

УДК 159.9:616.89

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2024.21.23>

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ НЕГАТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ

Ірина Овдієнко

*Державний торговельно-економічний університет,
вул. Кіото, 19, м. Київ, Україна, 02156
e-mail: Ira-ovd@ukr.net*

Стаття присвячена актуальній проблемі сьогодення, зокрема теоретичного розгляду такого психічного явища як негативні психічні стани та їх вплив на функціонування та діяльність особистості в сучасному суспільстві. Зазначено, що пандемія COVID-19, повномасштабна війна, яка охопила Україну, стала джерелом глибокої соціальної кризи, що має значний вплив на психологічне здоров'я населення. Ці події призвели до глибоких змін у житті багатьох людей, а ситуація нестабільності та невизначеності, втрати та зміна звичного укладу життя значно підвищують ймовірність розвитку негативних психічних станів.

У статті глибоко розглянуті теоретичні підходи до розуміння сутності категорії «психічні стани». На основі проведеного аналізу, рекомендуємо розуміти під поняттям «психічних станів» складні інтегративні утворення, які відображають не лише поточні психічні процеси, але й їхню взаємодію з особистісними характеристиками та зовнішніми умовами. Зазначено класифікацію психічних станів відповідно таких критеріїв: тривалість стану, інтенсивність, модальність, суб'єктивна значущість, усвідомленість та можливість регуляції причинність. У ході дослідження було розглянуто ключові негативні психічні стани, такі як тривожність, депресія, стрес і емоційне вигорання.

У статті визначено, що негативні психічні стани, а також нервово-психічні розлади мають двосторонню природу впливу та спричинені факторами зовнішнього середовища, які ослаблюють механізми соціально-психологічної адаптації особистості, також залежить від індивідуальних психологічних характеристик особистості, зокрема, від її стійкості до впливу стресогенних факторів.

Встановлено, що в умовах, які характеризуються невизначеністю, конфліктністю та непередбачуваністю, спостерігається виникнення довготривалих негативних психічних станів, таких як пригнічення, тривога, страх, депресія, гнів і агресія, що пов'язані з наявністю загрози і низькою ймовірністю задоволення потреби в безпеці.

Ключові слова: психічні стани, негативні психічні стани, психічне здоров'я, професійна діяльність.

У сучасних умовах, що характеризуються підвищенням інтенсивності життєвих навантажень, соціально-економічною нестабільністю та впливом глобальних кризових явищ, таких як пандемії, військові конфлікти та екологічні катастрофи, дослідження негативних психічних станів набуває особливої актуальності. Негативні психічні стани, такі як тривога, депресія, стрес, та фрустрація, мають значний вплив на функціонування та діяльність особистості, які, у свою чергу, можуть не лише погіршувати емоційне благополуччя, але й спричиняти дезорганізацію поведінки, зниження продуктивності, порушення міжособистісних взаємин та соціального функціонування в цілому.

Повномасштабна війна, яка охопила Україну, стала джерелом глибокої соціальної кризи, що має значний вплив на психологічне здоров'я населення. Нестабільність, невизначеність майбутнього, різка зміна звичного способу життя, а також втрата близьких, майна та роботи створюють надзвичайно високий рівень стресу, породжуючи значні

ризика для психічного здоров'я населення України. Тривала військова агресія та пов'язані з нею події призвели до глибоких змін у житті багатьох людей, а ситуація нестабільності та невизначеності, втрати та зміна звичного укладу життя значно підвищують ймовірність розвитку негативних психічних станів. У зв'язку з цим, виникає необхідність мобілізації психосоціальних та медико-психологічних ресурсів для подолання наслідків цієї кризи.

Аналіз останніх досліджень і публікацій на тему негативних психічних станів і їх впливу на функціонування та діяльність особистості показує, що ця проблема залишається надзвичайно актуальною. Основні акценти сучасних досліджень можна розподілити на кілька ключових напрямків:

1. Вплив соціальних і економічних факторів. Публікації, зокрема роботи Р. Вілкінсона, В. Дж. Дойла і А. Баума, С. Коена, К. Піккета, акцентують увагу на зв'язку між соціально-економічним статусом і психічним здоров'ям. Дослідження показують, що соціальна нерівність і економічна нестабільність можуть значно погіршити психоемоційний стан осіб, що часто веде до збільшення випадків тривожності і депресії.

2. Психологічні наслідки пандемії COVID-19. Ряд статей, зокрема дослідження М. Браунінга, Л. Ларсона, І. Овдієнко, І. Шараєвської та ін., фокусуються на психологічних наслідках пандемії COVID-19. Дослідження вказують на підвищення рівня стресу і тривожності серед студентів і працівників через зміни в соціальних і робочих умовах.

3. Вплив на професійну діяльність. Останні публікації, зокрема статті С. Максименка, Л. Карамушки, О. Креденцер, К. Терещенко та ін., досліджують вплив негативних психічних станів на професійну діяльність, акцентуючи увагу на необхідності підтримки психічного здоров'я працівників у стресових професіях, таких як рятувальники і військово-вослужбовці.

Загалом, сучасні дослідження демонструють комплексний підхід до розуміння і вирішення проблеми негативних психічних станів, зокрема через інтеграцію соціальних, психологічних і клінічних аспектів, що у свою чергу сприяє розвитку більш ефективних стратегій для покращення психічного здоров'я і підтримки особистості в умовах стресу і криз.

Метою статті є дослідження впливу негативних психічних станів на функціонування та діяльність особистості, з акцентом на теоретичні основи.

Вклад основного матеріалу дослідження. Психічне здоров'я є комплексним поняттям, яке визначається як стан благополуччя, включаючи психологічний та соціальний аспекти, яке здійснює вплив на те, як людина мислить, відчуває та діє, а також на її здатність справлятися зі стресом, встановлювати міжособистісні стосунки та здійснювати важливі життєві вибори [1]. У сучасних умовах, що характеризуються швидкими соціальними змінами, стресовими робочими середовищами та нездоровим способом життя, психічне здоров'я перебуває під загрозою. Занепокоєння з приводу психічного здоров'я зростає в усьому світі, особливо серед груп, що піддаються високому рівню стресу, таких як лікарі, медичні працівники, військові, працівники соціальних служб, освітяни та інші професії, в професійній діяльності яких присутні інтенсивні соціальні та емоційні взаємодії. Дане занепокоєння обумовлене тим, що належний стан психічного здоров'я є важливим фактором для розвитку соціальних та інтелектуальних навичок, необхідних для ефективного вирішення нових і складних викликів, які виникають у сучасних умовах [2; 3].

Психічне здоров'я та психічні захворювання, хоча й тісно пов'язані, однак є окремими поняттями, що мають певну автономію. Поняття психічного здоров'я включає в себе широкий спектр психосоціального благополуччя, тоді як психічні захворювання відносяться до конкретних діагностичних категорій, визначених у «Діагностичному та статистичному посібнику з психічних розладів» (DSM-5). Отже, індивід може не мати

офіційного діагнозу психічного розладу, але при цьому перебувати в стані психічного неблагополуччя, і навпаки [4].

Психічні стани є психологічними феноменами, які відіграють суттєву роль у психічній діяльності людини завдяки їх здатності трансформуватися в особистісні властивості та основні риси характеру. Вивчення психічних станів є однією з ключових проблем сучасної психології, оскільки ці стани мають діалектичну природу: вони можуть проявлятися як у позитивних, так і в негативних формах. Виділяють п'ять основних груп психічних станів, які характеризуються протилежними проявами:

1. Прояви почуттів (настрої, афекти, ейфорія, тривога, фрустрація);
2. Прояви волі (рішучість, зібраність, розгубленість);
3. Прояви уваги (зосередженість і неухважність);
4. Прояви мислення (сумніви);
5. Прояви уяви (мрії) [5].

Значення негативних психічних станів полягає в активації захисних механізмів організму, які спрямовані на збереження та збільшення адаптаційних ресурсів. Однак при тривалому і інтенсивному впливі стресогенних факторів, особливо в умовах екстремальних ситуацій, невизначеності перспектив і відчуття незахищеності, існує ризик перенапруження адаптаційних ресурсів, що може призвести до поглиблення негативних психічних станів, виснаження адаптаційних механізмів і порушення самоконтролю та соціального функціонування, що загрожує всім аспектам здоров'я та життя [6; 7].

Психічні стани є ключовими концептами в психологічній науці, поряд із психічними процесами та явищами [8]. На рівні психічних станів відбувається інтеграція різномірних і багатомодальних компонентів психіки в єдине ціле [9]. Попри значну увагу дослідників та наявність детальних теоретичних розробок у цій сфері, єдине трактування поняття психічних станів все ще відсутнє [10].

Інтерпретація психічних станів, зокрема негативних психічних станів, демонструє значну різноманітність поглядів серед науковців, що обумовлено різними науковими інтересами, теоретичними уподобаннями, специфікою дослідницьких підходів та професійними орієнтаціями дослідників [11].

У психологічній науці дослідження психічних станів є надзвичайно важливим аспектом, що дозволяє глибше зрозуміти внутрішній світ особистості, а також вплив зовнішніх і внутрішніх факторів на її психічне функціонування. Психічні стани відображають комплексний взаємозв'язок між психічними процесами, особистісними характеристиками та умовами середовища. Залежно від теоретичних підходів і дослідницьких інтересів, вчені пропонують різноманітні трактування поняття «психічний стан», що відображають різні аспекти цього складного явища (табл. 1).

Аналіз представлених трактувань психічних станів демонструє багатогранність підходів до розуміння цього явища в психології. На основі проведеного аналізу, рекомендуємо розуміти під поняттям «психічних станів» складні інтегративні утворення, які відображають не лише поточні психічні процеси, але й їхню взаємодію з особистісними характеристиками та зовнішніми умовами. Варто відзначити, що трактування акцентує увагу на динамічному характері психічних станів, які формуються і змінюються внаслідок безперервної взаємодії особистості з навколишнім середовищем та її внутрішнім світом. Отже, психічні стани слід розглядати як результат асиміляції багатьох факторів, які взаємодіють і впливають на психічну діяльність особистості в контексті її життєвого досвіду і соціальної ситуації.

Таким чином, психічні стани особистості можна розглядати як цілісне психологічне утворення, яке є проміжним між психічними процесами і властивостями особистості,

Таблиця 1

Аналіз теоретичних концепцій до трактування поняття «психічних станів»

Автор	Трактування психічних станів
В. Юрченко	Психічні стани визначаються як «цілісна характеристика психічної діяльності за певний проміжок часу, яка демонструє своєрідність перебігу психічних процесів залежно від сприйняття реальності і психічних властивостей особистості».
С. Максименко, В. Соловієнко, Ю. Бойко-Бузиль	Психічні стани розглядаються як система, що регулює взаємозв'язки психічних процесів, забезпечує їх інтеграцію та реалізацію відповідно до індивідуально-психологічних особливостей особистості та інших факторів.
В. Шапар, О. Ігумнова, А. Зелених	Психічні стани пов'язані з поведінковою діяльністю людини та концепцією психофізіологічного гомеостазу; включають додаткові психічні утворення, такі як звички, знання, вміння та навички.
С. Максименко, С. Карамушка, О. Креденцер	Психічний стан визначається як специфічна психологічна характеристика особистості, що супроводжується тривалими душевними переживаннями.
С. Миронець, О. Тімченко	Психічні стани рятувальників МНС вивчаються в контексті впливу професійної діяльності на психіку особистості та індивідуальних психічних процесів.
В. Осьодло, М. Дорошенко	Психічні стани військових операторів досліджуються з урахуванням специфіки їх професійної діяльності та індивідуальних особливостей.
Л. Карамушка, О. Креденцер, С. Максименко	Психічні стани в освітній сфері аналізуються через призму впливу навчального процесу на психічний стан особистості.
І. Галецька, М. Вовканич	Психічні стани студентської молоді оцінюються в контексті їх освітньої діяльності та соціального оточення.
Т. Кириленко, Г. Ложкін	Психічні стани у спортивній галузі визначаються через взаємозв'язок між спортивною діяльністю та психічним станом спортсменів.

Примітки: сформовано автором на основі джерел: [9–26]

що виникає у відповідь на зовнішні чи внутрішні подразники, триває певний час і відображає унікальні аспекти психічної діяльності індивіда [27].

Аналіз наукових джерел свідчить, що вчені, незалежно від наукових шкіл і підходів, сходяться на думці, що психічні стани слід розглядати як інтегративне явище психічної діяльності особистості, яка є результатом взаємодії внутрішніх і зовнішніх факторів, які її визначають. Внутрішні фактори включають індивідуальні психологічні особливості людини, тоді як зовнішні обумовлюються специфікою умов професійної діяльності. Суб'єктивне ставлення до об'єктивної реальності визначає характер протікання психічних процесів і формує психічні стани фахівця, залежно від психічних пізнавальних процесів, особистісних властивостей і утворень.

На основі проведеного аналізу, вважаємо, що найбільш вдалою є класифікація психічних станів, запропонована В. Семиченко, яка включає такі критерії, як тривалість стану (короткотривалі чи довготривалі), інтенсивність (вираженість сильна чи слабка), модальність (стенічна чи астенічна), суб'єктивна значущість (приємні чи неприємні відчуття), усвідомленість та можливість регуляції (самоконтроль і саморегуляція), а також причинність (внутрішні чи зовнішні чинники) [25; 26].

Аналіз наукової літератури також свідчить, що психічні стани можна класифікувати за глибиною переживання як глибокі та поверхневі, а за характером впливу на особистість, колектив або групу – на негативні та позитивні. Негативні стани впливають на людину та її оточення негативно, що може призводити до виникнення конфліктів і психологічних бар'єрів, що негативно позначається на результатах професійної діяльності.

Водночас позитивні психічні стани сприяють підвищенню взаєморозуміння та ефективності професійної діяльності [19; 27].

Психічне здоров'я індивіда формується в результаті складної взаємодії психологічних процесів з соціальними, економічними та фізичними факторами. Результати численних наукових досліджень підтверджують існування тісного зв'язку між психічним здоров'ям, поведінкою, що пов'язана зі здоров'ям, та загальними показниками здоров'я [28]. Вплив психічного здоров'я на загальний стан організму здійснюється через кілька механізмів. По-перше, психічне здоров'я впливає на функціонування нейроендокринної, серцево-судинної та імунної систем через психобіологічні механізми. По-друге, психічний стан особистості визначає адаптаційні механізми, що регулюють поведінку, пов'язану зі здоров'ям [29; 30].

Аналіз наукових джерел свідчить, що негативні психічні стани, а також нерво-психічні розлади мають двосторонню природу впливу. З одного боку, ці стани можуть бути спричинені факторами зовнішнього середовища, які ослаблюють механізми соціально-психологічної адаптації особистості. З іншого боку, рівень прояву негативних психічних станів також залежить від індивідуальних психологічних характеристик особистості, зокрема, від її стійкості до впливу стресогенних факторів [11].

Неможливість реалізації особистістю певної потреби викликає негативні психічні стани, такі як фрустрація, роздратування або агресія, що стимулює пошук нових ресурсів для задоволення потреби та активацію механізмів психологічного захисту у разі її недосяжності [22; 26]. До негативних психічних станів також відносяться депресивні розлади, що можуть проявлятися через дратівливість, безсоння, соматичну заклопотаність, втрату ваги та інші психофізіологічні симптоми, рівень вираженості яких свідчить про глибину стресу, тривоги та депресії [31; 32]. Стрес є загальнобіологічним явищем, властивим всім живим істотам, що виявляється у порушенні гомеостазу, як балансу фізіологічних, біохімічних і біоелектричних параметрів, що забезпечують нормальну життєдіяльність організму шляхом підтримання динамічної рівноваги між ним і середовищем [33; 34].

Сучасна епоха відзначається високою стресогенністю, кризовим розвитком суспільства та екстремальними умовами життя, що призводить до напруження адаптаційних механізмів та підвищення ризику розвитку негативних психічних станів [35]. Зокрема, концепція самоефективності, розроблена А. Бандурою, є актуальною для розуміння адаптаційних процесів та подолання негативних психічних станів у мінливому суспільстві. Одним з важливих напрямків психологічного дослідження є вивчення копінг-поведінки, яка може проявлятися як у вигляді пасивних механізмів психологічного захисту, так і активних копінг-стратегій [36]. Адекватність реакції організму на екстремальні ситуації визначається його здатністю усунувати або подолати ці фактори та вирішувати відповідні поведінкові завдання [37].

Висновки з проведеного дослідження. На основі проведеного аналізу можемо сформулювати наступні висновки, що негативні психічні стани, такі як тривога, депресія та стрес, суттєво впливають на функціонування та діяльність особистості, знижуючи її ефективність, продуктивність і загальне психоемоційне благополуччя. Варто відзначити, що негативні психічні стани здатні порушувати когнітивні функції, знижувати мотивацію і збільшувати ризик розвитку психосоматичних захворювань. На основі проведеного теоретичного аналізу визначено важливість своєчасного виявлення та корекції негативних психічних станів для підтримки психічного здоров'я та підвищення ефективності діяльності особистості.

Список використаної літератури

1. Friedli L. World Health Organization. Copenhagen: *World Health Organization Regional Office for Europe; Mental health, resilience and inequality*. 2009 URL: http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0012/100821/E92227.pdf (дата звернення: 17.08.2024).
2. Ministry of Health and Welfare. Sejong: Ministry of Health and Welfare; 2011. *The epidemiologic survey of mental disorders in Korea: 2011*. URL: http://www.mohw.go.kr/front_new/jb/sjb030301vw.jsp?PAR_MENU_ID=03&MENU_ID=0321&CONT_SEQ=274852&page=1 (дата звернення: 17.08.2024).
3. Pickett K. E., James O. W., Wilkinson R. G. Income inequality and the prevalence of mental illness: a preliminary international analysis. *J Epidemiol Community Health*. 2006, 60, pp. 646–647.
4. Richards M., Huppert F.A. Do positive children become positive adults?: evidence from a longitudinal birth cohort study. *J Posit Psychol*, 2011, 6, pp. 75–87.
5. Боришевський М. Й. Дорога до себе: Від основ суб'єктності до вершин духовності: монографія / за ред. М. Й. Боришевський. Київ: Академвидав, 2010. 416 с.
6. Коляденко Н. Посттравматичний стресовий розлад як медико-психо-соціальна проблема. *Перспективи та інновації науки*, 2021. Вип. (2 (2)). С. 297–304. URL: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-2\(2\)-297-304](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-2(2)-297-304) (дата звернення: 17.08.2024).
7. Browning M. H., Larson L. R., Sharaievska I., Rigolon A., McAnirlin O., Mullenbach L., ... & Alvarez H. O. Psychological impacts from COVID-19 among university students: Risk factors across seven states in the United States. *PloS one*, 2021, 16(1), e0245327.
8. Gottschalk L. A., & Gleser G. C. The measurement of psychological states through the content analysis of verbal behavior. *Univ of California Press*. 2022. 340 p.
9. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія. Київ: Форум, 2020. 543 с.
10. Бойко-Бузиль Ю. Ю. Негативні психічні стани та методи їх попередження. *Особистість, суспільство, війна*. X., 2023, С. 32–34.
11. Науменко Н. Наукові підходи вивчення психічних станів у фаховій літературі. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 2023, №3 (71), С. 184–192. DOI: 10.31732/2663-2209-2022-71-184-192 (дата звернення: 17.08.2024).
12. Юрченко В. Психічні стани в працях вітчизняних психологів ХХ ст. *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць*, 2019. Вип. 13. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2011-13.%p> (дата звернення: 17.08.2024).
13. Шапар В. Б. Сучасний глумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.
14. Ігумнова О. Б. Формування та виокремлення комплексів психічних станів особистості. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*, 2015. № 46. С. 142–149.
15. Зелених А. С. Діагностика психічних станів людини: курсова робота з психології / А. С. Зелених; наук. кер. Л. Ф. Вербицька. Київ. нац. лінгв. ун-т. К., 2023. 52 с.
16. Максименко С. Д., Карамушка С. Д., Креденцер О. В. та ін. Психологічне здоров'я персоналу організацій: проблеми та технології забезпечення. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 2020, Вип. 2(1). С. 1–9.
17. Миронець С. М. Психологічні особливості професійної діяльності фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України. *Збірник наукових статей Київського міжнародного університету. Серія: Педагогічні науки. Психологічні науки*. Київ : Правові джерела, 2002. Вип. I. С. 228.
18. Динаміка психічних станів військовослужбовців сил охорони правопорядку при виконанні службово-бойових завдань під час масових заворушень: монографія / І. І. Приходько, О. В. Тімченко, А. А. Лиман та ін. [ред. І. І. Приходько]. Харків : НА НГУ, 2016. 130 с.
19. Дорошенко М. М. Індивідуально-психологічні особливості військовослужбовців з граничними нервово-психічними розладами : автореф. дис. ... канд. психол.

- наук : 20.02.02 / Військово-медичний інститут Української військово-медичної академії, Військ. гуманітарний інститут Нац. акад. оборони України. К., 2000. 15 с.
20. Стрес-асоційовані розлади здоров'я в умовах збройного конфлікту [Текст] : монографія / Гічун В. С. [та ін.]. Дніпро : Акцент ПП, 2019. 323 с.
 21. Карамушка Л., Креденцер О., Терещенко К., Лагодзінська В., Івкін В., Ковальчук О.С. Особливості психічного здоров'я персоналу освітніх та наукових організацій в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 2022, 1 (25), 62–74. DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.7> (дата звернення: 17.08.2024).
 22. Максименко С. Д. Переживання як психологічний механізм саморозвитку особистості. *Педагогічний процес: теорія і практика: Збірник наукових праць*. 2005. Вип. 3. С. 343-361.
 23. Вовканич М. Д. Психологічні особливості здорових осіб та юнаків із межовими нервово-психічними розладами (Кандидатська дисертація). Київський університет імені Т. Шевченка. 2002.
 24. Галецька І., Сосновський Т. Психологія здоров'я: теорія і практика. Львів: Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка. 2006. 338 с.
 25. Миронець С. М. Психологія діяльності міжнародних гуманітарних місій: теоретичні та прикладні аспекти. Київ: Київський національний торговельно-економічний університет. 2020. 712 с.
 26. Миронець С.М., Тімченко О.В. Негативні психічні стани рятувальників в умовах надзвичайної ситуації. Київ: ТОВ «Видавництво «Консультант». 2008. 232 с.
 27. Шопша М., Шопша О., Живаго Х., Фесенюк Н., Коляденко Н., Бачуріна Н. Вплив воєнної ситуації на психічні стани населення України та їх арт-терапевтична психокорекція. *Сучасна медицина, фармація та психологічне здоров'я*. 2023. Вип. 2 (11). С. 66–82. DOI: <https://doi.org/10.32689/2663-0672-2023-2-11> (дата звернення: 17.08.2024).
 28. Психологічне забезпечення професіогенезу фахівців торгівлі і сфери послуг: монографія / М. С. Корольчук, В. М. Корольчук, О. В. Полунін, І. О. Корнієнко та ін., за заг. ред. М. С. Корольчука. Київ: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2021. 288 с.
 29. World Health Organization. Geneva: World Health Organization; 2008. Closing the gap in a generation: health equity through action on the social determinants of health: final report of the Commission on Social Determinants of Health. URL: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43943/9789241563703_eng.pdf (дата звернення: 17.08.2024).
 30. Cohen S., Doyle W.J., Baum A. Socioeconomic status is associated with stress hormones. *Psychosom Med*. 2006, 68, 414–420.
 31. Lovibond P. F., Lovibond S. H. The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, 1995, 33(3), 335–343.
 32. Sambol S., Suleyman E., Scarfo J., & Ball M. Distinguishing between trait emotional intelligence and the fivefactor model of personality: additive predictive validity of emotional intelligence for negative emotional states. *Heliyon*, 2022, 8(2).
 33. Rapoport L. The state of crisis: Some theoretical considerations. *Social Service Review*, 1962, 36(2), 211–217.
 34. Визначення превентивних дій у стресових ситуаціях. Менеджмент підприємницької діяльності: навч. посіб. для професійної підготовки військовослужбовців ЗС України звільнених у запас / О. В. Бобро, Е. В. Бобро, С. П. Тронько. Проект “Норвегія-Україна”. Одеса : Видавничий дім «Гельветика, 2021. Вип. 10. С. 227–233.
 35. Goloshumova G. S., Ershova O. V., Salakhova V. B., Kidinov A. V., Nalichaeva S. A., & Yanysheva V. A. Information and educational environment of higher school as a factor of the formation of coping strategies in the structure of students' personality (ecological and psychological aspect). *Eurasian journal of biosciences*, 2019, 13(2).

36. Jerusalem M., & Mittag W., Bandura A. (Ed.) Self-efficacy in stressful life transitions. *Self-efficacy in changing societies*, 1995, 177–201.
37. Ovdiienko I., Chausova T., Brukhovetska O., Verbytska L., Gorova O. Desafios psicológicos del aprendizaje a distancia en la educación superior en Ucrania durante la pandemia de COVID-19: potencial innovador, dilemas en el camino. *Apuntes Universitarios*, 2023, 13(2). URL: <https://doi.org/10.17162/au.v13i2.1436> (дата звернення: 17.08.2024).

THEORETICAL ASPECTS OF PROBLEM RESEARCH NEGATIVE MENTAL STATES OF THE INDIVIDUAL

Iryna Ovdiienko

*State University of Trade and Economics,
19, Kyoto, str., Kyiv, Ukraine, 02156
e-mail: Ira-ovd@ukr.net*

The article is devoted to the actual problem of today, in particular, the theoretical consideration of such a mental phenomenon as negative mental states and their influence on the functioning and activity of the individual in modern society. It is noted that the COVID-19 pandemic, a full-scale war that engulfed Ukraine, has become the source of a deep social crisis that has a significant impact on the psychological health of the population. These events led to deep changes in the lives of many people, and the situation of instability and uncertainty, loss and changes in the usual way of life significantly increase the likelihood of developing negative mental states.

The article deeply examines theoretical approaches to understanding the essence of the category "mental states". Based on the conducted analysis, we recommend understanding the concept of "mental states" as complex integrative formations that reflect not only current mental processes, but also their interaction with personal characteristics and external conditions. The classification of mental states according to the following criteria is indicated: duration of the state, intensity, modality, subjective significance, awareness and the possibility of causality regulation. The study looked at key negative mental states such as anxiety, depression, stress and burnout.

The article determines that negative mental states, as well as neuropsychological disorders, have a two-way nature of influence and are caused by factors of the external environment that weaken the mechanisms of social and psychological adaptation of the individual, also depends on the individual psychological characteristics of the individual, in particular, on his resistance to the influence of stress factors

It has been established that in conditions characterized by uncertainty, conflict and unpredictability, the emergence of long-term negative mental states such as depression, anxiety, fear, depression, anger and aggression is observed, which are associated with the presence of a threat and a low probability of meeting the need for security.

Key words: mental states, negative mental states, mental health, professional activity.