

Авторська довідка

(кваліфікаційної роботи бакалавра)

Назва кваліфікаційної роботи бакалавра: Вплив волонтерської діяльності на рівень стресу та емоційне благополуччя студентів

назви записувати нижнім регістром (як у реченні)

Назва (англ.): The influence of volunteer activity on students' stress levels and emotional well-being

переклад англійською

Освітній ступінь : бакалавр

Шифр та назва спеціальності: 053 Психологія

напр.: 151 Автоматизація та комп'ютерно-інтегровані технології

Екзаменаційна комісія: №54

напр.: Екзаменаційна комісія №1

Установа захисту: Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

напр.: Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

Дата захисту: 22 червня 2026

Місто: Тернопіль

Сторінки:

Кількість сторінок роботи: 89

УДК: 159.9

Автор роботи

Прізвище, ім'я, по батькові (укр.): Суль Тетяна

розкривати ініціали

Прізвище, ім'я (англ.): Sul Tatiana

використовувати паспортну транслітерацію (КМУ 2010)

Місце навчання (установа, факультет, місто, країна): Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, факультет економіки та менеджменту, м. Тернопіль, Україна

Керівник

Прізвище, ім'я, по батькові (укр.): Вишньовський Василь Володимирович

повністю

Прізвище, ім'я (англ.): Vyshnovskiy Vasyl

використовувати паспортну транслітерацію (КМУ 2010)

Місце праці (установа, підрозділ, місто, країна): Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, кафедра психології, м. Тернопіль, Україна

Вчене звання, науковий ступінь, посада: доцент, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології

Рецензент

Прізвище, ім'я, по батькові (укр.): Луциків Іванна Василівна

повністю

Прізвище, ім'я (англ.): Lutsykiv Ivanna

використовувати паспортну транслітерацію (КМУ 2010)

Місце праці (установа, підрозділ, місто, країна): Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, кафедра менеджменту та адміністрування, м. Тернопіль, Україна

Вчене звання, науковий ступінь, посада: доцент, кандидат економічних наук, доцент кафедри менеджменту та адміністрування

Ключові слова

українською: волонтерська діяльність, волонтерство, стрес, психологічне благополуччя, емоційне благополуччя, студентська молодь, воєнний стан.

англійською: volunteer activity, volunteering, stress, psychological well-being, emotional well-being, student youth, martial law.

Анотація

українською: Кваліфікаційну роботу присвячено дослідженню впливу волонтерської діяльності на рівень стресу та психологічне благополуччя студентської молоді в умовах воєнного стану. У роботі здійснено теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення волонтерської діяльності як соціально-психологічного феномена, особливостей стресу та психологічного благополуччя особистості. Визначено роль волонтерської діяльності як чинника зниження рівня стресу та підтримки психологічного благополуччя студентів.

Емпіричне дослідження проведено серед 35 студентів віком від 18 до 23 років. Для збору емпіричних даних використано авторську анкету, Шкалу сприйнятого стресу PSS-10 та Шкалу психологічного благополуччя К. Рифф. Проведено аналіз взаємозв'язку між рівнем залученості до волонтерської діяльності, показниками стресу та психологічного благополуччя студентів. Отримані результати засвідчили, що активніша участь у волонтерській діяльності пов'язана зі зниженням рівня сприйнятого стресу та підвищенням показників психологічного благополуччя. На основі результатів дослідження розроблено практичні рекомендації щодо профілактики стресу та підтримки емоційного благополуччя студентів-волонтерів.

англійською: The bachelor's thesis is devoted to the study of the influence of volunteer activity on the level of stress and psychological well-being of student youth under martial law. The paper provides a theoretical analysis of scientific approaches to the study of volunteer activity as a socio-psychological phenomenon, stress, and psychological well-being. The role of volunteer activity as a factor in reducing stress and supporting students' psychological well-being is determined.

The empirical study involved 35 students aged 18–23. The author's questionnaire, the Perceived Stress Scale (PSS-10), and Carol Ryff's Psychological Well-Being Scale were used. The relationship between the level of involvement in volunteer activities, stress indicators, and psychological well-being was analyzed. The results showed that greater involvement in volunteer activities is associated with lower perceived stress and higher psychological well-being. Based on the findings, practical recommendations for stress prevention and support of students-volunteers' emotional well-being were developed.