

<https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-11>

How to Cite (Style APA):

Bokhonkova Yu., Tsymbal S., Yaremenko N., & Buhaiova N. (2023). Research of Types of Learned Helplessness of Future Specialists in Foreign Philology. *Insight: the psychological dimensions of society*, 10, 213–231. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-11>

Як цитувати (Стиль ДСТУ 8302: 2015):

Бохонкова Ю., Цимбал С., Яременко Н., Бугайова Н. Дослідження типів навченої безпорадності майбутніх фахівців іноземної філології. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2023. № 10. С. 213–231. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-11>

UDC [616.89-008.454:81'243-057.875]:159.9.07

Research of Types of Learned Helplessness of Future Specialists in Foreign Philology

Дослідження типів навченої безпорадності майбутніх фахівців іноземної філології

Received: May 05, 2023

Accepted: October 30, 2023

Yuliia Bokhonkova

Doctor of Psychological Sciences,
Full Professor, Head,
Department of Psychology and Sociology,
Volodymyr Dahl East Ukrainian National
University, Ukraine
lev0507303039@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-2549-0483>

Svitlana Tsymbal

Doctor of Psychological Sciences, Associate
Professor, Full Professor,
Department of English for Technical
and Agrobiological Specialities,
National University of Life and Environmental
Sciences of Ukraine, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0003-0652-369X>

Nataliia Yaremenko

PhD in Pedagogy, Associate Professor, Lecturer,
Department of Special Language Training,
Military Institute of Taras Shevchenko National
University of Kyiv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-5894-0295>

Nataliia Buhaiova

Candidate of Psychological Sciences, Associate
Professor, Associate Professor,
Department of Psychology and Sociology,
Volodymyr Dahl East Ukrainian National
University, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0001-7164-942X>

Юлія Бохонкова

доктор психологічних наук, професор,
завідувачка,
кафедра психології та соціології,
Східноукраїнський національний університет
імені Володимира Даля, Україна
lev0507303039@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-2549-0483>

Світлана Цимбал

доктор психологічних наук, доцент, професор,
кафедри англійської мови для технічних
та агробіологічних спеціальностей,
Національний університет біоресурсів
і природокористування України, Україна
<https://orcid.org/0000-0003-0652-369X>

Наталія Яременко

кандидат педагогічних наук, доцент,
викладач,
кафедри спеціальної мовної підготовки,
Військовий інститут
Київського національного університету імені
Тараса Шевченка, Україна
<https://orcid.org/0000-0002-5894-0295>

Наталія Бугайова

кандидат психологічних наук, доцент, доцент,
кафедра психології та соціології,
Східноукраїнський національний університет
імені Володимира Даля, Україна
<https://orcid.org/0000-0001-7164-942X>

Abstract

The purpose is to conduct empirical research and theoretically substantiate the types of learned helplessness of future specialists in foreign philology in the context of educational and professional training. The respondents of the empirical research are graduates of the final years of study: students of the fourth year – Bachelor’s degree seekers and students of the second year – Master’s degree seekers, the total number of 432 individuals ($M=24.23$; $SD=\pm 3.08$; $Me=24$; $Mo=22$). The respondents were majoring in a single or double specialty. **Methods.** Valid and reliable psychodiagnostic tools that have been adapted and tested were used: “Attributional Style Questionnaire” (ASQ) (Peterson et al., 1982); Ehlers’ questionnaire “Motivation for Achieving Success and Avoiding Failures” (MASAF) (Elers, 2002); the questionnaire “Level of subjective control” (LSC) (Bazhin et al., 1984); Zung Self-Rating Depression Scale (SDS) (Zung, 1965). **Results.** The provided descriptive statistics confirms that there are no statistically significant differences between the obtained empirical data and the results of similar measurements. Eighteen statistically significant correlations ($p<.050$; $p<.010$) of attributive style parameters with independent variables were found: motivation for achieving success, motivation for avoiding failures, level of depression, level of subjective control in educational and professional activities, areas of success, areas of failure. It was established that the level of depression (LD) has the strongest correlations with the attributional style scales: permanence of the bad ($R=.189$; $p<.010$), pervasiveness of the bad ($R=.221$; $p<.010$) and personalization of the bad ($R=.185$; $p<.010$), which gave grounds to consider depressive states as the most dangerous in the formation of learned helplessness. Cluster analysis using the k-means method revealed four types of learned helplessness of future specialists in foreign philology: “Depressive learned helplessness” (cluster 1, $n=31$; 13.36%), “Avoidant learned helplessness” (cluster 2, $n=75$; 32.33%), “Optimistic learned helplessness” (cluster 3, $n=68$; 29.31%), “Uncontrolled learned helplessness” (cluster 4, $n=58$; 25.00%). **Discussion and conclusions.** It was substantiated that the types of learned helplessness are personal formations that were manifested in a high level of depression, the dominance of pessimistic parameters of the attributional style of behavior, a high level of motivation for avoiding failures, a low level of motivation for achieving success, and low/lack of subjective control of the events of educational and professional activities. The appropriateness of implementing the obtained results in the educational and scientific processes of training future specialists in the socionomic profile was empirically clarified and theoretically substantiated.

Keywords: students, university, educational space, self-actualization, depression, optimism, pessimism.

Анотація

Метою є емпіричне з’ясування і теоретичне обґрунтування типів навченої безпорадності майбутніх фахівців іноземної філології у контексті навчально-професійної підготовки. Респондентами емпіричного дослідження є здобувачі випускних років навчання: четвертого курсу – бакалавріат і другого курсу – магістратура, загальною кількістю 432 особи ($M=24.23$; $SD=\pm 3.08$; $Me=24$; $Mo=22$). Респонденти здобували фах за єдиною або подвійною спеціальністю. **Методи.** Застосовано валідні і надійні психодіагностичні інструменти, які пройшли адаптацію й апробацію: “Опитувальник атрибутивного стилю для дорослих” (ОАСД) (Peterson et al., 1982); методика дослідження мотивації досягнення успіху й уникнення невдачі (МДУУН) (Elers, 2002); опитувальник “Рівень суб’єктивного контролю” (РСК) (Бажин та ін., 1984); методика “Шкала самооцінки депресії” (ШСД) (Zung, 1965). **Результати.** Подано описові частотні характеристики, які підтвердили, що отримані емпіричні дані не мають статистично достовірних відмінностей із результатами схожих вимірів. З’ясовано вісімнадцять статистично достовірних кореляційних зв’язків ($p<.050$; $p<.010$) параметрів атрибутивного стилю з незалежними змінними: мотивація досягнення успіху, мотивація уникнення невдачі, рівень депресії, рівень суб’єктивного контролю в навчально-професійній діяльності, галузі досягнень, галузі невдач. Встановлено, що найміцніші зв’язки має рівень депресії (РД) зі шкалами атрибутивного стилю: сталість поганого ($R=.189$; $p<.010$), широта поганого ($R=.221$; $p<.010$) і персоналізація поганого ($R=.185$; $p<.010$), що дає підстави вважати депресивні стани найнебезпечнішими у формуванні навченої безпорадності. Кластерним аналізом методом k-середніх встановлено чотири типи навченої безпорадності майбутніх фахівців іноземної філології: “Депресивна навчена безпорадність” (кластер 1, $n=31$; 13.36%), “Уникаюча навчена безпорадність” (кластер 2, $n=75$; 32.33%), “Оптимістична навчена безпорадність” (кластер 3, $n=68$; 29.31%), “Неконтрольована навчена безпорадність” (кластер 4, $n=58$; 25.00%). **Дискусія і висновки.** Обґрунтовано, що типами навченої безпорадності є особистісні утворення, які проявляються у високому рівні депресивності, домінуванні песимістичних параметрів атрибутивного стилю поведінки, високому рівні мотивації уникнення невдачі, низькому рівні мотивації досягнення успіху і зниженому/відсутньому суб’єктивному контролю подій навчально-професійної діяльності. Узагальнено, що емпірично з’ясовано і теоретично обґрунтовано доцільність впровадження отриманих результатів у освітній і науковий процеси підготовки майбутніх фахівців соціономічного профілю.

Ключові слова: студенти, університет, освітній простір, самоактуалізація, депресія, оптимізм, песимізм.

Introduction

Today higher education institutions require specialists who will be able to react rationally in situations of uncertainty, have increased mobility, a sufficient level of development of integral, general and special competencies and will be able to independently solve complex tasks in their field of activity. Such requirements do not always take into account the adaptive potential of a young person. It is easier for a person to classify circumstances as uncontrollable and those that do not require efforts. In such moments of their existence, individuals are convinced that they are unable to influence the course of events, feel unable to do something, and solving the task is beyond their capabilities. Awareness of such a state is sometimes called the phenomenon of "learned helplessness" by psychologists. In the scientific literature, there are a large number of terms that are identical to "learned helplessness" or are related to it, in particular: personal, learned, acquired, instilled and other variants of helplessness (Malimon, Duchyminska, 2015). Scientist M. Seligman (1975) devoted much time to the research of helplessness and came to the conclusion that helplessness is a parameter of an individual's activity acquired in the process of assimilating life experience. Thus, society receives two categories of individuals: the representatives of the first one are responsible for everything that happens in their lives, always take an active position, are flexible and permanently learn something, and the representatives of the second one are unable to take responsibility for themselves and are always inclined to find other responsible persons or circumstances, which explain their inability.

In this approach, we trace the initial provisions of the concept of subjective control by J. Rotter (1966) about the internal and external determinants of human behavior. In the concept of learned helplessness, M. Seligman (1975) considers confidence in the final positive outcome as a result of any case as a willingness to bear responsibility for it both for a successful scenario of events and for an unsuccessful one. Such an attitude affects the formation of a subjective approach to all spheres of life. Three components

Вступ

Сьогодення вимагає від закладів вищої освіти фахівців, які зможуть раціонально реагувати в ситуаціях невизначеності, матимуть підвищену мобільність, достатній рівень розвитку інтегральних, загальних і спеціальних компетентностей та самостійно розв'язувати складні завдання у сфері своєї діяльності. Такі вимоги не завжди враховують адаптивний потенціал юної особистості. Людині простіше класифікувати обставини як неконтрольовані і такі, до яких не потрібно докладати зусиль. У такі миті свого буття вона переконана, що не в змозі впливати на хід подій, відчувається неспроможною щось вдіяти, а розв'язання завдання знаходиться за межами її можливостей. Усвідомлення такого стану психологи почасти іменують феноменом "навченої безпорадності". У науковій літературі існує велика кількість термінів, які є тотожними до "навченої безпорадності" чи знаходяться з ним у родо-видових зв'язках, зокрема: особистісна, завчена, набута, придбана, прищеплена та інші варіанти безпорадності (Малімон, Дучимінська, 2015). Учений М. Seligman (1975) дослідженню безпорадності приділив багато часу і дійшов висновку, що безпорадність є параметром діяльності особистості, якого вона набуває в процесі засвоєння життєвого досвіду. Таким чином, суспільство отримує дві категорії індивідів: перші несуть відповідальність за все, що відбувається у їхньому житті, завжди займають активну позицію, гнучкі і перманентно навчаються і другі – не здатні брати відповідальність на себе і завжди спрямовані на пошук інших відповідальних осіб чи обставини, які пояснюють їхню неспроможність. У такому підході відстежуємо вихідні положення концепції суб'єктивного контролю J. Rotter (1966) про інтернальну та екстернальну детермінанту поведінки людини. У концепції навченої безпорадності М. Seligman (1975) розглядає впевненість у кінцевому позитивному результаті будь-якої справи як готовність нести за неї відповідальність за будь-якого сценарію розвитку подій – вдалого чи невдалого. Така налаштованість впливає на формування суб'єктивного підходу до усіх сфер життя. Виокремлено три

of helplessness were singled out, which can form deficient directions: motivational, cognitive, and emotional. Unwillingness to make active attempts, which are preceded by failures, reluctance to learn new materials and a depressed state are indicators of the components of the specified deficit of learned helplessness. We summarize that the psychological content parameters of learned helplessness should reflect all three components, and the variability of the combination suggests a probable typology of learned helplessness.

The depressive state is partly interpreted as a state of helplessness and unpreparedness for productive activity (Appel et al., 2015; Siefken et al., 2019). Optimism (Carver et al., 2010), resilience (Hartigh et al., 2022) and health-preserving technologies (Popovych et al., 2022c) are opposite. Resilience increases the willingness to take responsibility, look for ways to solve problems and achieve a winning result. It was checked and substantiated that the causal attributions which depressed people offer about good and bad events in their lives is a form of learned helplessness (Peterson et al., 1982). This is a kind of attributional style according to M. Seligman (1975), which reflects the usual way of the causes of life events. Therefore, the attributive characteristic of depression is a transformed model of learned helplessness. An explanation is that depressive symptomatology is related to attribution (Miller, Seligman, 1976). Accordingly, such individuals attribute uncontrolled negative events to internal rather than external ones, which are stable. The attributional style is a stable personal formation that is able to perform the functions of cognition and adaptation in conditions of insufficient information. According to T. Klibais (2021), the definition of attributional style does not give any reasons for asserting subject's attributive potential. The researcher proposed a functional model of the formation of the attributional personality style of adults, in which the key dimensions are "subject-situation". In the specified coordinates, the attributional style contributes to the formation of an image of the situation and mediates the choice of a response strategy. This articulation of the outlined issues directs

складові безпорадності, які можуть утворювати дефіцитарні напрями: мотиваційний, когнітивний та емоційний. Небажання здійснення активних спроб, яким передують невдачі, небажання опанувати новий матеріал і пригнічений та депресивний стан є індикаторами складових зазначеного дефіциту навченої безпорадності. Узагальнюємо, що змістові психологічні параметри навченої безпорадності мають відображати усі три складові, а варіативність поєднання наштотує на ймовірну типологію навченої безпорадності.

Депресивний стан почасти трактується як стан безпорадності і неготовності до результативної діяльності (Appel et al., 2015; Siefken et al., 2019). Противагою є оптимізм (Carver et al., 2010), резильєнтність (Hartigh et al., 2022) і здоров'язберезувальні технології (Popovych et al., 2022c). Резильєнтність підвищує готовність брати відповідальність, шукати шляхи розв'язання завдань і досягати переможного результату. Перевірено й обґрунтовано, що причинно-наслідкові зв'язки, які пропонують депресивні люди щодо хороших і поганих подій у їхньому житті є формою навченої безпорадності (Peterson et al., 1982). Це є своєрідним атрибутивним стилем за М. Seligman (1975), який відображає звичний спосіб причин життєвих подій. Тому атрибутивна характеристика депресії є трансформованою моделлю навченої безпорадності. Поясненням є те, що симптоматика депресії пов'язана з атрибуцією (Miller, Seligman, 1976). Відповідно неконтрольовані негативні події такі індивіди відносять до внутрішніх, а не зовнішніх, які є стабільними. Атрибутивний стиль є стійким особистісним утворенням, яке здатне виконувати функції пізнання й адаптації в умовах недостатньої поінформованості. На думку Т. Клібайс (2021), визначення атрибутивного стилю не дає підстав стверджувати про атрибутивний потенціал суб'єкта. Дослідниця запропонувала функціональну модель становлення атрибутивного стилю особистості дорослих, у якій ключовими вимірами є "суб'єкт - ситуація". У зазначених координатах атрибутивний стиль сприяє формуванню образу ситуації й опосередковує вибір стратегії реагування. Така артикуляція окресленої

our view to the connection of the attributional style of future specialists in foreign philology with social expectations and the expected image in educational and professional activities (Popovych et al., 2020a). In the research of the optimization of socio-psychological expectations, statistically significant correlations of the parameters of the studied phenomenon with subjective control and value-based orientations were shown (Popovych et al., 2020b). There are studies that suggest improving the concept of attributional style in learned helplessness, paying attention to the temporal component (Hill, Larson, 1992). Undoubtedly, a rapid change of the current events, the significant role of the mass media in the dissemination of information, rapid social transformations require attention to the phenomenon under research.

We summarize that types of learned helplessness are understood as a combination of psychological content parameters of personal formation into clusters and a description of the most characteristic properties that are manifested in the educational and professional activities of future specialists in foreign philology.

Hypotheses. It is assumed that the identified types of learned helplessness of future specialists in foreign philology will have statistically significant differences, and the obtained results will have scientific novelty and will be valuable for implementation in the educational process.

Purpose is to empirically find out and theoretically substantiate the types of learned helplessness of future specialists in foreign philology in the context of educational and professional training.

Methods

The methodology of the research of the types of learned helplessness was based on the concept of hopelessness by M. Seligman (1975). The scientist interprets helplessness as a trinity of cognitive, emotional and motivational components. The cognitive nature consists in the individual's inability to perceive favorable conditions for controlled achievement of success, the emotional one is accompanied by hopelessness, depression and low self-esteem, the motivational one is a low desire to overcome difficulties

проблематики спрямовує наш погляд на зв'язок атрибутивного стилю майбутніх фахівців іноземної філології з соціальними очікуваннями і очікуваним образом у навчально-професійній діяльності (Popovych et al., 2020a). У дослідженні оптимізації соціально-психологічних очікувань показано статистично достовірні зв'язки параметрів досліджуваного феномену з суб'єктивним контролем і сенсо-ціннісними орієнтаціями (Popovych et al., 2020b). Є дослідження, які пропонують удосконалити концепцію атрибутивного стилю в навченій безпорадності, звертаючи увагу на темпоральну складову (Hill, Larson, 1992). Безумовно, швидкий плин подій сьогодення, значуща роль мас-медіа в поширенні інформації, стрімкі соціальні трансформації вимагають уваги до досліджуваного феномену.

Узагальнюємо, що під типами навченої безпорадності розуміємо поєднання психологічних змістових параметрів особистісного утворення у кластери й опис найхарактерніших властивостей, які проявляються у навчально-професійній діяльності майбутніх фахівців іноземної філології.

Гіпотези. Зроблено припущення, що з'ясовані типи навченої безпорадності майбутніх фахівців іноземної філології матимуть статистично достовірні відмінності, а отримані результати матимуть наукову новизну і становитимуть цінність для імплементації в освітній процес.

Мета. Емпірично з'ясувати і теоретично обґрунтувати типи навченої безпорадності майбутніх фахівців іноземної філології у контексті навчально-професійної підготовки.

Методи

Методологію дослідження типів навченої безпорадності склали концепція безпорадності М. Seligman (1975). Учений тлумачить безпорадність як триєдність когнітивної, емоційної і мотиваційної складових. Когнітивна природа полягає у нездатності індивіда сприймати сприятливі умови для контрольованого досягнення успіху, емоційна – супроводжується зневірою, депресивністю і заниженою самооцінкою, мотиваційна – низьким прагненням долати труднощі і небажанням

and reluctance to intervene in the struggle. The original methodological principles of the research of dominant mental states in various spheres of life of youth were taken into account (Popovych et al., 2022a; 2022b).

Internality/externality of respondents in current life spheres is taken into account (Rotter, 1966). Such a methodological approach to the research made it possible to create an empirical search algorithm.

Participants. The sample involved the graduates of their final years of study: students of the fourth year – Bachelor’s degree seekers and students of the second year – Master’s degree seekers. The respondents were majoring in a single or double specialty and studied at the Faculty of Foreign Philology and the Faculty of Humanities and Social Sciences. The institutions of higher education that participated in the study are: Volodymyr Dahl East Ukrainian National University (Kyiv, Ukraine), Horlivka Institute for Foreign Languages Donbas State Pedagogical University (Horlivka, Ukraine), National University of Life and Environmental Sciences of Ukraine (Kyiv, Ukraine) and the Military Institute of Taras Shevchenko National University of Kyiv (Kyiv, Ukraine). It should be noted that the institutions of higher education, two of which are temporarily relocated under the conditions of martial law, sufficiently reflected modern realities. The respondents aged 20-32 took part in the research. The total number of respondents was 432 people ($M=24.23$; $SD=\pm 3.08$; $Me=24$; $Mo=22$). By sex, future philologists were divided as follows: males ($n=64$; 14.81%) and females ($n=368$; 85.19%).

Procedure and Instruments. The key psychodiagnostic method is “Attributional Style Questionnaire” (ASQ), which was proposed by C. Peterson et al. (1982). This technique was adapted and is known as “Attributional Style Test” (AST) (Rudina, 2002). The Ukrainian version of the questionnaire was adapted by L. Malimon, T. Duchyminska (2015). This method was used to measure attributional styles of optimism/pessimism. The initial position is the statement that optimism is formed in a person before adulthood, and youth is an important stage in the formation of optimism/pessimism. Attributional style is described by three main parameters: permanence, pervasiveness and personalization. These

втручатися у боротьбу. Взято до уваги вихідні методологічні принципи дослідження домінуючих психічних станів у різних сферах життєдіяльності осіб юнацького віку (Popovych et al., 2022a; 2022b). Враховано інтернальність/екстернальність респондентів у поточних сферах життєдіяльності (Rotter, 1966). Такий методологічний підхід до дослідження дозволив створити алгоритм емпіричного пошуку.

Учасники. Вибіркову сукупність склали здобувачі випускних років навчання: четвертого курсу – бакалавріат і другого курсу – магістратура. Респонденти здобували фах за єдиною або подвійною спеціальністю і навчалися на факультеті іноземної філології та факультеті гуманітарних та соціальних наук. Заклади вищої освіти, які взяли участь у дослідженні: Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля (Київ, Україна), Горлівський інститут іноземних мов ДВНЗ “ДВНЗ “Донецький державний педагогічний університет” (Горлівка, Україна), Національний університет біоресурсів і природокористування України (Київ, Україна) і Військовий інститут Київського національного університету імені Тараса Шевченка (Київ, Україна). Зазначимо, що заклади вищої освіти, з яких два університети є тимчасово релокованими в умовах дії воєнного стану, достатньою мірою відобразили сучасні реалії. Респонденти знаходилися у віковому діапазоні від 20 до 32 років. Загальна кількість респондентів склала 432 особи ($M=24.23$; $SD=\pm 3.08$; $Me=24$; $Mo=22$). За статевою ознакою майбутні філологи розподілилися таким чином: чоловічої статі ($n=64$; 14.81%) і жіночої ($n=368$; 85.19%).

Процедура та інструменти. Ключовим психодіагностичним інструментом є “Опитувальник атрибутивного стилю для дорослих” (ОАСД), який запропонували С. Peterson et al. (1982). Ця методика пройшла адаптацію і відома як “Тест атрибутивних стилів” (ТАС) (Рудіна, 2002). Українську версію опитувальника адаптували Л. Малімон, Т. Дучимінська (2015). Цією методикою здійснено вимір атрибутивних стилів оптимізму/песимізму. Вихідним положенням є твердження, що оптимізм формується у людини до досягнення повноліття, а юнацький вік є важливим етапом

three parameters are used to explain optimism and pessimism. In this way, six primary scales were obtained: Permanence of the Bad (PmB); Permanence of the Good (PmG); Pervasiveness of the Bad (PvB); Pervasiveness of the Good (PvG); Personalization of the Bad (PsB); Personalization of the Good (PsG). In the study, only primary scales were used. Secondary scales were not used in the study.

The following three diagnostic methods made it possible to find out statistically significant correlations with the key discrete parameters of learned helplessness and outline the researched types. The measurement of the content parameters of motivation for achieving success and motivation for avoiding failures was implemented according to the method of the same name (MASAF) (Elers, 2002). This psychodiagnostic method has two scales: motivation for achieving success (MAS) and motivation for avoiding failures (MAF). The following method is used to find out the respondents' ability to control the events of their lives and feel responsible for them. The "Level of Subjective Control" (LSC) questionnaire was used (Bazhin et al., 1984).

Just as in the key method, only six primary scales were used: the level of subjective control in educational and professional activity (LSCep); interpersonal relations (LSCir); family relations (LSCfr); areas of achievements (LSCa); areas of failures (LSCf); attitude to health and diseases (LSCch). All six scales holistically reflected the lifestyle of the respondents. The final and important method is "Self-Rating Depression Scale" ("SDS") (Zung, 1965). This method has a scale of the same name – the level of depression (LD). Twenty factors were taken into account, which made it possible to determine the levels of depression with sufficient sensitivity. A Likert scale from 1 to 4 ("never", "sometimes", "often", "permanently") was used. The homogeneity coefficient of Cronbach's alpha of the respondents' answers by all psychodiagnostic methods was above a satisfactory level (.789; .923/.912 (determined separately); .803; .945).

Variables. The dependent variables of the empirical research are three main parameters: permanence, pervasiveness, and personalization of optimism/pessimism,

у формуванні оптимізму/песимізму. Атрибутивний стиль описується трьома основними параметрами: сталість, широта та персоналізація. Зазначені три параметри застосовано для пояснення оптимізму і песимізму. Таким чином отримано шість первинних шкал: сталість поганого (СП); сталість доброго (СД); широта поганого (ШП); широта доброго (ШД); персоналізація поганого (ПП); персоналізація доброго (ПД). Застосовано тільки первинні шкали, вторинні шкали у дослідженні не задіяно.

Наступні три діагностичні інструменти дозволили з'ясувати статистично достовірні зв'язки з ключовими дискретними параметрами навченої безпорадності й окреслити досліджувані типи. Вимір змістових параметрів мотивації досягнення успіху й уникнення невдачі реалізовано за однойменною методикою (МДУУН) (Elers, 2002). Цей психодіагностичний інструмент має дві шкали: мотивація досягнення успіху (МДУ) і мотивація уникнення невдачі (МУН). Наступна методика застосована з метою з'ясування здатності респондентів контролювати події свого життя і відчувати за них відповідальність. Застосовано опитувальник "Рівень суб'єктивного контролю" (РСК) (Бажин та ін., 1984). Також, як і в ключовій методиці, використано тільки шість первинних шкал: рівень суб'єктивного контролю в навчально-професійній діяльності (РСК_{нд}); міжособистісні взаємини (РСК_м); сімейні стосунки (РСК_с); галузь досягнень (РСК_д); невдач (РСК_н); ставлення до здоров'я та захворювань (РСК_з). Усі шість шкал цілісно відобразили життєдіяльність респондентів. Заключною і важливою методикою є "Шкала самооцінки депресії" (ШСД) (Zung, 1965). Ця методика має однойменну шкалу – рівень депресії (РД). Враховано двадцять факторів, які дозволили достатньо чутливо визначити рівні депресії. Застосовано шкалу Лайкерта від 1 до 4 ("ніколи", "іноді", "часто", "постійно"). Коефіцієнт однорідності альфа-Кронбаха відповідей респондентів за всіма психодіагностичними інструментами знаходився вище задовільного рівня (.789; .923/.912 (визначено роздільно); .803; .945).

Змінні. Залежними змінними емпіричного дослідження є три основні параметри:

which were found out using six scales. All other psychological content parameters used to determine the types of learned helplessness made up the list of independent variables. There was no need to single out additional variables.

Organization of Research. The research was organized according to the ascertainment strategy with elements of partial comparison (by the median). The empirical part of the research was conducted in the academic year 2022–2023. Processing, clarification of types, discussion and design were carried out in May – June 2023. All permissions for conducting empirical research were obtained in a timely manner from the Ethics Committees of higher education institutions. While working with the respondents, the principles of voluntariness and confidentiality were adhered to, which made it possible to obtain objective, unbiased answers and reliable results.

Statistical Analysis. The obtained empirical data were first calculated manually, then the statistical program “SPSS”, version 25.0.1.0, was used to determine descriptive frequency characteristics, clarify correlations and perform cluster analysis. Correlation was determined by Pearson’s coefficient (R). The types of learned helplessness were determined by k -means clustering. To find out other statistically significant differences, standard coefficients were used. Data at the level of $p \leq 0.05$ and $p \leq 0.010$ were considered statistically significant.

Results

Tabl. 1 presents descriptive frequency characteristics according to “Attributional Style Questionnaire” (ASQ) by C. Peterson et al. (1982). Two measurements were used: M – arithmetic mean and SD – squared deviation, Me – median and Mo – mode.

The obtained empirical data on a sample of future specialists in foreign philology ($n=432$) do not have statistically significant differences, which were proposed by the authors who adapted (Rudina, 2002) and tested this method (Klibais, 2021; Malimon, Duchyminska 2015). Positive trends were observed: they may rather indicate that the sample of students majoring in a specialty exceeds the general one in terms of key psychological formations characteristic of this age.

сталість, широта та персоналізація оптимізму/песимізму, які були з’ясовані за допомогою шести шкал. Усі інші психологічні змістові параметри, застосовані для визначення типів навченої безпорадності, склали перелік незалежних змінних. Необхідності у виокремленні додаткових змінних не було.

Організація дослідження. Дослідження організовано за констатувальною стратегією з елементами частково порівняння (за медіаною). Емпіричну частину дослідження проведено у 2022–2023 навчальному році. Обробку, з’ясування типів, дискусію й оформлення проведено у травні – червні 2023 року. Усі дозволи на проведення емпіричних досліджень своєчасно отримано в Етичних комітетах закладів вищої освіти. Під час роботи з респондентами витримано принципи добровільності, конфіденційності, що дозволило отримати об’єктивні неупереджені відповіді й достовірні результати.

Статистичне аналізування. Отримані емпіричні дані спочатку було підраховано вручну, далі для визначення описових частотних характеристик, з’ясування кореляційних зв’язків та кластерного аналізування, застосовано статистичну програму “SPSS”, версія 25.0.1.0. Кореляцію визначено коефіцієнтом Пірсона (R). Типи навченої безпорадності з’ясовано методом k -середніх. Для з’ясування інших статистично достовірних відмінностей, використано стандартні коефіцієнти. Достовірними вважалися статистичні рівні $p \leq 0.05$ і $p \leq 0.010$.

Результати

У табл. 1 подано описові частотні характеристики за “Опитувальником атрибутивного стилю для дорослих” (ОАСД) С. Peterson et al. (1982). Застосовано два виміри: M – середнє арифметичне і SD – середнє квадратичне, Me – медіану і Mo – моду.

Отримані емпіричні дані на вибірці майбутніх фахівців іноземної філології ($n=432$) не мають статистично достовірних відмінностей, які запропоновані авторами, що адаптували (Рудіна, 2002) й апробували дану методику (Клібайс, 2021; Малімон, Дучимінська 2015). Зафіксовано позитивні тенденції, які радше

Table 1. Data of descriptive frequency characteristics according to “ASQ” (Peterson et al., 1982) (n=432)
Таблиця 1. Дані описових частотних характеристик за “ОАСД” (Peterson et al., 1982) (n=432)

| Parameters Параметри | M | SD | Me | Mo |
|--|------|-------|------|------|
| Permanence of the Bad (PmB) Сталість поганого (СП) | 3.42 | ±.84 | 3.50 | 4.00 |
| Permanence of the Good (PmG) Сталість доброго (СД) | 4.12 | ±1.21 | 4.00 | 5.00 |
| Pervasiveness of the Bad (PvB) Широта поганого (ШП) | 3.92 | ±1.48 | 4.00 | 4.00 |
| Pervasiveness of the Good (PvG) Широта доброго (ШД) | 3.35 | ±1.15 | 3.50 | 3.00 |
| Personalization of the Bad (PsB) Персоналізація поганого (ПП) | 4.28 | ±1.39 | 4.00 | 5.00 |
| Personalization of the Good (PsG) Персоналізація доброго (ПД) | 3.81 | ±1.45 | 4.00 | 4.00 |

Note: M – arithmetic mean; SD – mean squared deviation; Me – median; Mo – mode.

Примітка: M – середнє арифметичне; SD – середнє квадратичне відхилення; Me – медіана; Mo – мода.

Table 2. Data of descriptive frequency characteristics according to “MASAF” (Elers, 2002), “LSC” (Bazhin et al., 1984), “SDS” (Zung, 1965) (n=432)

Таблиця 2. Дані описових частотних характеристик за “МДУУН” (Elers, 2002), РСК (Бажин та ін., 1984), ШСД (Zung, 1965) (n=432)

| Parameters Параметри | M | SD | Me | Mo |
|---|-------|--------|-------|-------|
| Motivation for achieving success (MAS) Мотивація досягнення успіху (МДУ) | 21.89 | ±3.43 | 22.00 | 19.00 |
| Motivation for avoiding failures (MAF) Мотивація уникнення невдачі (МУН) | 12.39 | ±1.71 | 13.00 | 12.00 |
| Level of subjective control in educational and professional activities (LS _{сеп}) Рівень суб'єктивного контролю у навчально-професійній діяльності (РСК _{кнд}) | 55.12 | ±7.396 | 55.00 | 58.00 |
| Interpersonal relations (LSCir) Міжособистісні взаємини (РСК _м) | 51.44 | ±7.92 | 51.50 | 55.00 |
| Family relations (LSCfr) Сімейні стосунки (РСК _с) | 38.29 | ±6.79 | 38.00 | 36.00 |
| Areas of achievements (LSCa) Галузь досягнень (РСК _а) | 37.12 | ±5.03 | 37.00 | 35.00 |
| Areas of failures (LSCf) Галузь невдач (РСК _ф) | 32.78 | ±4.75 | 33.00 | 34.00 |
| Attitude to health and diseases (LSCh) Ставлення до здоров'я та захворювань (РСК _з) | 18.98 | ±4.38 | 19.00 | 22.00 |
| Level of depression (LD) Рівень депресії (ПД) | 45.12 | ±7.34 | 45.00 | 43.00 |

Note: M – arithmetic mean; SD – mean squared deviation; Me – median; Mo – mode.

Примітка: M – середнє арифметичне; SD – середнє квадратичне відхилення; Me – медіана; Mo – мода.

Tabl. 2 presents descriptive frequency characteristics for the rest of the methods: “Motivation for Achieving Success and Avoiding Failures” ((MASAF) (Elers, 2002); “Level of Subjective Control” (LSC) (Bazhin et al., 1984); “Self-Rating Depression Scale” (SDS) (Zung, 1965). The same parameters of descriptive frequency characteristics were applied.

можуть свідчити про те, що вибірка здобувачів фаху переважає загальну за притаманними цьому віку ключовими психологічними утвореннями.

У табл. 2 подано описові частотні характеристики за рештою методик: “Мотивація досягнення успіху й уникнення невдачі” (МДУУН) (Elers, 2002); “Рівень суб'єктивного контролю”

Descriptive frequency characteristics according to “MASAF” method (Elers, 2002) demonstrated that the obtained empirical data have a significant positive trend in the MAS parameter ($Me=22.00$), compared to the data obtained on youth samples (Popovych et al., 2022c). The parameters obtained by “LSC” (Bazhin et al., 1984) compared with a similar sample of philology students did not show statistically significant differences (Popovych et al., 2020a; Radul et al., 2022). The level of depression ($M=45.12$; $SD=\pm 7.34$; $Me=45.00$; $Mo=43.00$) has a negative trend – there are higher indicators than the data in other dimensions. We explain this by the effect of martial law during the empirical research, which can serve as a significant factor that affects the results. In general, the obtained results did not have statistically significant differences that were obtained by other researchers, which gave a reason to continue to clarify the types of learned helplessness.

Next, we aimed to find out the internal bivariate correlations of the studied parameters according to K. Pearson (R). We found out how motivation for achieving success, motivation for avoiding failures, the level of subjective control and the level of depression affect the dependent variables. A large sample provided a uniform distribution of the empirical data, so the Pearson correlation coefficient (R) was used. Tabl. 3 shows the correlations of all possible research pairs.

The expected uniform distribution of statistically significant correlation ($p<.050$; $p<.010$) of the dependent variables with the parameters affecting them was obtained, i.e. with the PmB, PvB and PsB scales correlate with MAF (.179; .149; .146), LSCf (.148; .150; .149) and LD (.189; .221; .185). Respectively, PmB, PvG, PsG correlate with scales MAS (.183; .152; .152), LSCep (.179; .161; .149) and LSCba (.181; .147; .158). No statistically significant correlation with the parameters of LSCir, LSCfr and LSCh was established. The level of depression has the strongest correlation ($p<.010$) with the scales PmB (.189), PvB (.221) i PsB (.185). No negative correlation was established, which indicates that the parameters that affect the dependent variables are largely relevant in the dimensions of the researched phenomenon.

(PCK) (Бажин та ін., 1984); “Шкала самооцінки депресії” (ШСД) (Zung, 1965). Застосовано ті самі параметри описових частотних характеристик.

Описові частотні характеристики за методикою “МДУУН” (Elers, 2002), продемонстрували, що отримані емпіричні дані мають суттєву позитивну тенденцію у параметрі МДУ ($Me=22.00$), порівняно з даними, отриманими на юнацьких вибірках (Popovych et al., 2022c). Параметри, отримані за “PCK” (Бажин та ін., 1984), у порівнянні зі схожою вибіркою студентів-філологів, статистично достовірних відмінностей не продемонстрували (Popovych et al., 2020a; Radul et al., 2022). Рівень депресії ($M=45.12$; $SD=\pm 7.34$; $Me=45.00$; $Mo=43.00$) має негативну тенденцію – вищі показники, ніж дані в інших вимірах. Пояснюємо це дією воєнного стану під час проведення емпіричного зрізу, що може слугувати вагомим чинником, який впливає на отримані результати. Загалом, отримані результати не мають статистично достовірних відмінностей, які отримали інші дослідники, що дало підстави продовжити з’ясування типів навченої безпорадності.

Далі ми поставили собі за мету з’ясувати внутрішні двосторонні кореляційні зв’язки досліджуваних параметрів за К. Пірсоном (R). Нами з’ясовано, як мотивація досягнення успіху, мотивація уникнення невдачі, параметри суб’єктного контролю і рівень депресії впливають на залежні змінні. Об’ємна вибірка забезпечила рівномірний розподіл емпіричних даних, тому використано коефіцієнта кореляції Пірсона (R). У табл. 3 подано кореляційні зв’язки усіх імовірних пар дослідження.

Отримано очікувано рівномірний розподіл статистично достовірних зв’язків ($p<.050$; $p<.010$) залежних змінних з параметрами, що на них впливають, тобто зі шкалами СП, ШП і ПП корелюють МУН (.179; .149; .146), PCK_н (.148; .150; .149) і РД (.189; .221; .185). Відповідно зі шкалами СД, ШД і ПД корелюють МДУ (.183; .152; .152), PCK_{нд} (.179; .161; .149) і PCK_д (.181; .147; .158). Не зафіксовано жодного статистично достовірного зв’язку з параметрами PCK_м, PCK_с і PCK_з. Найміцніші зв’язки ($p<.010$) має рівень депресії зі шкалами СП (.189), ШП

Table 3. Correlation of dependent variables and parameters affecting them (n=432) by K. Pearson (*R*)
Таблиця 3. Кореляція за К. Пірсоном (*R*) залежних змінних і параметрів, що на них впливають (n=432)

| Scales Шкали | Pearson, R Пірсон, R | Dependent Variables Залежні змінні | | | | | |
|----------------------------|-------------------------|---------------------------------------|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|
| | | PmB | PmG | PvB | PvG | PsB | PsG |
| MAS МДУ | <i>R</i> | -.119 | .183** | -.109 | <i>.152*</i> | -.089 | <i>.152*</i> |
| | <i>p</i> | .137 | .035 | .143 | .023 | .143 | .023 |
| MAF МУН | <i>R</i> | .179** | -.123 | <i>.149*</i> | -.087 | <i>.146*</i> | -.108 |
| | <i>p</i> | .039 | .128 | .027 | .162 | .028 | .121 |
| LSCep PCK _{нд} | <i>R</i> | -.107 | .179** | -.111 | <i>.161*</i> | -.123 | <i>.149*</i> |
| | <i>p</i> | .125 | .038 | .151 | .019 | .076 | .027 |
| LSCir PCK _м | <i>R</i> | .088 | .056 | .085 | .051 | .023 | .067 |
| | <i>p</i> | .345 | .456 | .322 | .512 | .768 | .562 |
| LSCfr PCK _с | <i>R</i> | -.049 | .033 | -.068 | .059 | -.079 | -.051 |
| | <i>p</i> | .502 | .701 | .768 | .497 | .798 | .489 |
| LSCa PCK _д | <i>R</i> | -.113 | .181** | -.089 | <i>.147*</i> | -.028 | <i>.158*</i> |
| | <i>p</i> | .134 | .036 | .201 | .033 | .243 | .024 |
| LSCf PCK _н | <i>R</i> | <i>.148*</i> | -.100 | <i>.150*</i> | -.108 | <i>.149*</i> | -.044 |
| | <i>p</i> | .043 | .119 | .028 | .121 | .027 | .621 |
| LSCh PCK _з | <i>R</i> | -.051 | .060 | -.059 | .051 | -.089 | .085 |
| | <i>p</i> | .489 | .499 | .552 | .512 | .198 | .322 |
| LD РД | <i>R</i> | .189** | -.019 | .221** | .041 | .185** | -.112 |
| | <i>p</i> | .009 | .144 | .007 | .655 | .029 | .126 |

Note: MAS – motivation for achieving success; MAF – motivation for avoiding failures; LSCep – level of subjective control in educational and professional activities; LSCir – interpersonal relations; LSCfr – family relations; LSCa – areas of achievements; LSCf – areas of failures; LSCh – attitude to health and diseases; LD – level of depression; *R* – Pearson coefficient; *p* – nominal number; PmB – Permanence of the Bad; PmG – Permanence of the Good; PvB – Pervasiveness of the Bad; PvG – Pervasiveness of the Good; PsB – Personalization of the Bad; PsG – Personalization of the Good; * – correlation at the level $p \leq 0.050$ (*italicized*); ** – correlation at the level $p \leq 0.010$ (marked in **bold**).

Примітка: МДУ – мотивація досягнення успіху; МУН – мотивація уникнення невдачі; PCK_{нд} – рівень суб'єктного контролю у навчально-професійній діяльності; PCK_м – міжособистісні взаємини; PCK_с – сімейні стосунки; PCK_д – галузь досягнень; PCK_н – галузь невдач; PCK_з – ставлення до здоров'я та захворювань; РД – рівень депресії; *R* – коефіцієнт Пірсона; *p* – номінальне значення; СП – сталість поганого; СД – сталість доброго; ШП – широта поганого; ШД – широта доброго; ПП – персоналізація поганого; ПД – персоналізація доброго; * – кореляція на рівні $p \leq 0.050$ (позначено *курсивом*); ** – кореляція на рівні $p \leq 0.010$ (позначено **жирним шрифтом**).

Then, using the median (Me=3.50–4.00), the attributive style parameters were divided into two groups: Group 1 – low levels of attributive style parameters (n=232; 53.70%); Group 2 – high levels of attributive style parameters (n=200; 46.30%). Next, *k*-means clustering method was used. Using clustering in Group 1, which is considered the most prone to learned helplessness, four clusters were identified that reflected four types of learned helplessness of future specialists in foreign philology. The empirical data of respondents from Group 2 was not further processed. (n=12) measurements were taken in clustering and the number of respondents was divided into four clusters (k=4). Parameters with no statistically significant correlation were

(.221) і ПП (.185). Не зафіксовано жодного негативного зв'язку, що свідчить про те, що параметри, які впливають на залежні змінні, є значною мірою релевантними у вимірах досліджуваного феномена.

Далі за допомогою медіани (Me=3.50–4.00) здійснено розподіл параметрів атрибутивного стилю на дві групи: група 1 – низькі рівні параметрів атрибутивного стилю (n=232; 53.70%); група 2 – високі рівні параметрів атрибутивного стилю (n=200; 46.30%). Далі було використано кластерний аналіз методом *k*-середніх. За допомогою кластеризації у групі 1, яка вважається найбільш схильною до навченої безпорадності, визначено чотири

not used in clustering. Using the selection method, we settled on four clusters that optimally reflected the differences between the formed groups. Since the parameters of the attributional style are paired, it was decided to take the level of depression (LD) as the main feature. We believe that the emotional component in learned helplessness has all reasons to take such a position. Next, there are parameters of the attributional style of motivation and subjective control. The estimated cluster size was $n \geq 29$. Other requirements regarding the legality of the application of cluster analysis by the k -means method was checked by "SPSS" v. 25.0.1.0. and the legality of using cluster analysis was clarified (KMO=.798 Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy; Bartlett coefficient $p < .001$). Accordingly, respondents whose learned helplessness is associated with the level of depression are located in the first cluster. The initial and final parameters of the clusters were determined and presented in Tabl. 4.

The implemented clustering algorithm differs from the traditional procedure, as depending on the main feature of the distribution, the most distinctive groups of the empirical array are formed. The presented beginnings and ends of the clusters statistically significantly outline the investigated type of learned helplessness. In the characteristics of the clusters, we focus on the dominant parameter, which has the most significant impact on the selected group.

Cluster 1 combined the smallest number of respondents ($n=31$; 13.36%) with dominant high levels of depression LD ($x=58.00$; $y=53.00$). The values of the remaining parameters have a relatively uniform distribution. The type of learned helplessness in which depressive states dominate was called "Depressive learned helplessness".

Cluster 2 is the largest group of respondents and includes ($n=75$; 32.33%). A significant difference that distinguishes the representatives of this cluster is a high level of motivation for avoiding failures MAF ($x=24.00$; $y=20.00$) in combination with a low level of motivation for achieving success MSU ($x=14.00$; $y=16.00$). The remaining parameters do not have such a significant difference. The type of learned helplessness was named after the key parameter "Avoidant learned helplessness".

кластери, які відобразили чотири типи навченої беспорядності майбутніх фахівців іноземної філології. Емпіричні дані респондентів групи 2 далі не було оброблено. У кластеризації взято ($n=12$) вимірів і розподілено кількість респондентів на чотири кластери ($k=4$). Параметри, у яких не було зафіксовано статистично достовірних зв'язків, у кластеризацію не задіявали. Методом підбору зупинилися на чотирьох кластерах, які оптимально відобразили відмінності між утвореними групами. Оскільки параметри атрибутивного стилю є парними, ухвалено рішення за головну ознаку взяти рівень депресії (РД). Вважаємо, що емоційна складова у навченій беспорядності має усі підстави зайняти таку позицію, далі розташовано параметри атрибутивного стилю, мотивації і суб'єктивного контролю. Розрахунковий розмір кластера склав $n \geq 29$. Інші вимоги щодо правомірності застосування кластерного аналізу методом k -середніх перевірено "SPSS" v. 25.0.1.0. і з'ясовано правомірність проведення (KMO=.798 критерій Кайзера-Майєра-Олкина; коефіцієнт Бартлетта $p < .001$). Відповідно у першому кластері розташувалися респонденти, у яких навчена беспорядність пов'язана з рівнем депресії. Визначено початкові й кінцеві параметри кластерів і подано у табл. 4.

Реалізований алгоритм кластеризації має відмінності від традиційної процедури, оскільки в залежності від головної ознаки розподілу утворюються найбільш відмінні групи емпіричного масиву. Подані початки і кінці кластерів статистично достовірно окреслюють досліджуваний тип навченої беспорядності. У характеристиці кластерів орієнтуються на домінуючий параметр, який має найсуттєвіший вплив на виокремлену групу.

Кластер 1 об'єднав найменшу кількість респондентів ($n=31$; 13.36%), у яких домінують високі рівні депресії РД ($x=58.00$; $y=53.00$). Значення решти параметрів мають відносно рівномірний розподіл. Тип навченої беспорядності, у якому домінують депресивні стани, отримав назву "Депресивна навчена беспорядність".

Кластер 2 є найбільшим за розміром об'єднанням респондентів і налічує ($n=75$; 32.33%). Суттєвою відмінністю, яка виокремлює

Table 4. Initial and final parameters of learned helplessness clusters (n=232)

Таблиця 4. Початкові й кінцеві параметри кластерів навченої безпорадності (n=232)

| Parameters Параметри | Cluster 1 (n=31) Кластер 1 (n=31) | | Cluster 2 (n=75) Кластер 2 (n=75) | | Cluster 3 (n=68) Кластер 3 (n=68) | | Cluster 4 (n=58) Кластер 4 (n=58) | |
|----------------------------|--------------------------------------|----------|--------------------------------------|----------|--------------------------------------|----------|--------------------------------------|----------|
| | <i>x</i> | <i>y</i> | <i>x</i> | <i>y</i> | <i>x</i> | <i>y</i> | <i>x</i> | <i>y</i> |
| LD РД | 58.00 | 53.00 | 54.00 | 50.00 | 49.00 | 46.00 | 45.00 | 47.00 |
| PmB СП | 4.00 | 3.00 | 3.00 | 2.00 | 2.00 | 1.00 | 1.00 | 2.00 |
| PmG СД | 8.00 | 6.00 | 7.00 | 5.00 | 6.00 | 4.00 | 4.00 | 6.00 |
| PvB ШП | 4.00 | 3.00 | 3.00 | 2.00 | 2.00 | 1.00 | 1.00 | 3.00 |
| PvG ШД | 8.00 | 6.00 | 7.00 | 5.00 | 6.00 | 4.00 | 4.00 | 6.00 |
| PsB ПП | 4.00 | 3.00 | 3.00 | 2.00 | 2.00 | 1.00 | 1.00 | 2.00 |
| PsG ПД | 8.00 | 7.00 | 7.00 | 5.00 | 6.00 | 5.00 | 4.00 | 7.00 |
| MAS МДУ | 15.00 | 19.00 | 14.00 | 16.00 | 18.00 | 22.00 | 19.00 | 18.00 |
| MAF МУН | 22.00 | 20.00 | 24.00 | 20.00 | 19.00 | 17.00 | 16.00 | 19.00 |
| LSCep РСК _{нд} | 55.00 | 44.00 | 35.00 | 40.00 | 41.00 | 48.00 | 32.00 | 37.00 |
| LSCa РСК _д | 39.00 | 30.00 | 27.00 | 29.00 | 30.00 | 38.00 | 23.00 | 28.00 |
| LSCf РСК _н | 31.00 | 37.00 | 32.00 | 36.00 | 37.00 | 35.00 | 31.00 | 35.00 |

Note: *x* – the beginning of the cluster (*italicized*); *y* – the end of the cluster; LD – Level of depression; PmB – Permanence of the Bad; PmG – Permanence of the Good; PvB – Pervasiveness of the Bad; PvG – Pervasiveness of the Good; PsB – Personalization of the Bad; PsG – Personalization of the Good; MAS – motivation for achieving success; MAF – motivation for avoiding failures; LSCep – level of subjective control in educational and professional activities; LSCa – areas of achievements; LSCf – areas of failures.

Примітка: *x* – початок кластера (відзначено курсивом); *y* – кінець кластера; РД – рівень депресії; СП – сталість поганого; СД – сталість доброго; ШП – широта поганого; ШД – широта доброго; ПП – персоналізація поганого; ПД – персоналізація доброго; МДУ – мотивація досягнення успіху; МУН – мотивація уникнення невдачі; РСК_{нд} – рівень суб'єктного контролю у навчально-професійній діяльності; РСК_д – галузь досягнень; РСК_н – галузь невдач.

Cluster 3 also united a quite a significant number of philology students (n=68; 29.31%) and is the second largest cluster. A clear characteristic of the representatives of this cluster is low values in the negative parameters of the attributional style: PmB (*x*=2.00; *y*=1.00), PvB (*x*=2.00; *y*=1.00) і PsB (*x*=2.00; *y*=1.00) and high values in the positive parameters of the attributional style: PmG (*x*=6.00; *y*=4.00), PvG (*x*=6.00; *y*=4.00) і PsG (*x*=6.00; *y*=5.00). Predominance of the parameters of optimism gives a reason to call this type of learned helplessness “Optimistic learned helplessness”.

Cluster 4 has (n=58; 25.00%) and is not the smallest, but by the size and parameter levels somewhat resembles cluster 2. The most

представників цього кластеру, є високий рівень мотивації уникнення невдачі МУН (*x*=24.00; *y*=20.00) у поєднанні з низьким рівнем мотивації досягнення успіху МДУ (*x*=14.00; *y*=16.00). Решта параметрів не мають такої значущої відмінності. Тип навченої безпорадності отримав назву за ключовим параметром “Унікаюча навчена безпорадність”.

Кластер 3 також об'єднав достатньо значущу кількість здобувачів філології (n=68; 29.31%) і є другим за розміром. Яскраво вираженою ознакою представників цього кластера є низькі значення за негативними параметрами атрибутивного стилю: СП (*x*=2.00; *y*=1.00), ШП (*x*=2.00; *y*=1.00) і ПП (*x*=2.00; *y*=1.00) та високі значення за позитивними

significant difference of the representatives of this cluster is the lowest values of the levels of subjective control: LSCep ($x=32.00$; $y=37.00$), LSCa ($x=23.00$; $y=28.00$) and LSCf ($x=31.00$; $y=35.00$). It is also worth noting the sufficiently low level of depression LD ($x=45.00$; $y=47.00$). It is proposed to call this type of learned helplessness "Uncontrolled learned helplessness".

Discussion

Learned helplessness is an important phenomenon of educational and professional activity, with which, according to the authors, it is not worth fighting, but it is more expedient to organize educational, scientific, leisure and other spaces for future specialists of foreign philology in order to avoid its formation and progression. In the scientific literature, there are enough empirical and theoretical studies, which outline the methodological provisions of the concept of helplessness (Seligman, 1975), attributional style (Leighton & Terrell, 2020; Titova Grandchamp et al., 2021), present valid and reliable psychodiagnostic methods (Klibais, 2021; Liu & Bates, 2014; Peterson et al., 1982; Rudina, 2002) and clarify a number of important scientific facts (Hill & Larson, 1992; Malimon, Duchyminska, 2015). Selecting a sample of future specialists in foreign philology, we were guided by the fact that usually in conditions of remote and mixed formats of educational processes, representatives of this profession lack direct "live" communication with speakers of a foreign language. The loss or limitation of direct emotional contact can exacerbate this problem and not contribute to its solution in any way. There are studies that confirm that a lack of motivation of future specialists and disbelief in the possibility of achieving professional growth in their country cause flows of migration processes of young people in search of a better future (Blynova et al., 2022). We see the solution in the analysis of the existing situation and the operationalization of the obtained initial parameters.

The presented descriptive frequency characteristics (see Tabl. 1 and Tabl. 2) provide an objective initial representation of the most important parameters, which reflect, according to M. Seligman (1975), the trinity of cognitive,

параметрами атрибутивного стилю: СД ($x=6.00$; $y=4.00$), ШД ($x=6.00$; $y=4.00$) і ПД ($x=6.00$; $y=5.00$). Превалювання параметрів оптимізму дає підстави назвати такий тип навченої безпорадності "Оптимістична навчена безпорадність".

Кластер 4 налічує ($n=58$; 25.00%) і є не найменшим, а за розміром і рівнями параметрів дещо нагадує кластер 2. Найсуттєвішою відмінністю представників цього кластеру є найнижчі значення рівнів суб'єктивного контролю: РСК_{нд} ($x=32.00$; $y=37.00$), РСК_д ($x=23.00$; $y=28.00$) і РСК_н ($x=31.00$; $y=35.00$). Також варто відзначити достатньо низький рівень депресії РД ($x=45.00$; $y=47.00$). Запропоновано такий тип навченої безпорадності йменувати "Неконтрольована навчена безпорадність".

Дискусія

Навчена безпорадність є важливим феноменом навчально-професійної діяльності, з якою, на думку авторів, не варто боротися, а доцільніше організувати освітній, науковий, дозвіллевий та інші простори майбутніх фахівців іноземної філології, щоб уникнути її формування і прогресування. У науковій літературі достатньо емпіричних і теоретичних досліджень, у яких окреслено методологічні положення концепції безпорадності (Seligman, 1975), атрибутивного стилю (Leighton, Terrell, 2020; Titova Grandchamp et al., 2021), подано валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (Клібайс, 2021; Liu, Bates, 2014; Peterson et al., 1982; Рудіна, 2002) і з'ясовано низку важливих наукових фактів (Hill, Larson, 1992; Малімон, Дучимінська, 2015). Сконструювавши вибірку сукупність з майбутніх фахівців іноземної філології, ми керувалися тим, що зазвичай в умовах дистанційного і змішаного форматів освітнього процесів представникам цього фаху не вистачає безпосереднього "живого" спілкування з носіями іноземної мови. Втрата чи обмеженість безпосереднього емоційного контакту може загострювати цю проблему і ніяк не сприяти її вирішенню. Є дослідження, які підтверджують, що невмотивованість майбутніх фахівців, зневіра у можливість досягнути професійного зростання у своїй країні спонукає потоки

emotional and motivational components. We think it is not the lowest indicators obtained according to the median (Me) that should be taken into account, but the problem should be solved holistically. Undoubtedly, the correlation matrix (see Tabl. 3) in the proposed empirical study statistically reliably demonstrates that depression is the main factor in all the troubles of future graduates. Therefore, measures aimed at overcoming depression, should be developed and implemented in the educational process, because the realities of today require it. The research by S. Tsymbal (2019) demonstrated how online training means can increase the confidence and motivation of students who learn English. The proposed research confirms the taken direction of problem solving and shows reasonable technologies for working with the motivational component. Another research of S. Tsymbal (2019) examines language anxiety, which is one of the negative factors in the formation of learned helplessness of specialists in foreign philology. A psychological-pedagogical vision of the problem and ways of solving it were proposed.

The work of L. Malimon and T. Duchyminska (2015) also investigated the types of learned helplessness using factor analysis. Three factors were identified: “Emotional-pessimistic perception”, “Internal-anxious subordination”, “Motivation of subjective control avoidance”, which, according to the content aspects, resonate with the established types of learned helplessness: “Depressive learned helplessness” (Cluster 1, n=31; 13.36%), “Avoidant learned helplessness” (Cluster 2, n=75; 32.33%), “Optimistic learned helplessness” (Cluster 3, n=68; 29.31%), “Uncontrolled learned helplessness” (Cluster 4, n=58; 25.00%). Undoubtedly, the clustering of the entire sample would show results different from those obtained in our research (see Tabl. 4). In order to understand the complexity and content loads for each parameter, it was decided to distinguish all the respondents by the median (Me). In addition, it is not appropriate to assume that all the respondents developed learned helplessness. Therefore, the obtained results and their grouping into four clusters (see Tabl. 4) are legitimate and statistically reliably reflect the subject of the research.

міграційних процесів молодих людей у пошуках кращого майбутнього (Blynova et al., 2022). Убачаємо, що розв’язання необхідно шукати в аналізованні нагальної ситуації й операціоналізації отриманих вихідних параметрів. Подані описові частотні характеристики (див. табл. 1 та табл. 2) дають об’єктивну вихідну картину найважливіших параметрів, які відображають, за М. Seligman (1975), триєдність когнітивної, емоційної і мотиваційної складових. Вважаємо, що до уваги слід брати не найнижчі показники, отримані за медіаною (Me), а вирішувати проблему цілісно. Безумовно, кореляційна матриця (див. табл. 3) у запропонованому емпіричному дослідженні статистично достовірно демонструє, що депресивність є головним чинником усіх негараздів майбутніх здобувачів. Тому заходи, спрямовані на подолання депресивності, мають бути розроблені і впроваджені в освітній процес, бо цього вимагають реалії сьогодення. У дослідженні S. Tsymbal (2019) продемонстровано, як засобами онлайн-тренінгів підвищити впевненість та мотивацію студентів, які опановують англійську мову. Запропоноване дослідження підтверджує взятий нами напрям пошуку розв’язання проблеми і показує обґрунтовані технології для роботи з мотиваційною складовою. В іншому дослідженні науковиці S. Tsymbal (2019) розглянуто мовну тривожність, яка є одним із негативних чинників формування навченої безпорадності фахівців іноземної філології. Запропоновано психолого-педагогічне бачення проблеми і шляхи її розв’язання.

У праці Л. Малімон та Т. Дучимінської (2015) також досліджено типи навченої безпорадності з використанням факторного аналізу. З’ясовано три фактори: “Емоційно-песимістичне сприйняття”, “Інтернально-тривожна підпорядкованість”, “Мотивація уникнення суб’єктивного контролю”, які у змістовому аспекті перегукуються зі встановленими нами типами навченої безпорадності: “Депресивна навчена безпорадність” (кластер 1, n=31; 13.36%), “Унікаюча навчена безпорадність” (кластер 2, n=75; 32.33%), “Оптимістична навчена безпорадність” (кластер 3, n=68; 29.31%), “Неконтрольована навчена безпорадність”

Conclusions

It was substantiated and generalized that the types of learned helplessness are personal formations that are manifested in a high level of depression, the dominance of pessimistic parameters of the attributional style of behavior, a high level of motivation for avoiding failures, a low level of motivation for achieving success, and low/absent subjective control of events in educational and professional life activities of future specialists in foreign philology. The highlighted parameters have statistically significant correlations ($p < .050$; $p < .010$) with the attributional style parameters and are factors that influence learned helplessness. It was established that the level of depression has the strongest correlation ($p < .010$) with the scales of the attributional style of PmB (.189), PvB (.221) and PsB (.185), which gives a reason to consider depressive states to be the most dangerous in the formation of learned helplessness.

Four types of learned helplessness were found using the k-means cluster analysis: “Depressive learned helplessness” (Cluster 1, $n=31$; 13.36%), “Avoidant learned helplessness” (Cluster 2, $n=75$; 32.33%), “Optimistic learned helplessness” (Cluster 3, $n=68$; 29.31%), “Uncontrolled learned helplessness” (Cluster 4, $n=58$; 25.00%).

The obtained empirical results contain scientific novelty, they should be taken into account in creation of educational programs, syllabuses of educational components, organization of the educational process during the training of not only specialists in foreign philology, but also students of other socio-economic areas.

Reference

- Appel, H., Crusius, J., & Gerlach, A. (2015). Social Comparison, Envy, and Depression on Facebook: A Study Looking at the Effects of High Comparison Standards on Depressed Individuals. *Journal of Social and Clinical Psychology, 34*, 277–289. <https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.4.277>
- Bazhin, E. F., Golyinkina, E. A., & Etkind, L. M. (1984). Oprosnik urovnya sub'ektivnogo kontrolya (USK) [Questionnaire of the level of subjective control (LSQ)]. *Psihologicheskii zhurnal – Psychological Journal, 3*, 152–16. <http://base.psy.spbu.ru/index.php/klass1/sredstva-psikhodiagnostiki/item/91-oproshnik-urovnya-sub-ektivnogo-kontrolya-usk>
- Blynova, O., Derevianko, S., Ivanova, O., Popovych, I., & Estay Sepulveda, J. G. (2022). Professional

(кластер 4, $n=58$; 25.00%). Безумовно, кластеризація усієї вибіркової сукупності показала би відмінні результати, від тих, які нами отримано (див. табл. 4). Для розуміння складності і змістових навантажень за кожним параметром було ухвалено рішення розмежувати всіх респондентів за медіаною (Me). Окрім того, не доцільно вважати, що в усіх респондентів сформована навчена безпорадність. Тому отримані результати й об'єднання їх у чотири кластери (див. табл. 4) є правомірним і таким, що статистично достовірно відобразило предмет дослідження.

Висновки

Обґрунтовано й узагальнено, що типи навченої безпорадності є особистісним утворенням, яке проявляються у високому рівні депресивності, домінуванні песимістичних параметрів атрибутивного стилю поведінки, високому рівні мотивації уникнення невдачі, низькому рівні мотивації досягнення успіху й заниженому/відсутньому суб'єктивному контролю подій у навчально-професійній діяльності майбутніх фахівців іноземної філології. Зазначені параметри мають статистично достовірні зв'язки ($p < .050$; $p < .010$) з параметрами атрибутивного стилю і є чинниками, які впливають на навчену безпорадність. Встановлено, що найміцніші зв'язки ($p < .010$) має рівень депресії зі шкалами атрибутивного стилю СП (.189), ШП (.221) і ПП (.185), що дає підстави вважати депресивні стани найнебезпечнішими у формуванні навченої безпорадності.

Кластерним аналізом методом *k*-середніх з'ясовано чотири типи навченої безпорадності: “Депресивна навчена безпорадність” (кластер 1, $n=31$; 13.36%), “Уникаюча навчена безпорадність” (кластер 2, $n=75$; 32.33%), “Оптимістична навчена безпорадність” (кластер 3, $n=68$; 29.31%), “Неконтрольована навчена безпорадність” (кластер 4, $n=58$; 25.00%). Отримані емпіричні результати містять наукову новизну, їх доцільно враховувати під час створення навчальних програм, силових освітніх компонент, організації освітнього процесу під час підготовки не тільки фахівців іноземної філології, але й здобувачів інших

- relevance of potential labor emigrants. *Revista Notas Históricas y Geográficas*, 29, 88–106. <https://www.revistanotashistoricasygeograficas.cl/index.php/nhyg/article/view/435>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 879–889. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
- Elers, T. (2002). Motivation for Achieving Success and Avoiding Failures. URL: <http://um.co.ua/14/14-5/14-58142.html>
- Hartigh, L. D., Meerhoff, R. A., Van Yperen, N. W., Neumann, N. D., Brauers, J. J., Frencken, W. G., Emerencia, A., Hill, Y., Platvoet, S., Atzmueller, M., Lemmink, K. A., & Brink M. S. (2022). Resilience in sports: a multidisciplinary, dynamic, and personalized perspective. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2039749>
- Hill, K. J., & Larson, L. M. (1992). Attributional style in the reformulated learned helplessness model of depression: Cognitive processes and measurement implications. *Cognitive Therapy and Research*, 16, 83–94. <https://doi.org/10.1007/BF01172958>
- Klibais, T. (2021). Spetsyfika stanovlennia atributivnoho styliu doroslykh yak resursnoho potencialu osobystosti [*The specificity of the formation of adults' attributional style as a resource potential of a person*]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriya psykholohichni nauky – Bulletin of Lviv University. Psychological sciences series*, 10, 91–96. <https://doi.org/10.30970/PS.2021.10.13>
- Leighton, K. N., & Terrell, H. K. (2020). Attributional Styles. In: Zeigler-Hill, V., Shackelford, T.K. (eds) *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_1779
- Liu, C., & Bates, T. C. (2014). The structure of attributional style: Cognitive styles and optimism–pessimism bias in the Attributional Style Questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 66, 79–85. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.03.022>
- Malimon, L. Ya., & Duchyminska, T. I. (2015). Psykholohiia osobystisnoi bezporadnosti studentiv [*Psychology of students' personal helplessness*]. Lutsk: Vezha-Druk URL: <http://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/10128>
- Miller, W. R., & Seligman, M. E. P. (1976). Learned Helplessness, Depression, and the Perception of Reinforcement. *Behaviour Research and Therapy*, 14, 7–17. [http://dx.doi.org/10.1016/0005-7967\(76\)90039-5](http://dx.doi.org/10.1016/0005-7967(76)90039-5)
- Peterson, C., Semmel, A., von Baeyer, C., Abramson, L. T., Metalsky, G. I., & Seligman, M. E. P. (1982). The Attributional Style Questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 287–300. <https://doi.org/10.1007/BF01173577>
- напрянків соціономічного профілю.
- Список використаних джерел**
- Appel H., Crusius J., Gerlach A. Social Comparison, Envy, and Depression on Facebook: A Study Looking at the Effects of High Comparison Standards on Depressed Individuals. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2015. Vol. 34. P. 277–289. <https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.4.277>
- Бажин Е. Ф., Голынкина Е. А., Эткінд Л. М. Опросник уровня субъективного контроля (УСК). *Психологический журнал*. 1984. Том 5. № 3. С. 152–162. <http://base.psy.spbu.ru/index.php/klass1/sredstva-psikhodiagnostiki/item/91-oprosnik-urovnya-sub-ektivnogo-kontrolya-usk>
- Blynova O., Derevianko S., Ivanova O., Popovych I., Estay Sepulveda J. G. Professional relevance of potential labor emigrants. *Revista Notas Históricas y Geográficas*. 2022. Vol. 29. P. 88–106. <https://www.revistanotashistoricasygeograficas.cl/index.php/nhyg/article/view/435>
- Carver C. S., Scheier M. F., Segerstrom S. C. Optimism. *Clinical Psychology Review*. 2010. Vol. 30(7). P. 879–889. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
- Elers, T. (2002). Motivation for Achieving Success and Avoiding Failures. URL: <http://um.co.ua/14/14-5/14-58142.html>
- Hartigh L. D., Meerhoff R. A., Van Yperen N. W., Neumann N. D., Brauers J. J., Frencken W. G., Emerencia A., Hill Y., Platvoet S., Atzmueller M., Lemmink K. A., & Brink M. S. Resilience in sports: a multidisciplinary, dynamic, and personalized perspective. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 2022. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2039749>
- Hill K. J., Larson L. M. Attributional style in the reformulated learned helplessness model of depression: Cognitive processes and measurement implications. *Cognitive Therapy and Research*. 1992. Vol. 16. P. 83–94. <https://doi.org/10.1007/BF01172958>
- Клібайс Т. Специфіка становлення атрибутивного стилю дорослих як ресурсного потенціалу особистості. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021. № 10. С. 91–96. <https://doi.org/10.30970/PS.2021.10.13>
- Leighton K. N., Terrell H. K. Attributional Styles. In: Zeigler-Hill, V., Shackelford, T.K. (eds) *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer, Cham. 2020. https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_1779
- Liu C., Bates T. C. The structure of attributional style: Cognitive styles and optimism–pessimism bias in the Attributional Style Questionnaire. *Personality and Individual Differences*. 2014. Vol. 66. P. 79–85. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.03.022>
- Малімон Л. Я., Дучимінська Т. І. Психологія

- Popovych, I., Blynova, O., Zhuravlova, A., Toba, M., Tkach, T., & Zavatska, N. (2020a). Optimization of development and psycho-correction of social expectations of students of foreign philology. *Revista Inclusiones*, 7(SI), 82–94. <http://www.revistainclusiones.org/index.php/inclu/article/view/1657>
- Popovych, I., Borysiuk, A., Semenov, O., Semenova, N., Serbin, I., Reznikova, O. (2022a). Comparative analysis of the mental state of athletes for risk-taking in team sports. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(4), 848–857. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.04107>
- Popovych, I., Halian, I., Lialiuik, G., Chopyk, R., Karpenko, Ye., & Melnyk, Yu. (2022b). Research of young female handball players' self-actualizing mental states. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(7), 1599–1607. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.07201>
- Popovych, I., Hoi, N., Koval, I., Vorobel, M., Semenov, O., Semenova, N., & Hrys, A. (2022c). Strengthening of student youth's mental health using play sports. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(6), 1384–1395. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.06174>
- Popovych, I., Semenov, O., Hrys, A., Aleksieieva, M., Pavliuk, M., Semenova, N. (2022d). Research on mental states of weightlifters' self-regulation readiness for competitions. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(5), 1134–1144. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.05143>
- Popovych, I., Zavatskyi, V., Tsiuniak, O., Nosov, P., Zinchenko, S., Mateichuk, V., Zavatskyi, Yu., & Blynova, O. (2020b). Research on the Types of Pre-game Expectations in the Athletes of Sports Games. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(1), 43–52. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.01006>
- Radul, V., Stryzhakov, A., Hornar, I., Radul, O., & Tkachenko, O. (2022). Research of future masters of pedagogy's socio-professional activity. *Amazonia Investiga*, 11(56), 18–27. <https://doi.org/10.34069/AI/2022.56.08.2>
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1–28. <https://doi.org/10.1037/h0092976>
- Rudina, L. M. (2002). Test atrybutyvnykh styliv / TAS [Test of attributional styles / TAS]. URL: <http://testik.com.ua/test-atrybutyvnyh-styliv-tas-l-m-rudina/>
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On Depression, Development and Death*. San Francisco, CA: Freeman. <https://archive.org/details/helplessness-sonde00seli>
- Siefken, K., Junge, A., & Laemmle, L. (2019). How does sport affect mental health? An investigation into the relationship of leisure-time physical activity and personal helplessness of students. *Lučyk: Beža-Druk*, 2015. 192 s. URL: <http://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/10128>
- Miller W. R., Seligman M. E. P. Learned Helplessness, Depression, and the Perception of Reinforcement. *Behaviour Research and Therapy*. 1976. Vol. 14. P. 7–17. [http://dx.doi.org/10.1016/0005-7967\(76\)90039-5](http://dx.doi.org/10.1016/0005-7967(76)90039-5)
- Peterson C., Semmel A., von Baeyer C., Abramson L. T., Metalsky G. I., Seligman M. E. P. The Attributional Style Questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*. 1982. Vol. 6. P. 287–300. <https://doi.org/10.1007/BF01173577>
- Popovych I., Blynova O., Zhuravlova A., Toba M., Tkach T., Zavatska N. Optimization of development and psycho-correction of social expectations of students of foreign philology. *Revista Inclusiones*. 2020a. Vol. 7(SI), 82–94. <http://www.revistainclusiones.org/index.php/inclu/article/view/1657>
- Popovych I., Borysiuk A., Semenov O., Semenova N., Serbin I., Reznikova O. Comparative analysis of the mental state of athletes for risk-taking in team sports. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022a. Vol. 22(4). P. 848–857. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.04107>
- Popovych I., Halian I., Lialiuik G., Chopyk R., Karpenko Ye., Melnyk Yu. Research of young female handball players' self-actualizing mental states. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022b. Vol. 22(7). P. 1599–1607. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.07201>
- Popovych I., Hoi N., Koval I., Vorobel M., Semenov O., Semenova N., Hrys A. Strengthening of student youth's mental health using play sports. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022c. Vol. 22(6). P. 1384–1395. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.06174>
- Popovych I., Semenov O., Hrys A., Aleksieieva M., Pavliuk M., Semenova N. Research on mental states of weightlifters' self-regulation readiness for competitions. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022d. Vol. 22(5). P. 1134–1144. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.05143>
- Popovych, I., Zavatskyi, V., Tsiuniak, O., Nosov, P., Zinchenko, S., Mateichuk, V., Zavatskyi, Yu., & Blynova, O. (2020b). Research on the Types of Pre-game Expectations in the Athletes of Sports Games. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(1), 43–52. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.01006>
- Radul V., Stryzhakov A., Hornar I., Radul O., Tkachenko O. Research of future masters of pedagogy's socio-professional activity. *Amazonia Investiga*. 2022. Vol. 11(56). P. 18–27. <https://doi.org/10.34069/AI/2022.56.08.2>
- Rotter J. B. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological*

Research of Types of Learned Helplessness of Future Specialists in Foreign Philology



- with depression and anxiety. *Human Movement*, 20, 62–74. <https://doi.org/10.5114/hm.2019.78539>
- Titova Grandchamp, V. A., Gordeeva, T. O., & Sychev, O. A. (2021). Optimistic Attributional Style as a Predictor of Well-Being: Exploring the Mediating Roles of Gratitude and Savoring the Moment. *Psychol Russ*, 14(3), 50–67. <https://doi.org/10.11621/pir.2021.0304> PMID: 36733544; PMCID: PMC9888052
- Tsymbol, S. V. (2019). Enhancing students' confidence and motivation in learning English with the use of online game training sessions. *Information Technologies and Learning Tools*, 71(3), 227–235. <https://doi.org/10.33407/itlt.v71i3.2460>
- Tsymbol, S. V. (2017). Overcoming language anxiety among the English language learners: psycho-pedagogical aspect. *Science and Education*, 7, 102–106. <https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/articles/2017-7-doc/2017-7-st16>
- Zung, W. W. (1965). A self-rating depression scale. *Archives of General Psychiatry*, 12, 63–70. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1965.01720310065008>
- Monographs: General and Applied. 1966. Vol. 80(1). P. 1–28. <https://doi.org/10.1037/h0092976>
- Рудіна Л. М. Тест атрибутивних стилів / ТАС (Л. М. Рудіна). 2002. URL: <http://testik.com.ua/test-atrybutyvnyh-styliv-tas-l-m-rudina/>
- Seligman, M. E. P. Helplessness: On Depression, Development and Death. San Francisco, CA: Freeman. 1975. 235 p. <https://archive.org/details/helplessnessonde00seli>
- Siefken K., Junge A., Laemmle L. How does sport affect mental health? An investigation into the relationship of leisure-time physical activity with depression and anxiety. *Human Movement*. 2019. Vol. 20. P. 62–74. <https://doi.org/10.5114/hm.2019.78539>
- Titova Grandchamp V. A., Gordeeva T. O., Sychev O. A. Optimistic Attributional Style as a Predictor of Well-Being: Exploring the Mediating Roles of Gratitude and Savoring the Moment. *Psychol Russ*. 2021. Vol. 14(3). P. 50–67. <https://doi.org/10.11621/pir.2021.0304> PMID: 36733544; PMCID: PMC9888052
- Tsymbol S. V. Enhancing students' confidence and motivation in learning English with the use of online game training sessions. *Information Technologies and Learning Tools*. 2019. Vol. 71(3). P. 227–235. <https://doi.org/10.33407/itlt.v71i3.2460>
- Tsymbol S. V. Overcoming language anxiety among the English language learners: psycho-pedagogical aspect. *Science and Education*. 2017. Vol. 7. P. 102–106. <https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/articles/2017-7-doc/2017-7-st16>
- Zung W. W. A self-rating depression scale. *Archives of General Psychiatry*. 1965. Vol. 12. P. 63–70. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1965.01720310065008>

