher emotion research: The Impact on teachers' lives*. New York: Springer, 2009. P. V–VII.
10. Endler N. S. & Parker, J. D. Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1990. № 58(5). P. 844–854. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.5.84>
11. Lazarus R. & Folkman S. Stress, appraisal and coping. New York: Springer, 1984.
12. Macfarlane B. Student performativity in higher education: converting learning as a private space into a public performance. *Higher Education Research & Development*. 2014. Vol. 34(2), P. 338–350. <https://doi.org/10.1080/07294360.2014.956697>
13. McKenzie J. Perform or else: From discipline to performance. London: Routledge, 2001.
14. Newman F. & Holzman L. Unscientific psychology: A cultural-performatory approach to understanding human life. Westport, CT: Praeger, 1996.
15. Rutter M. Resilience, competence and coping. *Child Abuse & Neglect*. 2007. Vol. 31. P. 205–209. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chiabu.2007.02.001>.
16. Schechner R. Performance studies: An introduction. London and New York: Routledge, 2013.
17. Waterhouse P. & Samra R. University students' coping strategies to manage stress: A scoping review. *Educational Review*. 2025. P. 1–41. <https://oro.open.ac.uk/101498/10/101498.pdf>
18. Wulf C. Zur Genese des Sozialen: Mimesis, Performativität, Ritual [On the genesis of the social: Mimesis, performativity, ritual]. Bielefeld: Transcript Verlag, 2005.

References:

1. Burovytska, A. I. Osoblyvosti rezylentnosti studentiv pid chas navchannia v umovakh voiennoho stanu [Peculiarities of students' resilience during martial law education]. *Naukovi zapysky. Serii: Psykholohiia*. 2024. Vyp. 2. S. 17–23. <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-2>.
2. Dolhiier A., Drozd O. Psykholohichni osoblyvosti vyboru studentamy kopinh-stratehii [Psychological features of students' choice of coping strategies.]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Serii: Psykholohichni nauky*. 2024. Vypusk 19. S. 32–37.
3. Dubchak H. M. Analiz stratehii kopinh-povedinky suchasnykh studentiv [Analysis of coping strategies of modern students' behavior]. *Aktualni problemy psykholohii: Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy*. 2018. Tom. V (Vyp. 18). S. 55–63.
4. Karpovets M. V. Psykholohichna metodolohiia performansu v osvithnomu protsesi vyshchoi shkoly [Psychological methodology of performance in the educational process of higher education]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademiia». Serii «Psykhologhiia»*. 2023. № 16. S. 36–43.
5. Karpovets M. Performatyvna diialnist studentiv vyshchoi shkoly: do problemy psykholohii rozuminnia [Performative activity of higher school students: to the problem of psychology of understanding]. *Zhurnal «Psykhologichni perspektivy»*. 2024. Vypusk 4 (35). S. 41–45.
6. Kalamazh R., Voloshyna-Narozhna V., Tymoshchuk Ye., Balashov E. Styli podolannia y zdibnosti do samorehuliatcii yak predyktory tryvozhnosti [Coping styles and self-regulation abilities as predictors of anxiety. Insight: psychological dimensions of society]. *Insait: psykholohichni vymiry suspilstva*. 2024. № 12. S. 96–114. [https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-12-3UDC 159.922:616.891.6-021.484](https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-12-3UDC%20159.922:616.891.6-021.484).
7. Kalamazh V. O., Tymoshchuk Ye. A., Krasnopir A. B., Doroshchuk H. R. Kopinh-stratehii yak mekhanizm samorehuliatcii u navchalnii diialnosti studentiv [Coping strategies as a mechanism of self-regulation in students' learning activities]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademiia». Serii «Psykhologhiia»*. 2023. № 16. S. 28–35.

8. Alexander B. K., Anderson G. L. & Gallegos B. P. Performance theories in education: Power, pedagogy, and the politics of identity. London: Routledge, 2005.
9. Denzin N. K. Forward: Performance, pedagogy and emotionality. *Advances in teacher emotion research: The Impact on teachers' lives*. New York: Springer, 2009. P. V-VII.
10. Endler N. S. & Parker, J. D. Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1990. № 58(5). P. 844–854. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.5.84>
11. Lazarus R. & Folkman S. Stress, appraisal and coping. New York: Springer, 1984.
12. Macfarlane B. Student performativity in higher education: converting learning as a private space into a public performance. *Higher Education Research & Development*. 2014. Vol. 34(2), P. 338–350. <https://doi.org/10.1080/07294360.2014.956697>
13. McKenzie J. Perform or else: From discipline to performance. London: Routledge, 2001.
14. Newman F. & Holzman L. Unscientific psychology: A cultural-performatory approach to understanding human life. Westport, CT: Praeger, 1996.
15. Rutter M. Resilience, competence and coping. *Child Abuse & Neglect*. 2007. Vol. 31. P. 205–209. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chiabu.2007.02.001>.
16. Schechner R. Performance studies: An introduction. London and New York: Routledge, 2013.
17. Waterhouse P. & Samra R. University students' coping strategies to manage stress: A scoping review. *Educational Review*. 2025. P. 1–41. <https://oro.open.ac.uk/101498/10/101498.pdf>
18. Wulf C. Zur Genese des Sozialen: Mimesis, Performativität, Ritual [On the genesis of the social: Mimesis, performativity, ritual]. Bielefeld: Transcript Verlag, 2005.