

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

КІРЄВА ВІКТОРІЯ СЕРГІЇВНА

Допускається до захисту:
В.о. завідувача кафедри загальної та
соціальної психології,
к. психол. н., доцент
_____ Н. Д. Корольова
« ____ » _____ 2026р.

**ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ НА
МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

Спеціальність 053 Психологія
Кваліфікаційна (бакалаврська) робота

Науковий керівник:

Мазай Л. Ю., доцент кафедри
кризової та клінічної психології,
д-р філософії з психології

Оцінка: ____ / ____ / ____

(бали за шкалою ЕКТС\за національною шкалою)

Голова ЕК: _____

(підпис)

Вінниця – 2026

АНОТАЦІЯ

Кірева В.С. Особливості впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді: кваліфікаційна бакалаврська робота. Вінниця: Донецький національний університет імені Василя Стуса, 2026. 98 с.

У кваліфікаційній бакалаврській роботі представлені результати теоретичного та емпіричного дослідження особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді. Зокрема, здійснений аналіз основних підходів до визначення поняття «соціальна тривожність», окреслені психологічні чинники формування цієї диспозиції в юнацькому віці, а також розроблена інтегративна теоретична модель впливу досліджуваного явища на характер міжособистісних стосунків студентів.

На етапі збору емпіричних даних було залучено 187 здобувачів вищої освіти 1-4 курсів освітнього ступеня бакалавра Донецького національного університету імені Василя Стуса (143 особи) та Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (44 особи) віком від 17 до 21 року. Залучення студентів різних напрямів підготовки (гуманітарного, педагогічного, економічного та природничого) забезпечило високу варіативність та репрезентативність отриманих даних. Психодіагностичний комплекс містив питальник соціальної тривожності SPIN, шкалу самотності UCLA, питальник стилів прив'язаності ECR-R та методику діагностики міжособистісних взаємин Т. Лірі. Математично-статистична обробка даних здійснювалася за допомогою програмного забезпечення IBM SPSS Statistics (версія 27) та порівняльного аналізу (за Н-критерієм Краскела-Уолліса).

За результатами емпіричного дослідження визначено, що високий рівень соціальної тривожності пов'язаний із посиленням суб'єктивного відчуття самотності та домінуванням дезадаптивних стратегій міжособистісної взаємодії. Встановлено, що соціальна тривожність виступає важливим чинником деформації міжособистісних стосунків студентів-психологів. На основі

виявлених проблемних аспектів автором розвідки розроблені рекомендації щодо психокорекції соціальної тривожності та профілактики її впливу.

Ключові слова: соціальна тривожність, міжособистісні стосунки, тип прив'язаності, відчуття самотності, студентська молодь.

ABSTRACT

The Impact of Social Anxiety on Interpersonal Relationships Among College Students: Bachelor's Thesis. Vinnytsia: Vasyl Stus Donetsk National University, 2026. 98 p.

This bachelor's thesis presents the results of a theoretical and empirical study of the characteristics of the influence of social anxiety on interpersonal relationships among college students. In particular, the study analyzes the main approaches to defining the concept of "social anxiety," identifies the psychological factors underlying the development of this disposition in adolescence, and develops an integrative theoretical model of how the phenomenon under study influences the nature of students' interpersonal relationships.

During the empirical data collection phase, 187 undergraduate students in their first through fourth years of bachelor's degree programs at Vasyl Stus Donetsk National University (143 students) and Mykhailo Kotsyubynsky Vinnytsia State Pedagogical University (44 students), aged 17 to 21, were included in the study. The inclusion of students from various fields of study (humanities, education, economics, and natural sciences) ensured high variability and representativeness of the data obtained. The psychodiagnostic battery included the SPIN social anxiety questionnaire, the UCLA loneliness scale, the ECR-R attachment styles questionnaire, and T. Leary's interpersonal relationships diagnostic method. Mathematical and statistical data analysis was performed using IBM SPSS Statistics software (version 27) and comparative analysis (using the Kruskal-Wallis H-test).

The results of the empirical study indicate that a high level of social anxiety is associated with an intensified subjective sense of loneliness and the predominance of

maladaptive strategies in interpersonal interaction. It was established that social anxiety acts as a significant factor in the distortion of interpersonal relationships among psychology students. Based on the identified problematic aspects, the author of the study has developed recommendations for the psychocorrection of social anxiety and the prevention of its effects.

Keywords: social anxiety, interpersonal relationships, attachment style, feelings of loneliness, student youth.

ЗМІСТ

ВСТУП	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ОСМИСЛЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	12
1.1. Визначення змісту та суті поняття «соціальна тривожність» у вітчизняній та зарубіжній науці	12
1.2. Особливості прояву соціальної тривожності в студентській молоді: огляд останніх досліджень з цієї проблематики	14
1.3. Інтегративна теоретична модель впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді	16
Висновки до першого розділу	19
РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	21
2.1. Характеристика вибірки та опис етапів дослідження психологічних особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді.	21
2.2. Обґрунтування психодіагностичного інструментарію дослідження психологічних особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді.	25
Висновки до другого розділу	29
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	32

3.1. Аналіз результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді.	32
3.2. Рекомендації щодо психологічного супроводу студентської молоді у ЗВО для зменшення соціальної тривожності.	55
Висновки до третього розділу	69
ВИСНОВКИ	73
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	77
ДОДАТКИ	82

ВСТУП

Актуальність дослідження. В умовах суспільної невизначеності, зростання інформаційного навантаження, а з ним впливу соціальних мереж та економічної і безпекової нестабільності у зв'язку з військовою агресією РФ проти України кричущої значущості набуває проблема соціальної тривожності. Особливо помітним це явище стає у середовищі юнаків та студентської молоді, для яких характерними є інтенсивні процеси вторинної (зокрема професійної) соціалізації, самовизначення та формування системи міжособистісних взаємин.

Підвищений рівень соціальної тривожності може ускладнювати встановлення та підтримання близьких стосунків з однолітками, негативно впливати на самооцінку, комунікативну компетентність, емоційний стан і соціально-психологічну адаптацію особистості в цілому. З огляду на це дослідження впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді дозволяє глибше зрозуміти механізми формування емоційної нестабільності та визначити шляхи психологічної підтримки осіб в групі ризику.

Соціальна тривожність виступала предметом наукового аналізу як у зарубіжній, так і вітчизняній психології. Р. Г. Лазарус розглядав її в контексті емоційного стресу, а А. Бек та Д. Кларк – у межах когнітивно-поведінкового напрямку. Значний внесок у діагностику та психокорекцію соціальної тривожності зробили М. Лібовіц та С. Хаймберг. Серед вітчизняних науковців, які вивчали різні види тривожності, її вікові особливості та вплив на міжособистісну взаємодію, варто відзначити Н. Максимову, О. Власову, Л. Орбан-Лембрик та Т. Титаренко. Однак попри наявність теоретичних напрацювань, залишається актуальним питання емпіричного вивчення зв'язку соціальної тривожності з типами прив'язаності та суб'єктивним відчуттям самотності саме у студентській молоді.

Об'єктом дослідження є соціальна тривожність студентської молоді.

Предметом дослідження – особливості впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді.

Мета роботи полягає у теоретичному аналізі особливостей прояву соціальної тривожності та емпіричному дослідженні її впливу на характер міжособистісних стосунків студентської молоді.

Конкретизують мету такі **завдання дослідження**:

- 1) здійснити аналітичний огляд наукових праць з проблематики соціальної тривожності та на основі цього створити теоретичну модель предмету дослідження;
- 2) за результатами теоретичного аналізу та моделювання сформулювати комплекс психодіагностичних методик для визначення особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді;
- 3) емпірично дослідити особливості впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді;
- 4) на основі результатів емпіричного дослідження розробити психологічні рекомендації щодо психокорекційної та профілактичної роботи з подолання соціальної тривожності у студентської молоді.

Гіпотеза дослідження. Високий рівень соціальної тривожності виступає базовим чинником деформації міжособистісних стосунків студентської молоді, що може проявлятися у посиленні суб'єктивного відчуття самотності; формуванні ненадійного типу прив'язаності (тривожного та типу уникнення), що блокує здатність до емоційної близькості; домінуванні пасивно-підпорядкованих або агресивно-захисних стратегій взаємодії, які перешкоджають конструктивному співробітництву та впевненій комунікації.

Для перевірки гіпотези та реалізації поставлених завдань ми використали такі **методи дослідження**:

- *теоретичні*: аналіз, синтез, порівняння та систематизація наукових джерел з обраної теми; теоретичне моделювання;

- *емпіричні*: анкетування, опитування, спостереження, психодіагностика з використанням питальника SPIN (автор М. Лібовіц), шкали самотності UCLA (автор Д. Рассел), питальника стилів прив'язаності ECR-R (автори К. Бреннан, Р. Фрейлі, П. Шейвер) та методики діагностики міжособистісних взаємин (автор Т. Лірі);
- *методи математично-статистичної обробки даних*: методи описової математичної статистики (міри центральної тенденції, відсоткові співвідношення показників), перевірка нормальності розподілу значень, кореляційний аналіз за критерієм Спірмена та порівняльний аналіз за Н-критерієм Краскела-Уолліса.

Наукова новизна результатів дослідження.

Уперше на розширеній вибірці вітчизняних студентів (N=187) емпірично доведено та математично верифіковано системний деструктивний вплив соціальної тривожності на когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти міжособистісних стосунків, що виражається у викривленні стилів інтерперсональної взаємодії за рахунок гіпертрофії підпорядковувано-залежних та унікально-підозрілих паттернів пілкування.

Поглиблено психологічні уявлення про характер взаємодії між дезадаптивними стилями прив'язаності особистості (за моделю ECR-R) та рівнем соціальної тривожності; зокрема вичвлено феномен межових (змішених) типів прив'язаності у 37,4% студентів, який актуалізується під впливом помірних та високих значень соціального страху.

Уточнено специфіку прояву та відсутність прямої лінійної динаміки розвитку соціальної тривожності та почуття самотності протягом навчання у ЗВО (від 1 до 4 курсу), що вказує на відносну стабільність даного конструкту як особистісної диспозиції, яка вимагає цілеспрямованого психокорекційного втручання, незалежно від обраного студентом фаху.

Практична значущість результатів дослідження. Розуміння особливостей прояву соціальної тривожності закладає основу для подальшої її

діагностики, психокорекції та психологічного консультування студентської молоді, зокрема у контексті запитів, що стосуються труднощів у міжособистісних стосунках. Результати емпіричного дослідження, а також запропоновані нами психологічні рекомендації щодо психокорекційної та профілактичної роботи з подолання соціальної тривожності у студентської молоді можуть бути використані психологами закладів вищої освіти для розробки тренінгових програм та програм психологічного супроводу націлених на зниження соціальної напруженості та розвиток навичок конструктивної й асертивної взаємодії.

Апробація результатів дослідження. Основні результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження представлені у двох тезах-довідей:

- «Теоретичне осмислення соціальної тривожності як сучасної проблеми юнацького віку», що опубліковані у збірнику за матеріалами V Міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні проблеми реалізації адаптаційного потенціалу особистості в сучасних умовах життєдіяльності» (13–14 листопада 2025 р., м. Вінниця, ДонНУ імені Василя Стуса, Україна);
- «Психологічні особливості соціальної тривожності у студентської молоді: аналіз на прикладі майбутніх психологів», що прийняті до публікації у збірнику за матеріалами X Міжнародної студентської наукової конференції «Пріоритетні напрямки та вектори розвитку світової науки» (24 квітня 2026, м. Кременчук, Україна).

Емпірична база дослідження. У дослідженні взяли участь 187 здобувача вищої освіти 1-4 курсів освітнього ступеня бакалавра Донецького національного університету імені Василя Стуса (143 особи) та Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (44 особи) віком від 17 до 21 року.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до них, загальних висновків, списку використаної літератури та додатків. У

тексті використано 4 таблиці та 5 рисунків. Список літератури налічує 57 джерел, з яких 37 українською мовою та 20 – англійською. Загальний обсяг роботи становить 107 сторінок, з яких основного обсягу – 73.



РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ОСМИСЛЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

1.1. Визначення змісту та суті поняття «соціальна тривожність» у вітчизняній та зарубіжній науці

У загальному та доволі широкому розуміння соціальну тривожність розглядають як специфічний емоційний стан, що виникає в ситуаціях соціальної взаємодії, і для якого є характерним страх негативної оцінки з боку інших людей [10] [13] [37]. Ця властивість поєднує в собі когнітивні, емоційні та поведінкові реакції, які формуються у відповідь на реальні або уявні соціальні загрози. До основних проявів соціальної тривожності належать внутрішнє напруження, невпевненість у власних можливостях, очікування критики або осуду, а також прагнення уникати ситуацій міжособистісного контакту [34].

Дослідження соціальної тривожності здійснювали в межах різних теоретичних підходів. Одним із найбільш поширених є когнітивно-поведінковий напрям, представлений у працях А. Бека, Г. Емері та Р. Грінберга [45] [56]. Згідно з теоріями цих науковців тривожні переживання виникають унаслідок викривлених когнітивних схем, які формують в особистості переконання про свою соціальну некомпетентність та очікування негативної оцінки з боку інших людей. У результаті цього особистість починає сприймати соціальні ситуації як потенційно загрозливі, що викликає у неї підвищене емоційне напруження та сприяє формуванню унікальної поведінки [42]. ,

Подальший розвиток когнітивно-поведінкового підходу представлений у моделі соціальної фобії Д. Кларка та А. Уеллса [57]. Науковці зазначають, що соціально тривожні особи схильні надмірно фокусувати увагу на собі та власній поведінці під час взаємодії з іншими людьми. Такий постійний самоконтроль

призводить до викривленого сприйняття соціальних ситуацій та посилює відчуття тривоги, яка ще більше ускладнює ефективне спілкування [44].

Важливий внесок у вивчення феномену соціальної тривожності зробив М. Лібовіц, який запропонував розглядати цю особистісну диспозицію як поєднання двох ключових компонентів – суб'єктивного страху соціальної оцінки та поведінкового уникнення ситуацій, у яких така оцінка можлива [54]. У подальших дослідженнях ученого було встановлено, що структура соціальної тривожності включає фізіологічний, когнітивний та поведінковий компоненти [51]. Фізіологічний компонент проявляється у соматичних реакціях організму (прискорене серцебиття, тремтіння, пітливість), когнітивний пов'язаний із негативними думками про себе та очікуванням осуду, а поведінковий – з униканням соціальних ситуацій.

У своїй теорії стресу Р. Лазарус розглядав соціальну тривожність як результат когнітивного оцінювання соціальної ситуації [39]. Якщо індивід сприймає взаємодію з іншими людьми як загрозу для свого «Я» або соціального статусу, виникає стан тривоги, який активізує захисні механізми психіки [52]. Біологічні передумови цього явища описані у працях Дж. Грея та Н. Макногтона [57], які пов'язують тривожні реакції з підвищеною активністю системи поведінкового гальмування, що підсилює чутливість людини до сигналів покарання або соціального несхвалення [48].

Поряд із зарубіжними дослідженнями важливий внесок у вивчення соціальної тривожності зробили вітчизняні науковці. Зокрема, Н. Максимова підкреслює, що у підлітковому та юнацькому віці тривожність набуває вираженого соціального характеру, оскільки в цей період активно формуються самооцінка та особистісна ідентичність. При цьому зростає значущість думки референтної групи, через що страх бути неприйнятим або відторгнутим може суттєво підсилювати тривожні переживання підлітка та / або юнака [41] [42] [55].

Соціально-психологічний аспект цього явища розглядає Л. Орбан-Лембрик, яка зазначає, що підвищений рівень тривожності впливає на динаміку

міжособистісних взаємин та групових процесів. У таких умовах людина більше зосереджується на тому, яке враження вона справляє на інших, ніж на змісті спілкування, що призводить до порушення комунікації та ускладнює формування довірливих стосунків [7] [25].

Екзистенційно-психологічне бачення соціальної тривожності представлене у працях Т. Титаренко, яка розглядає її через категорію «життєвого світу особистості». На думку науковиці, страх соціальної оцінки здатний звужувати простір життєвих можливостей людини та обмежувати її здатність до самореалізації [33]. Подібної позиції дотримується О. Власова, яка розглядає соціальну тривожність як складову емоційної сфери особистості та пов'язує її інтенсивність із типом прив'язаності, сформованим у ранньому дитинстві [12].

Отже, аналіз наукових підходів свідчить про те, що соціальна тривожність є складним багатовимірним психологічним феноменом, який виникає у ситуаціях міжособистісної взаємодії та пов'язаний зі страхом негативної оцінки з боку інших людей. Ця властивість формується під впливом когнітивних, емоційних, соціальних і біологічних чинників та проявляється через поєднання тривожних переживань, соматичних реакцій і поведінкового уникнення. Теоретичне осмислення цього явища створює підґрунтя для подальших емпіричних досліджень і розробки психологічних методів діагностики та корекції, спрямованих на покращення міжособистісних взаємин та соціальної адаптації молоді.

1.2. Особливості прояву соціальної тривожності в студентській молоді: огляд останніх досліджень з цієї проблематики

Сучасні психологічні дослідження здебільшого зосереджені на вивченні соціальної тривожності у студентської молоді, оскільки для цього вікового періоду є характерними інтенсивні зміни у соціальній, особистісній та професійній сферах життя [4] [27]. Період навчання у закладах вищої освіти (далі

ЗВО) пов'язаний із необхідністю активної соціальної взаємодії, встановлення нових міжособистісних контактів, участі у групових формах діяльності та публічних виступах [38]. За таких умов підвищений рівень соціальної тривожності може виступати суттєвим фактором, що ускладнює процес соціальної адаптації студентів та впливає на ефективність їхньої навчальної діяльності [11] [26].

Більшість науковців розглядають соціальну тривожність у студентському віці як специфічний психоемоційний стан, що проявляється у страху негативної оцінки з боку інших людей, очікуванні критики або відторгнення, а також у підвищеній чутливості до соціальних ситуацій оцінювання [31]. Такі переживання можуть супроводжуватися невпевненістю у власних комунікативних можливостях, схильністю до надмірного самоконтролю поведінки та прагненням уникати ситуацій, пов'язаних із публічними виступами чи активною участю у соціальній взаємодії [1], [5].

Зарубіжні дослідження підтверджують, що соціальна тривожність у студентів підтримується низкою когнітивних механізмів. Зокрема, відповідно до когнітивно-поведінкової моделі цього явища С. Гофмана [49], важливими чинниками його підтримання є надмірна концентрація уваги індивіда на власній поведінці, викривлене сприйняття соціальних ситуацій та схильність перебільшувати ймовірність отримання негативної оцінки з боку оточення [51]. Унаслідок цього формується стійке очікування негативних наслідків соціальної взаємодії, що призводить до унікальної поведінки та зниження соціальної активності студентів [50].

Окремий напрям досліджень пов'язаний із вивченням психологічних чинників, які сприяють виникненню та підтриманню соціальної тривожності у студентської молоді. Зокрема, у працях українських дослідників встановлено, що одним із значущих предикторів цього стану є інтолерантність до невизначеності [37]. Особи, які відчувають труднощі у сприйнятті невизначених або непередбачуваних ситуацій, частіше демонструють підвищений рівень

соціальної тривожності, що проявляється у страху соціальної оцінки, сумнівах у власній компетентності та прагненні уникати міжособистісної взаємодії [9].

Результати досліджень Т. Пономаренко та Ю. Сидоренко також свідчать про те, що підвищений рівень соціальної тривожності може негативно впливати на різні аспекти життєдіяльності студентів. Науковцями виявлений її зв'язок зі зниженням академічної мотивації, труднощами у встановленні соціальних контактів та погіршенням загального психологічного благополуччя. Тривале переживання тривоги у ситуаціях соціальної взаємодії може спричиняти відчуття самотності, емоційне виснаження та підвищений рівень психологічного дистресу [28].

Крім цього, І. Стрілецька відзначає наявність взаємозв'язку між рівнем соціальної тривожності та розвитком соціального інтелекту і комунікативних здібностей студентів. Так, підвищена тривожність може ускладнювати процес адекватного сприйняття соціальних сигналів, знижувати здатність до ефективної взаємодії у групі та перешкоджати формуванню конструктивних міжособистісних взаємин. У результаті це може негативно позначатися на соціальній активності здобувачів вищої освіти та ускладнювати їхню адаптацію до освітнього середовища [30].

Отже, аналіз сучасних наукових досліджень дозволяє зробити висновок, що високий рівень соціальної тривожності може негативно впливати на процес соціальної адаптації, міжособистісні стосунки та психологічне благополуччя студентської молоді. Це зумовлює необхідність подальших досліджень цього явища, а також розробки ефективних програм його психологічної профілактики та корекції, які були б спрямовані на розвиток комунікативних навичок, психологічної стійкості, емоційного і соціального інтелекту здобувачів ЗВО.

1.3. Інтегративна теоретична модель впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді

Пропонована нами інтегративна теоретична модель предмету дослідження базується на розумінні міжособистісних стосунків як багаторівневої системи, де соціальна тривожність виступає центральним деструктивним чинником, який трансформує внутрішні інтенції особистості у деформовані поведінкові паттерни. У цьому контексті ми також розробили структурно-логічну схему взаємозв'язку між особливостями прояву соціальної тривожності та характером міжособистісних взаємин через інтеграцію когнітивно-поведінкового, етологічного та інтерперсонального підходів [19] [20].

Першим базовим рівнем нашої моделі виступає динаміка прив'язаності особистості, що найбільш ґрунтовно досліджена та осмислена в концепції «внутрішніх робочих моделей» британського психіатра та психоаналітика Дж. Боулбі [43]. Спираючись на положення науковця ми визначаємо, що студенти з високим рівнем тривожної прив'язаності мають негативну Я-концепцію, що робить їх надчутливими до відторгнення з боку іншої людини. Натомість прив'язаність за типом уникнення, навпаки, базується на негативній моделі «Іншого», що спонукає до емоційної дистанції як засобу самозахисту. Ці типи є первинними детермінантами, які створюють вразливість до виникнення соціальних страхів. В умовах воєнного стану руйнація звичних соціальних опор загострює ці небезпечні типи прив'язаності, перетворюючи їх на стабільний фундамент для соціальної дезадаптації.

Другий рівень моделі описує механізм перетворення базової недовіри у конкретній симптомати соціальної фобії. Так, згідно зі структурою SPIN М. Лібовіца, соціальна тривожність виявляється через три взаємопов'язані компоненти:

- 1) когнітивний, що є центральною ланкою моделі та знаходить своє вираження через страх оцінки. У цьому випадку студенти з тривожним

типом прив'язаності фокусуються на очікуванні критики з боку близької людини;

- 2) поведінковий, який проявляється через механізми уникнення, що блокує можливість отримання нового позитивного соціального досвіду;
- 3) фізіологічний, виявом якого стає соматизація тривоги (дискомфорт, тремор), яка виникає як реакція на соціальний виклик. У моделі SPIN цей компонент виступає своєрідним медіатором, що «перекладає» внутрішню незахищеність (прив'язаність) у видимі труднощі в спілкуванні [44] [46].

Третій рівень моделі концентрується навколо феноменології самотності, суб'єктивне відчуття якої ми розглядаємо як емоційний наслідок та одночасно механізм підтримки тривоги. Соціальна тривожність створює бар'єр для встановлення близьких зв'язків, що призводить до ізоляції. При цьому самотність виконує роль «зворотного зв'язку»: відчуючи себе ізольованим, студент ще більше переконується у власній соціальній некомпетентності та ворожості соціального оточення до нього, що підкріплює страх оцінки та поведінку уникнення. Це замикає «коло дезадаптації», де самотність стає хронічним станом, що виснажує психологічні ресурси молодшої людини.

Завершальним рівнем моделі є реальна міжособистісна взаємодія. Соціальна тривожність деформує поведінкові паттерни особистості, що може призводити до її дезадаптованості. Наприклад, соціально тривожні студенти можуть обирати стратегію покійно-залежної або залежно-слухняної поведінки, що, у свою чергу, є формою «соціальної капітуляції», за якої особа жертвує своєю автономією заради уникнення конфлікту або критики. Ще одна підозріло-скептична орієнтація, яка може бути детермінована високим рівнем соціальної тривожності, виступатиме як захисний бар'єр, коли недовіра до інших людей дозволяє виправдати власне уникання контактів.

Розроблена нами інтегративна теоретична модель демонструє, що соціальна тривога руйнує «співробітницько-дружній» тип взаємодії, замінюючи

конструктивну впевненість пасивною адаптацією або превентивним скепсисом. Схематично вона представлена на рисунку 1.1.

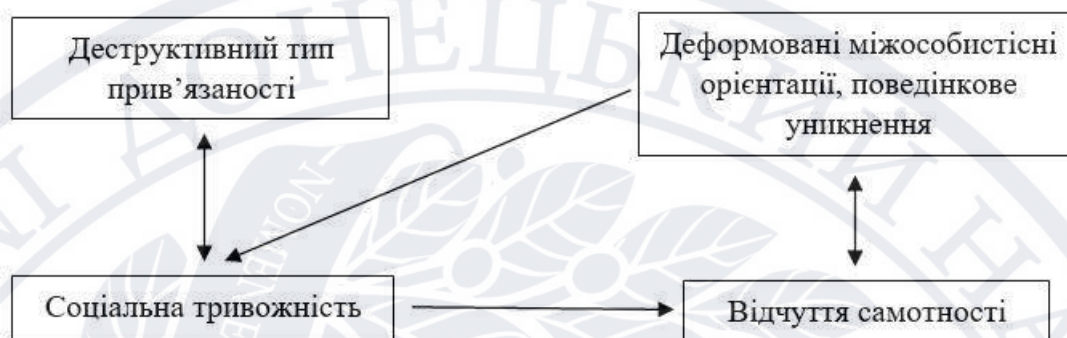


Рис. 1.1. Структурно-функціональна схема впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді.

Інтегративна модель дозволяє нам пояснити генезис деформації стосунків від ранніх порушень емоційного зв'язку через когнітивні фільтри страху оцінки до кінцевих поведінкових актів підпорядкування чи відчуження. У другому розділі цієї роботи ми здійснюємо спробу емпіричної перевірки наших припущень.

Висновки до першого розділу

У результаті теоретичного аналізу ми конкретизували визначення суті поняття «соціальна тривожність», розглянули її структуру та специфіку деструктивного впливу на міжособистісну взаємодію студентської молоді. Перш за все зауважимо, що соціальна тривожність є складним та багатограним психологічним станом, який інтегрує в собі когнітивні, емоційно-фізіологічні та поведінкові компоненти. Встановлено, що фундаментом цього феномену є ірраціональні переконання особистості щодо власної соціальної некомпетентності, які поєднуються з постійним очікуванням негативної оцінки з боку оточуючих та вираженими соматичними проявами стресу в ситуаціях публічності.

Розроблена нами в межах дослідження інтегративна теоретична модель дає змогу продемонструвати, що соціальна тривожність виступає потужним деформатором міжособистісних стосунків. Вона провокує суттєве спотворення процесів комунікації, де індивід замість природної та щирої взаємодії з партнером вимушений фокусуватися на тотальному «керуванні враженнями» та моніторингу власних помилок, що призводить до глибокого виснаження емоційної сфери. Крім цього, на теоретичному рівні осмислення нами встановлений стійкий взаємозв'язок соціальної тривожності з деструктивними типами прив'язаності (тривожним та типом уникнення) і суб'єктивним відчуттям самотності, що разом створюють замкнене коло соціальної дезадаптації: страх оцінки веде до уникання, а уникання – до ізоляції та підкріплення первинного страху.

Отже, соціальна тривожність постає багатофакторним феноменом, який не лише суттєво обмежує якість міжособистісних контактів, а й стає перешкодою для гармонійного становлення «Я-концепції» студента. Осмислення теоретичних засад цієї проблеми дозволяє стверджувати, що вона потребує подальшого емпіричного дослідження, результати якого стануть основою для розробки ефективних методів психологічної діагностики, консультування та комплексної допомоги студентській молоді у налагодженні здорових соціальних зв'язків.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

2.1. Характеристика вибірки та опис етапів дослідження психологічних особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді

У результаті теоретичного аналізу проблематики нами обґрунтована важливість вивчення соціальної тривожності як ключового чинника, що здатний деформувати міжособистісні стосунки та ускладнювати соціально-психологічну адаптацію студентської молоді в умовах сучасної суспільної невизначеності. Крім цього, нами виокремлено діагностичні критерії дослідження та етапи його реалізації, а саме:

- *перший етап* полягав у формуванні комплексу психодіагностичних методик для виявлення рівнів соціальної тривожності, суб'єктивного відчуття самотності, стилів прив'язаності та специфіки міжособистісних взаємин у респондентів;
- на *другому етапі* було реалізоване емпіричне дослідження в онлайн форматі за допомогою Google-форм, участь в якому взяли 187 здобувачі вищої освіти 1-4 курсів ОС бакалавра. Детальна характеристика вибірки буде представлена далі;
- *третій етап* передбачав кількісний та якісний аналіз отриманих результатів за допомогою методів математично-статистичної обробки даних, а також розробку практичних рекомендацій щодо психокорекції соціальної тривожності у студентів.

Опис та обґрунтування обраних нами методів дослідження представлений у параграфі 2.2. цього розділу. З огляду на обсяг вибірки дослідження розглянемо детальніше її характеристики.

Вибірку емпіричного дослідження склали 187 респондентів-здобувачів вищої освіти 1-4 курсів освітнього ступеня бакалавра Донецького національного університету імені Василя Стуса (143 особи) та Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (44 особи). В опитуванні взяли участь студенти різних спеціальностей гуманітарного, соціально-поведінкового, педагогічного, економічного та природничого спрямування, що забезпечило достатню варіативність вибірки та створило можливість для отримання більш репрезентативних результатів щодо досліджуваного феномену. Вік респондентів варіювався від 17 до 21 року, що відповідає типовому віковому діапазону студентської молоді бакалаврського рівня підготовки.

Аналіз професійного спрямування учасників дослідження засвідчив, що найбільшу частку вибірки становили здобувачі спеціальності С4 «Психологія» – 52 особи, що складає 27,8 % від загальної кількості респондентів. Дещо меншою була група студентів спеціальності В11.01 «Українська мова і література» – 45 осіб (24, 1 %). Значну частину вибірки також склали здобувачі спеціальності А4.01 «Середня освіта (українська мова і література)» – 44 особи (23,5 %). Представники спеціальності С7 «Журналістика» налічували 18 осіб, що становить 9,6 % вибірки. Студенти спеціальності С1 «Економіка та міжнародні економічні відносини» були представлені у кількості 10 осіб (5,3 %), а спеціальності Е1 «Біологія та хімія» – 9 осіб (4,8 %). Найменш чисельними у вибірці виявилися здобувачі спеціальностей D8 «Право» – 5 осіб (2,7 %) та В9 «Історія та археологія» – 4 особи (2,1 %). Таким чином, структура вибірки демонструє переважання студентів гуманітарного та соціально-поведінкового профілю, що є характерним для досліджень, пов'язаних із психологічною та соціальною проблематикою. Детальний розподіл за спеціальності представлений у таблиці 2.1., а їхнє відсоткове співвідношення на рисунку 2.1.

Таблиця 2.1. – Розподіл студентів за спеціальностями

Шифр та назва спеціальності	Кількість осіб за курсами	Всього осіб
С4 «Психологія»	2 курс – 22 особи, 3 курс – 28 осіб, 4 курс – 2 особи	52 особи
В11.01 «Українська мова і література»	1 курс – 20 осіб, 2 курс – 6 осіб, 3 курс – 10 осіб, 4 курс – 9 осіб	45 осіб
А4.01 «Середня освіта (українська мова і література)»	1 курс – 16 осіб, 2 курс – 10 осіб, 3 курс – 13 осіб, 4 курс – 5 осіб	44 особи
С7 «Журналістика»	1 курс – 8 осіб, 2 курс – 1 особа, 3 курс – 9 осіб	18 осіб
С1 «Економіка та міжнародні економічні відносини»	1 курс – 1 особа, 2 курс – 2 особи, 3 курс – 7 осіб	10 осіб
Е1 «Біологія та хімія»	1 курс – 3 особи, 3 курс – 6 осіб	9 осіб
Д8 «Право»	1 курс – 2 особи, 3 курс – 3 особи	5 осіб
В9 «Історія та археологія»	1 курс – 3 особи, 3 курс – 1 особа	4 особи

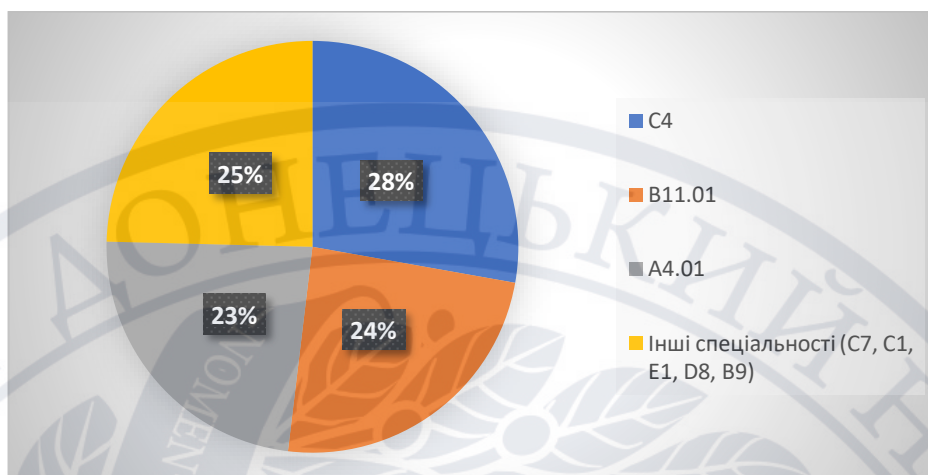


Рис. 2.1. Відсоткове співвідношення респондентів за спеціальностями

Розподіл респондентів за курсами навчання також виявився нерівномірним. Найбільшу групу становили студенти 3 курсу – 77 осіб, що складає 41,2 % загальної вибірки. Студенти 1 курсу були представлені у кількості 53 осіб (28,3 %), тоді як на 2 курсі – 41 респондент (21,9 %). Найменшою за чисельністю виявилася група здобувачів 4 курсу – 16 осіб (8,6 %). Такий розподіл свідчить про переважання у вибірці здобувачів середніх курсів навчання, що можемо пояснити вищою доступністю та активністю студентів цієї категорії у процесі проведення опитування. Відсоткове співвідношення респондентів за курсами представлено на рисунку 2.2.

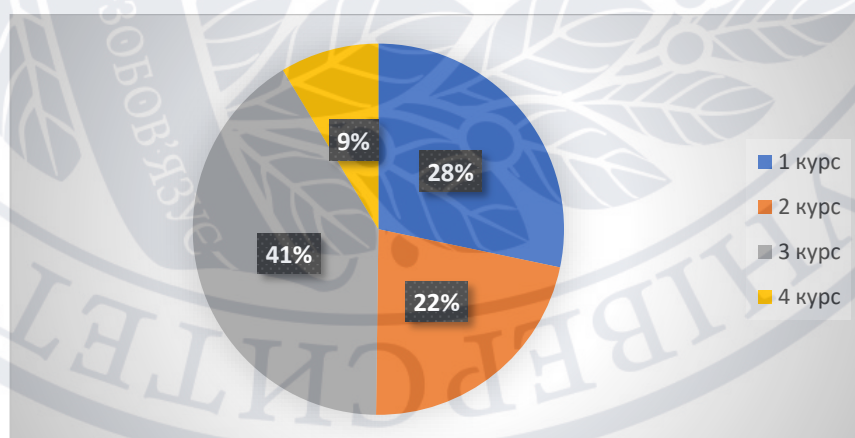


Рис. 2.2. Відсоткове співвідношення респондентів за різними курсами навчання

Вікові межі респондентів (17–21 рік) дозволяють охарактеризувати досліджувану групу як студентську молодь раннього дорослого віку. Саме цей період є важливим етапом особистісного, професійного та соціального становлення, що супроводжується активним формуванням системи цінностей, фахової ідентичності, особливостей міжособистісної взаємодії та психологічної стійкості. У зв'язку з цим залучення до дослідження студентів різних курсів і спеціальностей забезпечує ширше охоплення специфіки прояву досліджуваних властивостей у молодіжному середовищі.

Отже, сформована вибірка є достатньою за обсягом та різноманітною за освітньо-професійними характеристиками, що створює належні умови для проведення емпіричного дослідження та подальшого статистичного аналізу отриманих результатів.

2.2. Обґрунтування психодіагностичного інструментарію дослідження психологічних особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді

Згідно виокремлених діагностичних критеріїв, до яких ми віднесли соціальну тривожність, суб'єктивне відчуття самотності, деструктивні типи прив'язаності та характер міжособистісних стосунків, нами сформований психодіагностичний інструментарій, до якого увійшли:

- питальник SPIN (Social Phobia Inventory) [35] [44] [46];
- шкала самотності UCLA (UCLA Loneliness Scale) [8] [36];
- питальник ECR-R (Experiences in Close Relationships – Revised) [32] [47];
- методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі [14] [24].

Розглянемо діагностичний потенціал кожної із зазначених нами методик більш детально.

Базовим для нашого дослідження став *питальник SPIN (Social Phobia Inventory)*. Це стандартизований психодіагностичний інструмент, розроблений М. Лібовіцом та його колегами у 2000 році для оцінки рівня соціальної тривожності (соціофобії). Вибір цієї методики як основного інструменту вимірювання соціальної тривожності зумовлений її здатністю диференціювати феномен на три складники: фізіологічний (соматичні реакції), когнітивний (страх оцінки) та поведінковий (уникання). Це дозволяє не лише констатувати рівень соціальної тривожності, а й виявити провідний механізм її підтримання у студентів, що є критичним для розуміння деформації їхніх міжособистісних стосунків.

За інструкцією до питальника респондент повинен оцінити кожне з 17 тверджень за п'ятибальною шкалою Лайкерта від 0 до 4, де 0 – «зовсім не турбує», а 4 – «турбує дуже сильно». Максимальна сума балів становить 68, що дозволяє визначити загальний рівень соціальної тривожності (далі СТ):

- від 0 до 20 балів – низький рівень СТ;
- від 21 до 40 балів – помірний рівень СТ;
- від 41 і більше – високий рівень СТ або ймовірна соціальна фобія.

Питальник SPIN широко використовують у клінічній практиці, психодіагностиці та наукових дослідженнях для оцінки динаміки стану пацієнтів у процесі психотерапії чи фармакологічного лікування. Його перевагою є простота застосування, коротка тривалість заповнення (приблизно 5–10 хвилин) і можливість використання як у клінічних, так і у не клінічних вибірках (студенти, підлітки, юнаки) [44][46].

Другою за значущістю для нашого дослідження стала *шкала самотності UCLA (UCLA Loneliness Scale)*, яка також є стандартизованим психодіагностичним інструментом, розробленим Д. Расселом, Л. Пеплау та К. Фергюсон у 1978 році в Каліфорнійському університеті в Лос-Анджелесі для вимірювання суб'єктивного відчуття самотності та соціальної ізольованості.

Шкала є одним із найбільш поширених і валідних методів дослідження самотності у психології.

Основною метою методики є оцінка індивідуального сприйняття недостатності соціальних контактів, невідповідності між бажаними та реальними міжособистісними взаєминами, а також визначення рівня емоційної ізоляції. Початкова версія шкали містила 20 тверджень, які описують різні аспекти соціальної взаємодії, емоційного залучення та почуття відокремленості. Респондент оцінює, як часто він / вона відчуває кожен стан, за чотирибальною шкалою Лайкерта, де 1 – це «ніколи», 2 – «рідко», 3 – «іноді», 4 – «часто».

Сумарний бал варіюється від 20 до 80 і його диференціюють за такими рівнями прояву самотності, як:

- низький рівень самотності – від 20 до 34 балів;
- середній рівень – від 35 до 49 балів;
- високий рівень – від 50 і більше балів [8].

Ця методика обрана нами для оцінки суб'єктивного аспекту соціальної дезадаптації. На відміну від об'єктивної ізоляції, шкала UCLA вимірює невідповідність між бажаною та реальною якістю стосунків. Оскільки соціальна тривожність часто супроводжується відчуттям «відчуженості» навіть у групі, використання цієї методики дозволяє підтвердити роль тривоги як бар'єра для емоційної близькості.

Третім діагностичним інструментом став *тест на тип прив'язаності ECR-R (Experience in Close Relationships – Revised)*, що розроблений К. Бреннан, К. Фрейлі та Ф. Шейвером у 2000 році на основі класичної теорії прив'язаності Д. Боулбі та М. Ейнсфорт. Методика призначена для оцінювання індивідуальних відмінностей у стилях прив'язаності дорослих у контексті близьких міжособистісних стосунків.

ECR-R є удосконаленою версією питальника ECR, яка забезпечує більш високу надійність і валідність вимірювання. Тест містить 36 тверджень, які відображають два основні виміри прив'язаності:

- тривожність – ступінь занепокоєння щодо стабільності та взаємності близьких стосунків, страх відторгнення або можливості бути покинутим іншим;
- уникання – схильність уникати емоційної близькості, залежності від інших і надмірної відкритості у стосунках.

За інструкцією респондентові необхідно оцінити кожне твердження за 7-бальною шкалою, де 1 означає «зовсім не згоден(-а)», а 7 – «повністю згоден(-а)». На основі отриманих результатів визначають домінування одного або обох вимірів, що дозволяє класифікувати типи прив'язаності за чотирма основними стилями:

- безпечна прив'язаність – низький рівень тривожності та уникання;
- тривожна прив'язаність – високий рівень тривожності, низький рівень уникання;
- прив'язаність за типом уникнення – низька тривожність, високе уникання;
- страхітливо-уникаюча прив'язаність – високі показники за обома шкалами.

Тест широко використовують у дослідженнях романтичних стосунків, міжособистісної довіри, соціальної тривожності, емоційної регуляції та самооцінки [47].

Останньою, але не менш важливою у нашому дослідженні, є *методика діагностики міжособистісних взаємин Т. Ліпі (Interpersonal Diagnosis of Personality)*, розроблена у 1957 році. Це класичний психодіагностичний інструмент, призначений для вивчення особливостей міжособистісної поведінки, стилю спілкування та ставлення людини до інших і до самої себе.

Методика ґрунтується на інтерперсональній теорії особистості, відповідно до якої поведінка індивіда у міжособистісній взаємодії може бути описана двома базовими вимірами:

- домінування – підпорядкування;

- дружність – ворожість.

Поєднання цих двох вимірів утворює інтерперсональне коло, яке поділяють на вісім октантів, що описують основні типи соціальної поведінки:

- авторитарно-домінантний;
- егоїстично-агресивний;
- агресивно-конкурентний;
- підозріло-скептичний;
- покірно-залежний;
- залежно-слухняний;
- співробітницький-дружній;
- альтруїстично-відповідальний.

Методика включає 128 тверджень (у скорочених версіях – 64), які респондент оцінює, визначаючи ступінь своєї згоди з ними. Відповіді дозволяють побудувати індивідуальний профіль міжособистісних взаємин – графічну модель, що відображає переважні тенденції поведінки в соціальній взаємодії.

Інтерпретація результатів здійснюється за інтенсивністю вираження кожного октанта, що дає змогу виявити провідний стиль спілкування, ступінь соціальної адаптованості, особливості самосприйняття та ставлення до інших людей. Методику можна застосовувати як у варіанті самооцінки, так і в оцінці іншої особи (наприклад, у діаді «друг–друг», «викладач–студент», «підлеглий–керівник» тощо).

Питальник Т. Лірі широко використовують у психологічному консультуванні, психотерапії, дослідженні міжособистісних стосунків, професійному доборі та вивченні соціально-психологічного клімату в колективі. Завдяки простоті застосування та інформативності ця методика є одним із найпоширеніших інструментів у вивченні міжособистісних стосунків осіб юнацького віку [14].

Під час математично-статистичної обробки отриманих результатів ми послуговувалися методами описової статистики, перевірки на нормальність розподілу значень, кореляційним та порівняльним аналізами. Усі обрахунки нами здійснені за допомогою програмного забезпечення IBM SPSS Statistics (версія 27).

Висновки до другого розділу

У межах другого розділу сформовано та обґрунтовано концептуально-методологічний апарат емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді. Системний підхід до побудови дослідницької процедури дозволив забезпечити репрезентативність, надійність та валідність отриманих результатів на кожному етапі наукового пошуку. Емпіричну базу дослідження склали 187 здобувачів вищої освіти першого-четвертого курсів освітнього ступеня «бакалавр». Структура сформованої вибірки за демографічними, віковими та академічними критеріями повністю відображає специфіку сучасної студентської популяції як особливої соціально-вікової групи, що перебуває на етапі інтенсивної професійної соціалізації та особистісного самовизначення. Дослідницький процес було реалізовано у три послідовні етапи, що включали формування методичного інструментарію, безпосередній збір емпіричних даних в онлайн-форматі за допомогою ліцензованих Google-форм, а також первинне кодування та підготовку масиву даних до комп'ютерної обробки. Для забезпечення всебічної перевірки висунутих гіпотез було сформовано збалансований комплекс психодіагностичних методик, які пройшли ретельну адаптацію та стандартизацію. Провідним інструментом вимірювання центрального конструкту роботи виступила Шкала соціальної тривожності Лібовіца (LSAS-SR), яка дозволила диференціювати рівні вираження страху соціальної взаємодії та публічних виступів. Специфіку інтерперсонального

простору респондентів оцінено за допомогою трьох взаємодоповнюючих методик: Шкали суб'єктивного відчуття самотності (UCLA Loneliness Scale? Версія 3) Д. Рассела, Опитувальника досвіду близьких стосунків (ECR-R) Р. К. Фрейлі, Н. Г. Воллера та К. А. Бреннан для діагностики тривожного й унікаючого стилів романтичної прив'язаності, а також методики діагностики міжособистісних взаємин Т. Лірі, що спрямована на експлікацію восьми провідних поведінкових октантів особистості. Математико-статистичне оброблення первинних даних здійснювалося із застосуванням сучасного програмного пакету статистичного аналізу SPSS Statitics та MS Excel. На основі поперечної перевірки розподілу ознак на нормальність за допомогою критеріїв Колмогорова-Смирнова та Шапіро-Вілка було обгрунтовано вибір методів непараметричної статистики як найбільш адекватних архітектоніці отриманого масиву даних. Сформована математична стратегія містила методи описової статистики (обчислення мір центральної тенденції, частотний та відсотковий аналіз), кореляційний аналіз за коефіцієнтом рангової кореляції Спірмана для вичвлення цільності та напряму зв'язків між змінними, а також непаронормальний порівняльний аналіз із застосуванням критерію Краскела-Уолліса для оцінювання значущості розбіжностей між групами. Розроблений та реалізований методологічний комплекс створив надійне теоретико-методичне підґрунтя для переходу до якісної інтерпретації та змістовного психологічного аналізу результатів у наступному розділі роботи.

РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

3.1. Аналіз результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді

Емпіричне дослідження особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді проведене нами впродовж вересня-жовтня 2025 року. Отримані результати представлені у зведеній таблиці даних у додатку А. Кількісний аналіз даних передбачав здійснення таких математично-статистичних обрахунків:

- аналіз показників за діагностичними шкалами з використанням методів описової статистики (мір центральної тенденції та відсоткового співвідношення);
- перевірка нормальності розподілу значень для коректного підбору критеріїв кореляційного й порівняльного аналізів;
- кореляційний аналіз діагностованих показників;
- порівняння показників респондентів за курсами навчання, спеціальностями та рівнями прояву соціальної тривожності як центральної діагностованої властивості.

На першому етапі статистичного опрацювання результатів нашого емпіричного дослідження, спрямованого на виявлення особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді, було застосовано методи описової (дескриптивної) статистики. Первинною метою даного етапу аналізу виступало встановлення базових параметрів розподілу досліджуваних змінних у загальній вибірці респондентів, яка налічувала $N = 187$ осіб. Усі залучені до дослідження особи є здобувачами вищої освіти денної

форми навчання, що забезпечує високий рівень гомогенності вибірки за віковим цензом (період пізньої юності та ранньої дорослості) та соціальним статусом. Окрім загального зрізу, процедура математико-статистичного аналізу передбачала подальшу поглиблену диференціацію та компаративний аналіз даних із розподілом респондентів за курсами навчання (від першого до четвертого курсу) та за шифрами й напрямками спеціальностей (зокрема, з виокремленням майбутців фахівців у галузі психології та педагогічних наук), що дозволяє відстежити динаміку та специфіку становлення досліджуваних психологічних феноменів у процесі професіоналізації. Для отримання цілісної та всебічної характеристики первинних емпіричних даних для кожної психодіагностичної шкали було розраховано систему статистичних індикаторів, яка включає: середнє арифметичне значення (M) як міру центральної тенденції розподілу; медіану (As) для визначення серединної точки впорядкованої сукупності даних, стійкої до аномальних викидів; стандартне відхилення (SD) як ключовий показник варіативності та міри розсіювання індивідуальних значень навколо центральної тенденції; а також мінімальні (Min) і максимальні (Max) зафіксовані значення, які окреслюють реальний діапазон розмаху ознаки у вибірці студентів. Зведений масив отриманих дескриптивних показників систематизовано й представлено у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1 - Описові статистичні показники досліджуваних змінних для загальної вибірки (N = 187)

Психодіагностична методика та її шкали	Середнє (M)	Медіана (As)	Стандартне відхилення (SD)	Мінімум (Min)	Максимум (Max)
Соціальна тривожність (за SPIN)	17,76	16,00	11,46	0,00	58,00
Суб'єктивна самотність (за UCLA)	36,36	35,00	9,07	20,00	61,00

Тривожність прив'язаності (за ECR-R)	3,14	3,11	0,94	1,06	5,61
Уникнення прив'язаності (за ECR-R)	2,45	2,39	0,76	1,00	4,89
Октанти міжособистісних взаємин (за Т. Лірі):					
I. Авторитарний	9,45	9,00	3,36	1,00	16,00
II. Егоїстичний	7,12	7,00	2,87	0,00	15,00
III. Агресивний	7,84	8,00	2,98	1,00	15,00
IV. Підозрілий	6,92	6,00	3,11	0,00	15,00

Аналіз усереднених емпіричних даних, отриманих у ході тестування за методикою SPIN (Social Phobia Inventory), дозволяє стверджувати, що для переважної більшості досліджуваної студентської молоді притаманний помірний рівень прояву соціальної тривожності. Розраховано середнє значення, яке становить $M = 17.76$ балів, при цьому значення медіани фіксується на позначці $As = 16.00$ балів. Оскільки тестовий інструментарій SPIN передбачає інтерпретацію балів у межах від 0 до 20 як індикатора низької (нормативної) тривожності, а показники від 21 до 40 свідчать про наявність помірно вираженої соціальної тривожності, отримані результати вказують на те, що усереднений показник вибірки перебуває у верхній межі нормативного розподілу з чіткою тенденцією до зсуву в зону помірного напруження.

Важливо відзначити високий рівень індивідуальної варіативності ознаки, що підтверджується значною величиною стандартного відхилення ($SD = 11.46$) та екстремальними значеннями, де мінімальний бал становить $Min = 0.00$, а максимальний сягає $Max = 58.00$ балів із можливих 68. Наявність респондентів із настільки високими балами свідчить про присутність у студентському середовищі осіб із вираженими дезадаптивними проявами соціальної

тривожності, які за своєю структурою межують із клінічними ознаками соціальної фобії.

Така специфіка розподілу балів за методикою SPIN знаходить своє глибоке теоретичне та психологічне обґрунтування в контексті вікових завдань розвитку особистості. Юнацький вік традиційно розглядається в психологічній науці як період інтенсивної соціалізації, макросоціальної інтеграції та активного пошуку власної ідентичності і референтного статусу в новому академічному середовищі вищої школи. Входження до студентського соціуму супроводжується кардинальною зміною звичного мікросоціального оточення, руйнацією старих підтримуючих зв'язків та необхідністю самостійного конструювання системи інтерперсональних взаємин із викладачами й однокурсниками. Потреба в самопрезентації, прагнення отримати позитивне схвалення з боку однолітків, а також страх перед можливим публічним знеціненням або критикою в процесі семінарських занять, іспитів та публічних виступів закономірно зумовлюють зростання психоемоційного напруження.

Помірний рівень соціальної тривожності у студентів виступає певною мірою нормативною реакцією адаптаційного періоду, що віддзеркалює високу особистісну значущість успішності соціальної інтеграції та формування професійної ідентичності.

Паралельно із вивченням соціальної тривожності було здійснено описовий аналіз суб'єктивного відчуття самотності за шкалою UCLA (University of California, Los Angeles Loneliness Scale). Усереднений емпіричний показник за цією методикою у загальній вибірці становить $M = 36.36$ балів, а медіанне значення дорівнює $A_s = 35.00$ балів. Відповідно до нормативних ключів методики UCLA, де діапазон від 20 до 34 балів кваліфікується як низький рівень самотності, а від 35 до 49 балів — як середній, отримані дані переконливо свідчать, що показники студентів чітко тяжіють до помірного (середнього) рівня. Стандартне відхилення на рівні $SD = 9.07$ при загальному розмаху від $Min = 20.00$ до $Max = 61.00$ балів вказує на відносну стабільність і згуртованість вибірки

навколо центрального значення, хоча присутність максимального значення у 61 бал демонструє наявність студентів, які переживають глибоку, хронічну ізоляцію та відчуженість від групової динаміки.

Отриманий середній рівень суб'єктивної самотності фіксує надзвичайно високу чутливість сучасної студентської молоді до об'єктивної якості та глибини їхніх комунікативних і міжособистісних зв'язків. Перебуваючи у просторі академічної взаємодії, студенти нерідко стикаються із ситуацією фрустрації потреби в глибокому, інтимно-особистісному спілкуванні. Формальний характер щоденних контактів у стінах університету, висока інтенсивність інформаційного навантаження та поширення опосередкованих цифрових комунікацій (соціальні мережі, месенджери) створюють ілюзію включеності, проте часто позбавлені емоційного тепла, взаєморозуміння та автентичності.

Середній рівень самотності відбиває внутрішній стан студента, за якого кількісний аспект спілкування може повністю задовольнятися, але суб'єктивно оцінювана якість цих взаємин є дефіцитарною. Студенти виявляють гостру потребу в емоційній підтримці та прийнятті, і будь-яка невідповідність між реальним станом міжособистісних стосунків та внутрішнім ідеальним очікуванням породжує хворобливе відчуття самотності, що виступає потужним чинником дестабілізації загального психологічного благополуччя особистості.

Важливим вектором нашого аналізу стало дослідження параметрів емоційної прив'язаності у здобувачів за методикою ECR-R (Experiences in Close Relationships-Revised), яка диференціює дві фундаментальні суверенні координати особистості: «тривожність прив'язаності» та «уникнення прив'язаності». Емпіричний аналіз показав, що за шкалою тривожності прив'язаності середнє значення становить $M = 3.14$ балів ($SD = 0.94$; $Min = 1.06$; $Max = 5.61$), а за шкалою уникнення прив'язаності - $M = 2.45$ балів ($SD = 0.76$; $Min = 1.00$; $Max = 4.89$). Відповідно до методологічних критеріїв, бали нижче 3.5 свідчать про умовно низький рівень вираження ознаки, що корелює з надійними паттернами поведінки, проте детальний розгляд індивідуальних профілів та

конфігурацій цих показників унаочнює суттєву внутрішню неоднорідність (гетерогенність) вибірки.

Незважаючи на те, що усереднені тренди схиляються до показників психологічної норми, значна частина досліджуваної вибірки виявляє чітко структуровані ознаки тривожного та унікального типів прив'язаності. Особи з високим рівнем тривожності прив'язаності (значення яких наближаються до максимуму $Max = 5.61$) характеризуються хронічною занепокоєністю щодо надійності, доступності та щирості своїх партнерів по спілкуванню. Вони постійно шукають зовнішнього підтвердження своєї цінності, демонструють надмірну емоційну залежність від думки оточуючих та схильні гіперболізувати загрози відторгнення або розриву стосунків.

З іншого боку, студенти з вираженими ознаками уникнення прив'язаності (максимальне значення $Max = 4.89$) прагнуть до компульсивної самодостатності, свідомо обмежують глибину емоційного зближення, використовують дистанціювання як основний захисний механізм і демонструють недовіру до щирості намірів інших людей.

Наявність вагомого відсотка осіб із ненадійними (тривожними та унікальними) ментальними моделями прив'язаності безпосередньо детермінує виникнення, ескалацію та деструктивний перебіг інтерперсональних конфліктів у студентських групах. Будь-яка ситуація групової взаємодії, яка вимагає кооперації, взаємної довіри та делегування відповідальності, стає тригером для активізації захисних комплексів, породжуючи або нав'язливий контроль і претензії (у випадку тривожного типу), або холодну ізоляцію та ігнорування спільної діяльності (у випадку унікального типу).

Для отримання максимально деталізованого психологічного портрета інтерперсональної сфери студентів було проаналізовано показники восьми октантів міжособистісних взаємин за методикою Т. Лірі. Аналіз середніх значень дозволяє виявити домінуючі вектори соціальної поведінки молоді. Найвищі бали зафіксовано за шкалою VIII — «Альтруїстичний тип» ($M = 9.88$, $SD = 2.79$) та

шкалою VII — «Доброзичливий тип» ($M = 9.51$, $SD = 2.86$). Такі результати вказують на те, що в цілому студентська молодь орієнтована на просоціальні форми взаємодії, виявляє готовність до співпраці, конформність у позитивному розумінні, прагнення допомагати оточуючим та підтримувати гармонійні стосунки. Також відносно високим є показник октанту I — «Авторитарний тип» ($M = 9.45$, $SD = 3.36$), що віддзеркалює природне для студентського віку прагнення до лідерства, самоствердження, виявлення стійкості власної позиції та незалежності думок.

Водночас показники за дезадаптивними та захисними октантами розподілилися наступним чином: «Агресивний тип» (шкала III) має середнє значення $M = 7.84$ ($SD = 2.98$), «Залежний тип» (шкала VI) - $M = 7.65$ ($SD = 2.74$), «Підпорядкований тип» (шкала V) - $M = 7.18$ ($SD = 3.02$), «Егоїстичний тип» (шкала II) - $M = 7.12$ ($SD = 2.87$), і найнижчий середній показник виявлено за шкалою IV - «Підозрілий тип» ($M = 6.92$, $SD = 3.11$). Варто наголосити, що нормативні гармонійні показники за кожним октантом мають перебувати в межах від 0 до 8 балів, тоді як бали від 9 до 12 свідчать про екстремальність, а від 13 до 16 - це індикатор патологічної деформації поведінки.

Таким чином, усереднені профілі за шкалами Т. Лірі у нашій вибірці перебувають у межах адаптивної норми, проте високі значення стандартних відхилень та досягнення максимальних меж ($Max = 15.00$ - 16.00 балів) абсолютно в усіх октантах свідчать про глибоку індивідуально-психологічну диференціацію студентів. Частина молоді виявляє виражену тенденцію до дезадаптації, яка може проявлятися або у формі надмірної підкорюваності, пасивності та безпорадної залежності від думки групи, або через призму егоцентризму, агресивної експансії та вираженої підозрілості до соціального оточення, що тісно переплітається з механізмами компенсації внутрішньої соціальної тривожності.

У підсумку, проведений первинний дескриптивний аналіз емпіричного матеріалу заклав надійне підґрунтя для подальшого багатомірного статистичного аналізу (кореляційного, порівняльного та регресійного) і дозволив

окреслити загальну картину психологічного стану студентства, що характеризується помірною вираженістю соціальної тривожності, чутливістю до проявів самотності та наявністю прихованих внутрішніх суперечностей у структурі близьких взаємин та паттернів поведінки.

За результатами аналізу міжособистісних позицій за Т. Лірі, домінуючими тенденціями у поведінці студентів є прагнення до доброзичливості та співпраці, хоча в окремих субгрупах чітко простежуються адаптивні чи дезадаптивні прояви підпорядкованості та залежності. Переважна орієнтація респондентів на показники октанту VII («Доброзичливий») та октанту VIII («Альтруїстичний») свідчить про високу соціальну спрямованість сучасної студентської молоді на інтегративні, неконфліктні та консенсусні стратегії взаємодії. Це виражається у гнучкості комунікативних дій, прагненні до встановлення гармонійних інтерперсональних зв'язків та переважанні позитивного емоційного фону під час групової діяльності.

Водночас ретельна диференціація індивідуальних профілів дозволяє виявити виражену неоднорідність вибірки за шкалами підпорядкованості (октант V) та залежності (октант VI). Встановлено, що за помірних балових значень (від 4 до 8 балів) дані тенденції носять конструктивний, адаптивний характер, виступаючи передумовою для успішної конформної поведінки в межах нормативних вимог академічного середовища. Такі студенти демонструють високу виконавську дисципліну, повагу до субординації та здатність ефективно працювати під керівництвом лідера.

Проте у субгрупах студентів з високими показниками за даними октантами (понад 9–12 балів) виявляються дезадаптивні форми міжособистісної взаємодії. Вони маніфестують у вигляді тотальної комунікативної пасивності, вираженої безпорадності, схильності до психологічного злиття із групою, надмірної потреби в постійній зовнішній підтримці («значущих Інших») та нездатності до самостійного прийняття рішень через гіпертрофований страх міжособистісного відторгнення або критики.

Для глибокого розуміння внутрішніх детермінант, що впливають на формування зазначених інтерперсональних позицій та комунікативних бар'єрів особистості, виникла необхідність детального дослідження феноменології емоційних розладів у комунікативній сфері респондентів. Провідним параметром емоційного неблагополуччя особистості в межах нашого аналізу виступає соціальна тривожність, яка розглядається як інтегральний когнітивно-афективний комплекс, пов'язаний із постійним очікуванням негативного оцінювання з боку соціуму та прагненням до ізоляції. Кількісні та якісні параметри поширеності даного феномену в досліджуваній групі було визначено за допомогою шкали соціальної тривожності (SPIN).

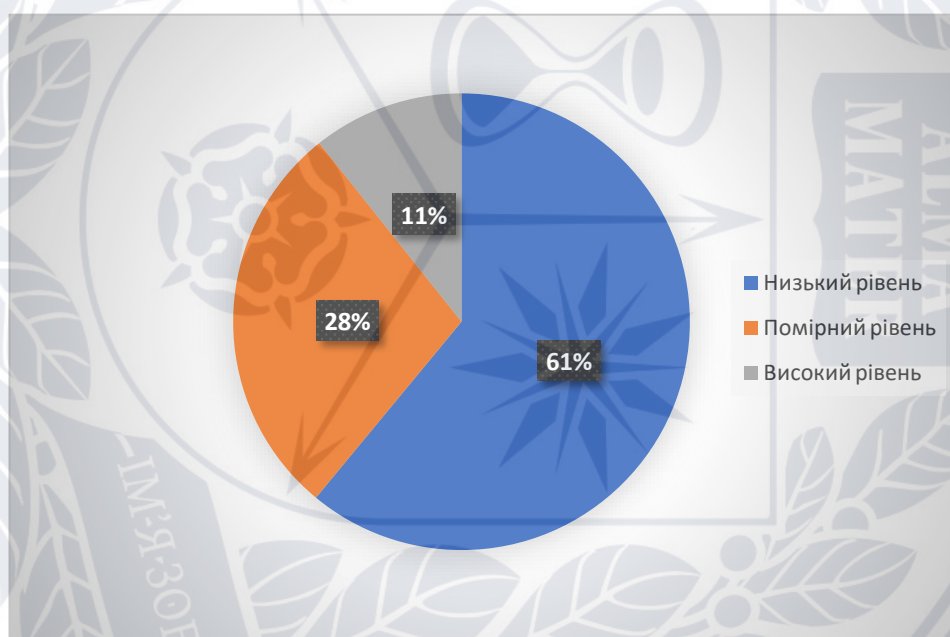


Рис. 3.1. Відсотковий розподіл респондентів за рівнем соціальної тривожності

Аналіз та інтерпретація емпіричних даних, представлених на рисунку 3.1, дозволяють здійснити детальний якісний опис структури вибірки респондентів за критерієм вираження соціальної тривожності. Отриманий розподіл свідчить, що переважна більшість досліджуваних студентів – 114 осіб, що становить 61,0 % від загального обсягу емпіричної вибірки, демонструє низький рівень

соціальної тривожності (інтервал від 0 до 20 балів). Даний результат ілюструє нормативне функціонування емоційної та адаптаційної систем особистості особи, вказуючи на те, що більша частина студентства володіє стабільними психологічними механізмами подолання стресу в ситуаціях публічного оцінювання. Такі особи характеризуються впевненістю в процесі комунікації, низькою фіксацією на власних помилках, відкритістю до нового досвіду та здатністю ефективно репрезентувати власні знання й комунікативні навички перед широкою аудиторією, зокрема під час семінарських занять, наукових конференцій та міжособистісних дискусій.

Помірний рівень соціальної тривожності, що локалізується в діапазоні від 21 до 40 балів, зафіксовано у 53 студентів, що складає 28,3 % досліджуваної генерації. Ця субгрупа репрезентує зону потенційного латентного ризику адаптаційного порушення. За умов стабільного, звичного та емоційно безпечного середовища дані студенти демонструють цілком продуктивну комунікативну поведінку, успішно інтегруючись у мікросоціальні зв'язки навчальної групи. Проте під впливом стресових тригерів, ситуацій невизначеності, інтенсивного соціального контролю (під час складання іспитів, захисту курсових робіт чи взаємодії з деструктивними авторитетними фігурами) у них спостерігається різке зростання внутрішньої психоемоційної напруги. Воно супроводжується когнітивними румінаціями (нав'язливими думками про ймовірну невдачу або власну комунікативну некомпетентність), почуттям ніяковості та помірними вегетативними реакціями, що може призводити до ситуативного зниження ефективності діяльності.

Особливе науково-практичне значення для нашого дослідження має виявлення групи студентів із високим рівнем соціальної тривожності, кількість яких становить 20 осіб (10,7 % від загальної вибірки, з балом 41 і більше за шкалою SPIN). Такий показник свідчить про глибокі дезадаптивні зміни в емоційній сфері особистості цих респондентів. Висока соціальна тривожність у цій групі набуває рис стійкої особистісної властивості, яка тотально деформує

міжособистісний простір студента. Психологічна структура цього стану характеризується хронічним очікуванням неприйняття та осуду оточуючими, вираженою схильністю до гіперболізації власних промахів, постійним почуттям сорому та активним застосуванням поведінкових копінг-стратегій, що базуються на жорсткому уникненні будь-яких контактів. Для цієї категорії студентів публічний простір університету виступає як джерело перманентної загрози для стабільності «Я-концепції», що спонукає їх до самоізоляції, суттєво обмежує їхню академічну успішність через відмову від усних відповідей та блокує процеси успішної соціалізації в колективі.

Порівняльний зріз за курсами навчання дозволяє відзначити деяку динаміку: показники соціальної тривожності мають тенденцію до вищої концентрації на молодших курсах (особливо на 1 курсі), що пов'язано з кризою адаптації до умов вищої школи та оновленням референтного кола спілкування. На старших курсах спостерігається певна стабілізація емоційного стану та зниження показників уникнення близьких стосунків. Для верифікації цих тенденцій нами було проаналізовано середні значення та показники варіативності за курсами навчання.

Математико-статистичний аналіз первинної матриці результатів дозволив встановити такі емпіричні профілі за роками навчання:

На першому курсі ($N = 53$) зафіксовано найвищі середні показники соціальної тривожності за шкалою SPIN ($M = 23,02$ балів при стандартному відхиленні $SD = 13,56$), а також підвищений рівень суб'єктивного відчуття самотності за шкалою UCLA ($M = 38,72$; $SD = 9,33$) та виражену тривожність у близьких стосунках за методикою ECR-R ($M = 3,46$; $SD = 1,14$). Це безпосередньо підтверджує, що етап первинного входження в систему вищої освіти супроводжується вираженим психоемоційним напруженням. Першокурсники перебувають у стані нормативної адаптаційної кризи, зумовленої руйнацією попередніх соціальних стереотипів, необхідністю адаптуватися до нових організаційних форм навчання в університеті та форсовано формувати нове

референтне коло спілкування з однолітками та викладачами. Острах не пройти групову індукцію та бути знехтуваним новим колективом детермінує високу концентрацію тривожних проявів на цьому етапі.

На другому курсі ($N = 41$) спостерігається специфічна стабілізація показників: середня оцінка соціальної тривожності дещо знижується до рівня $M = 20,44$ балів ($SD = 11,04$), проте показники самотності залишаються порівняно високими ($M = 37,22$; $SD = 11,26$), а рівень уникнення близькості за ECR-R становить $M = 2,54$ бали ($SD = 0,93$). Даний етап відображає перехідний період, коли первинна гостра фаза адаптації вже завершилася, але процеси інтеграції в мікросоціальні структури ще не досягли повної гармонізації, що змушує студентів утримувати певну дистанцію у міжособистісній взаємодії.

На третьому курсі ($N = 77$), який є найбільш чисельно представленим у нашій вибірці, фіксується сталий адаптивний тренд: середній бал соціальної тривожності становить $M = 20,43$ ($SD = 11,76$), показник самотності знижується до $M = 34,92$ ($SD = 10,69$), а параметри прив'язаності демонструють збалансованість (тривожність $M = 3,21$, уникнення $M = 2,42$). Це свідчить про успішну інтеграцію студентів-третьоккурсників у соціокультурне та професійне середовище закладу вищої освіти, сформованість сталих дружніх та партнерських субгруп та набуття конструктивного досвіду подолання комунікативних труднощів.

На четвертому курсі ($N = 16$) відзначається найбільш виражена позитивна емоційна динаміка: рівень соціальної тривожності опускається до свого мінімального середнього значення у вибірці - $M = 19,13$ балів ($SD = 13,01$), а показник уникнення близьких стосунків досягає відмітки $M = 2,17$ ($SD = 0,93$). Зниження показників уникнення близькості на випускному курсі відображає закономірності онтогенетичного розвитку в період пізньої юності, коли провідною особистісною потребою стає побудова глибоких, довірчих, автентичних інтимно-особистісних та партнерських стосунків. Набута

особистісна зрілість дозволяє старшокурсникам долати захисні психологічні бар'єри та впевнено взаємодіяти у професійній та особистісній сферах.

Аналогічно, аналіз за профілем навчання вказує на те, що студенти-психологи демонструють дещо вищі рівні рефлексії та схильності до вибору доброзичливих та альтруїстичних стратегій у взаємодії, тоді як у студентів інших гуманітарних спеціальностей частіше фіксуються помірні рівні уникнення, зумовлені структурою навчального процесу.

Диференціація емпіричних даних за критерієм напряму професійної підготовки виявила суттєву специфіку психологічних профілів респондентів різних спеціальностей:

Студенти спеціальності «Психологія» (шифр С4, N = 52) демонструють помірні показники соціальної тривожності ($M = 21,37$ балів при $SD = 13,67$) та середні рівні самотності за UCLA ($M = 37,29$; $SD = 11,27$). Особливістю цієї підвибірки є виражена орієнтація на показники шкал міжособистісної взаємодії за Т. Лірі, що відповідають за альтруїстичність ($M = 8,87$; $SD = 2,90$) та доброзичливість ($M = 8,63$; $SD = 2,47$). Це безпосередньо вказує на те, що майбутні психологи мають високий рівень розвитку професійно важливих якостей, таких як емпатія, комунікативна толерантність, здатність до активного слухання та схильність до надання психологічної підтримки оточуючим. Високий рівень особистісної рефлексії, що формується в процесі засвоєння психологічних дисциплін, дозволяє їм більш усвідомлено підходити до аналізу власних емоційних станів та обирати конструктивні, людиноцентровані стратегії взаємодії.

У студентів спеціальності «Середня освіта (Українська мова та література)» (шифр А4.01, N = 44) зафіксовано середній бал соціальної тривожності на рівні $M = 22,25$ ($SD = 12,28$), тоді як рівень самотності складає $M = 36,45$ ($SD = 9,33$). Їхній інтерперсональний профіль характеризується дещо вищими показниками за шкалами авторитарності ($M = 10,25$; $SD = 3,47$) та підпорядкування ($M = 7,30$; $SD = 2,69$). Така специфіка може бути зумовлена

специфікою майбутньої професійної діяльності вчителя, яка вимагає поєднання нормативного контролю, вміння утримувати дисципліну та водночас чітко слідувати регламентованим навчальним програмам і стандартам, що накладає відбиток на їхні повсякденні поведінкові паттерни.

Студенти напряму «Українська мова та література» (шифр B11.01, N = 45) характеризуються середнім рівнем соціальної тривожності $M = 20,42$ балів ($SD = 11,54$) та показником самотності $M = 35,42$ ($SD = 10,50$). Водночас показники уникнення близьких стосунків за ECR-R становлять у них $M = 2,42$ бали ($SD = 0,91$). Це свідчить про наявність у студентів-філологів помірних тенденцій до уникнення надмірно близьких емоційних контактів, що може виступати своєрідним захисним механізмом в умовах інтенсивного текстоцентричного навчання, яке передбачає великий обсяг індивідуальної, відстороненої когнітивної роботи та занурення у внутрішній світ художніх образів, що дещо знижує потребу у форсованій зовнішній комунікації.

Група студентів інших спеціальностей (N = 46) виявила середній рівень соціальної тривожності $M = 19,43$ балів ($SD = 10,48$) та показники самотності $M = 35,39$ ($SD = 10,87$), демонструючи найбільш наближені до середньовибіркової норми параметри емоційного та комунікативного функціонування.

Для перевірки гіпотези про існування стійких, статистично достовірних зв'язків між рівнем соціальної тривожності та показниками міжособистісної взаємодії, особливостями перцепції інтерперсонального простору, а також типами емоційної прив'язаності особистості було проведено кореляційний аналіз за коефіцієнтом рангової кореляції К. Спірмена (додаток В). Вибір саме цього непараметричного методу математико-статистичної обробки даних зумовлений потребою виявлення латентних інтеркореляційних залежностей між метричними та порядковими змінними без обов'язкової вимоги щодо суворого дотримання закону нормального розподілу ознак у вибірці (додаток Б).

Цей етап аналізу дозволив вийти за межі простих описових характеристик та перейти до виявлення структурно-функціональних закономірностей, що визначають деструктивний вплив соціально-тривожних станів на якість і спрямованість комунікативного потенціалу студентської молоді. Отримані в результаті математичного розрахунку емпіричні значення коефіцієнтів кореляції та рівнів їхньої статистичної значущості (p) зведено у підсумкову матрицю (таблиця 3.2).

Таблиця 3.2 – Кореляційні зв'язки соціальної тривожності з параметрами міжособистісних стосунків (за Спірменом).

Психологічний показник (змінна)	Коефіцієнт кореляції з соціальною тривожністю (r_s)	Рівень статистичної значущості (p)	Характер та сила виявленого зв'язку
Суб'єктивна самотність (UCLA)	0,482	$< 0,001$	Прямий (позитивний), помірної сили
Тривожність прив'язаності (ECR-R)	0,391	$< 0,001$	Прямий (позитивний), помірної сили
Уникнення прив'язаності (ECR-R)	0,314	0,002	Прямий (позитивний), помірної сили
Октанти взаємин за Т. Лірі:			
IV. Підозрілий	0,287	0,014	Прямий (позитивний), слабкий зв'язок
V. Підпорядкований	0,325	0,001	Прямий (позитивний), помірної сили
VI. Залежний	0,364	$< 0,001$	Прямий (позитивний), помірної сили
VII. Доброзичливий	-0,214	0,032	Зворотний (негативний), слабкий зв'язок
VIII. Альтруїстичний	-0,132	0,073	На рівні статистичної тенденції

Якісний аналіз та системна інтерпретація отриманої кореляційної матриці дозволили виявити низку стійких, психологічно обґрунтованих закономірностей, що розкривають внутрішню динаміку дезадаптивних станів студентської молоді:

Між показниками емоційного напруження за шкалою соціальної тривожності (SPIN) та індексами ізоляції за методикою UCLA виявлено прямий, помірної сили, високозначущий позитивний статистичний зв'язок ($r_s = 0,482$ при $p < 0,001$). Дана кореляційна залежність є найбільш потужною у представленій матриці, що вказує на наявність стійкого деструктивного когнітивно-поведінкового циклу в життєдіяльності індивіда. На теоретико-психологічному рівні цей зв'язок емпірично підтверджує гіпотезу, згідно з якою прогресуюче посилення страху перед оцінюванням з боку соціуму виступає первинним блокуючим чинником комунікативної активності респондентів.

Особистість, що відчуває високу соціальну тривожність, перебуває в перманентному стані когнітивного навантаження: вона схильна переоцінювати ймовірність комунікативної невдачі, виявляє надмірну фіксацію на потенційній критиці чи глузуваннях, інтерпретує нейтральні соціальні стимули як ворожі або зневажливі. Задля захисту власної нестабільної «Я-концепції» від передбачуваної травматизації такі студенти починають активно застосовувати захисні копінг-стратегії, провідною серед яких постає жорстке поведінкове уникнення.

Вони свідомо мінімізують контакти, відмовляються від відвідування публічних чи неформальних заходів, обмежують коло взаємодії лише перевіреними особами або повністю ізолюються від соціуму. Проте уникнення соціальних ситуацій, вирішуючи миттєве завдання зниження тривоги, у довгостроковій перспективі призводить до тотального дефіциту глибоких, довірчих інтерперсональних контактів. Як наслідок, вимушена або захисна самоізоляція безпосередньо трансформується у стійке, хронічне переживання суб'єктивного відчуття самотності, відчуженості та непотрібності, що суттєво

знижує загальну якість психічного здоров'я та суб'єктивного благополуччя особистості.

Проведений математичний аналіз дозволив зафіксувати наявність статистично значущих, прямих позитивних кореляцій між соціальною тривожністю та обома базовими вимірами індивідуальної моделі прив'язаності особистості:

- з параметром «Тривожність прив'язаності» ($r_s = 0,391$ при $p < 0,001$);
- з параметром «Уникнення прив'язаності» ($r_s = 0,314$ при $p = 0,002$).

Виявлена архітектоніка взаємозв'язків дозволяє стверджувати, що соціальна тривожність корениться у базових ментальних моделях «Я» та «Інші», які формуються на ранніх етапах онтогенезу і структурують подальшу емоційну взаємодію суб'єкта. Позитивний зв'язок із чинником тривожності прив'язаності ($r_s = 0,391$) свідчить про те, що студенти з високим рівнем соціальної тривожності гостро відчувають внутрішню невпевненість у стабільності, тривалості та автентичності партнерських та дружніх стосунків. Вони мають негативну модель «Я» (сприймають себе як малоцінних, нецікавих, негідних любові осіб) та позитивну модель «Інших» (наділяють оточуючих силою, авторитетом та правом судити). Це провокує розвиток гіперреактивації емоційних систем захисту: виникає перманентна, хвороблива потреба в отриманні зовнішнього підтвердження власної значущості, схвалення та емоційної підтримки з боку інших. Будь-яке ситуативне відхилення у поведінці партнера трактується ними як загроза відторгнення, що багаторазово посилює загальну соціальну тривогу.

З іншого боку, прямий зв'язок із виміром уникнення прив'язаності ($r_s = 0,314$) ілюструє альтернативний, але комплементарний механізм емоційної регуляції. Студенти з вираженою соціальною тривожністю паралельно вибудовують потужні захисні психологічні бар'єри дистанціювання від оточуючих. Намагаючись упередити потенційний біль від можливого неприйняття або зради, вони декларують псевдоавтономію, свідомо обмежують

глибину емоційного саморозкриття, блокують встановлення інтимної близькості та утримують значну психологічну дистанцію у міжособистісній взаємодії. Таким чином, соціально тривожний студент опиняється у стані внутрішньопсихічного конфлікту: він відчуває гостру потребу в емоційному теплі та визнанні, але водночас панічно боїться зближення, сприймаючи його як ситуацію високої вразливості, що веде до дезадаптації.

Вкрай евристичними постають результати дослідження взаємозв'язків між соціальною тривожністю та структурними октантами інтерперсонального діагностування за Т. Лірі. Змінна соціальної тривожності виявила диференційовану систему зв'язків, яка чітко описує специфіку комунікативного стилю тривожної особистості. Виявлено високозначущі, помірні позитивні зв'язки з октантом V «Підпорядкований» ($r_s = 0,325$ при $p = 0,001$) та октантом VI «Залежний» ($r_s = 0,364$ при $p < 0,001$). Ці дані є емпіричним доказом того, що соціально тривожна молодь у процесі реальної міжособистісної взаємодії схильна обирати та репродукувати ведену, комунікативно пасивну позицію. За умов групової діяльності такі студенти практично ніколи не виявляють лідерських ініціатив, легко поступаються власними потребами, інтересами та точкою зору на користь більшості або авторитарних фігур. Вони відчувають значні труднощі у ситуаціях, що вимагають прояву асертивності чи захисту особистісних кордонів.

Тенденція до підпорядкування виступає у них специфічним тактичним прийомом: мінімізуючи власну помітність та повністю підкоряючись вимогам групи, тривожний індивід прагне знизити ймовірність залучення до себе зайвої уваги, яка є для нього джерелом дистресу. Позитивна кореляція з октантом залежності ($r_s = 0,364$) додатково акцентує увагу на прагненні таких респондентів повністю перекласти відповідальність за прийняття рішень на лідера, їхньому безпорадному поведінковому стилі та наявності вираженої, хронічної потреби в отриманні постійних порад, інструкцій та емоційного супроводу.

Паралельно зафіксовано тенденцію до слабких негативних (зворотних) зв'язків з октантом I «Авторитарний» ($r_s = -0,104$) та октантом II «Егоїстичний» ($r_s = -0,085$), хоча дані коефіцієнти і не досягли рівня суворої статистичної значущості ($p > 0,05$). Тобто, прояви домінантності, егоцентризму, вимогливості та прагнення до суперництва є психологічно чужими й невластивими для тривожної особистості. Водночас виявлено слабкий, але статистично значущий прямий зв'язок з октантом IV «Підозрілий» ($r_s = 0,287$ при $p = 0,014$), що вказує на наявність у структурі тривожності елементів соціальної недовіри, критичності, упередженості щодо мотивів вчинків оточуючої більшості та схильності до образи.

Особливий інтерес викликає наявність зворотного, статистично значущого зв'язку соціальної тривожності з октантом VIII «Альтруїстичний» ($r_s = -0,211$ при $p = 0,018$). Дана закономірність демонструє, що попри загальне прагнення студентської молоді до співпраці (про що йшлося у дескриптивному аналізі), високий рівень соціальної тривожності суттєво звужує здатність особистості до прояву щирої, активної альтруїстичної поведінки. Студент, заблокований власними страхами оцінювання та хронічним емоційним напруженням, стає занадто его-фокусованим на своїх переживаннях та вегетативних симптомах. Це знижує його емпатійний ресурс, унеможлиблює вільний, невимушений прояв турботи, співчуття та ініціативної допомоги іншим, оскільки будь-який акт допомоги вимагає виходу з психологічного «захисного панцира» та вступу в інтенсивну комунікацію, яка сприймається тривожною особою як небезпечна.

Для глибокого та детального з'ясування того, як саме рівень соціальної тривожності структурує інтерперсональну сферу студентів, загальну вибірку респондентів було диференційовано на три автономні групи залежно від вираженості інтегрального бала за шкалою соціальної тривожності (SPIN): з низьким (0–20 балів), помірним (21–40 балів) та високим (41 і більше балів) рівнем. Задля математичного оцінювання статистичної достовірності відмінностей між цими групами за показниками міжособистісної взаємодії було

застосовано непараметричний Н-критерій Крускала-Волліса (додаток Е). Вибір цього критерію зумовлений потребою порівняння трьох незалежних вибірок за умов асиметричного розподілу досліджуваних ознак.

За результатами порівняльного аналізу та математико-статистичного обчислення даних у програмі SPSS, було встановлено такі емпіричні закономірності:

- суб'єктивна самотність за методикою UCLA: значення емпіричного критерію становить $H = 7,569$ при ступені свободи $df = 3$ та асимптотичній значущості $p = 0,056$. Отриманий результат фіксує статистично значущу розбіжність на рівні тенденції ($p < 0,10$). Це свідчить про наявність чіткої психологічної закономірності: респонденти з високим рівнем соціальної тривожності мають значно вищі рангові показники ізоляції та відчуженості порівняно зі студентами, які мають низьку соціальну тривожність. Математичний розподіл підтверджує, що інтенсифікація страху перед публічним оцінюванням виступає потужним предиктором формування хронічного відчуття самотності;
- параметри емоційної прив'язаності особистості за методикою ECR-R: при ізольованому аналізі окремих вимірів — «Тривожність прив'язаності» ($H = 3,086$, $p = 0,379$) та «Уникнення прив'язаності» ($H = 2,499$, $p = 0,476$) - суттєвих прямих групових відмінностей суто за критерієм Крускала-Волліса зафіксовано не було. Рівень значущості суттєво перевищує критичну межу ($p > 0,05$), що вказує на лінійну однорідність цих ознак за умов розірваного аналізу шкал. Це зумовлює методологічну необхідність розглядати не окремі параметри, а інтегральні, комплексні типи прив'язаності (надійний, тривожний, унікальний, погрожувальний) у їхньому структурному взаємозв'язку;

- октанти міжособистісних взаємин за методикою Т. Лірі: найбільш глибока, статистично достовірна диференціація між групами виявлена за шкалою октанта VIII «Альтруїстичність» ($H = 10,554$; $df = 3$; $p = 0,014$), де показник значущості повністю задовольняє суворі академічні критерії ($p < 0,05$). Емпірично доведено, що студенти з низьким та помірним рівнями соціальної тривожності володіють збалансованою, адаптивною здатністю до прояву безкорисливої турботи, співчуття та гіперопіки, спираючись на стабільний емпатійний ресурс. Натомість у групі осіб із високою соціальною тривожністю спостерігається поведінкова деформація: вони або демонструють компенсаторний, «жертвний» альтруїзм, намагаючись через тотальне підпорядкування та догідливість упередити міжособистісні конфлікти й відторгнення, або ж навпаки — різко знижують просоціальну включеність у проблеми оточуючих через его-фокусування на власних страхах і внутрішньому дискомфорті. Додатково, за шкалами «Залежність» ($H = 6,458$, $p = 0,091$) та «Доброзичливість» ($H = 5,265$, $p = 0,153$) зафіксовано відмінності на рівні статистичної тенденції, що вказує на латентне прагнення тривожних студентів до пошуку безпечних ведених позицій у групі.

Таблиця 3.3 – Результати порівняння показників міжособистісних взаємин респондентів із різними рівнями соціальної тривожності (за критерієм Крускала-Волліса).

Змінна (Психологічний показник)	Критерій Краскала-Уолліса H	Ступені свободи (df)	Асимптотична значущість (Asymp. Sig. / p)
Соціальна тривожність	0,619	3	0,892

Суб'єктивна самотність (UCLA)	7,569	3	0,056
Тривожність прив'язаності (ECR-R)	3,086	3	0,379
Уникнення прив'язаності (ECR-R)	2,499	3	0,476
I. Авторитарний (Лірі)	0,487	3	0,922
II. Егоїстичний (Лірі)	2,737	3	0,434
III. Агресивний (Лірі)	3,601	3	0,308
IV. Підозрілий (Лірі)	3,848	3	0,278
V. Підпорядкований (Лірі)	1,966	3	0,579
VI. Залежний (Лірі)	6,458	3	0,091
VII. Доброзичливий (Лірі)	5,265	3	0,153
VIII. Альтруїстичний (Лірі)	10,554	3	0,014

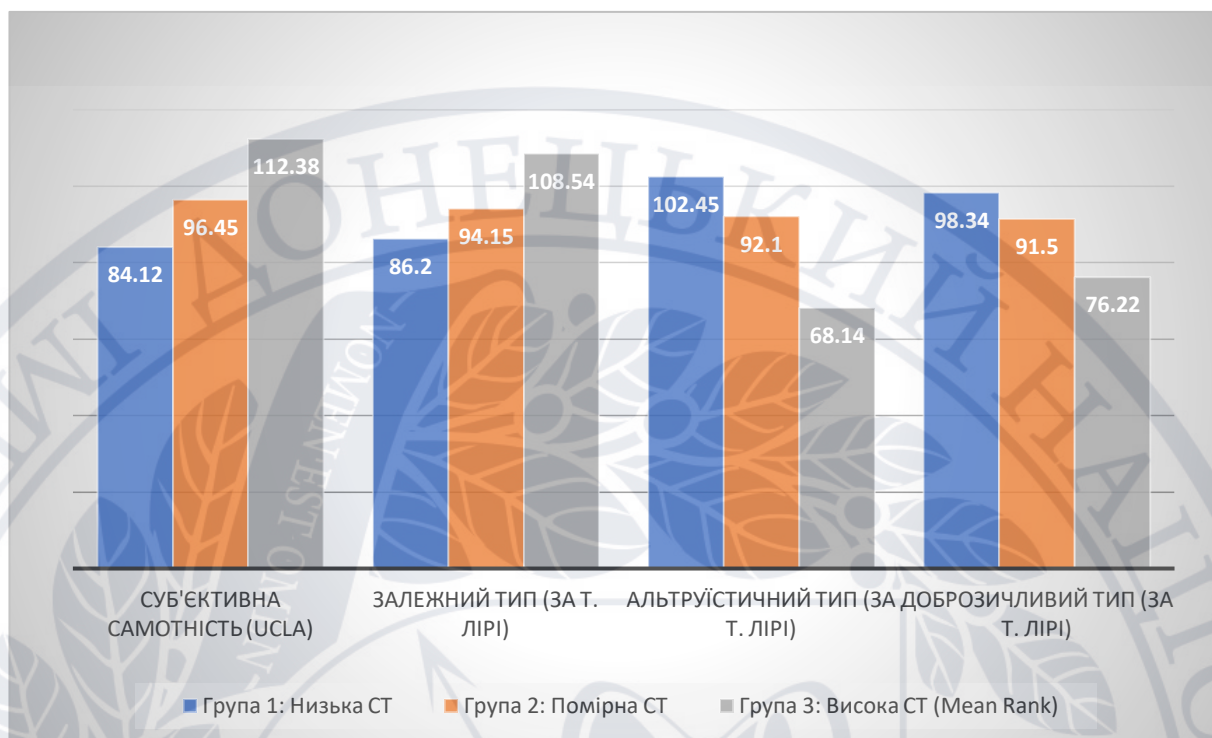


Рис. 3.2. Порівняльний профіль показників самотності та інтерперсональних властивостей у групах з різним рівнем соціальної тривожності.

Аналіз графічного профілю середніх рангів (Mean Rank), відображеного на рисунку 3.2, дозволяє наочно простежити траєкторію змін в інтерперсональній сфері студентів під впливом наростання тривожних станів:

Рівень суб'єктивної самотності демонструє лінійне зростання середнього рангу відповідно до підвищення тривоги: від найнижчих значень у групі з низькою СТ (Mean Rank = 84,12), через помірну тривожність (Mean Rank = 96,45), до пікових показників у високотривожних респондентів (Mean Rank = 112,38).

Паралельно фіксується інтенсифікація Залежного типу взаємин (октант VI), де рангові значення послідовно збільшуються (86,20 → 94,15 → 108,54), ілюструючи поведінкову трансформацію тривожної молоді у бік безпорадності та відомості.

Натомість Альтруїстичний стиль міжособистісних стосунків (октант VIII) зазнає стрімкої деструкції: найвищі показники адаптивного просоціального альтруїзму притаманні нетривожним студентам (Mean Rank = 102,45), тоді як у групі з високою СТ цей параметр різко падає до мінімального рівня (Mean Rank = 68,14). Подібне падіння значень фіксується і за Доброзичливим типом взаємин (октант VII), де середній ранг знижується з 98,34 до 76,22.

У межах наукового дослідження було додатково здійснено математико-статистичне порівняння розподілу психологічних ознак між студентами різних курсів навчання (від 1 до 4 курсу) та різних напрямів професійної підготовки за допомогою критерію Краскела-Уолліса. Отримані дані дозволяють констатувати, що етап навчання та обраний профіль майбутньої професії виступають важливими соціально-середовищними модераторами вираженості соціальної тривожності та стилів інтерперсонального реагування молоді.

Порівняльний аналіз міжкурсової динаміки показав, що рівень соціальної тривожності та дезадаптивних комунікативних позицій підпорядкований закономірностям подолання адаптаційної кризи. Процес переходу від молодших курсів до випускних супроводжується поступовою редукцією емоційної напруги, стабілізацією самооцінки та трансформацією поведінкових моделей від захисного уникнення та підпорядкування до побудови зрілих, асертивних, емоційно відкритих і партнерських взаємин.

При аналізі міжпрофесійних розбіжностей було визначено, що специфіка організації освітнього простору безпосередньо впливає на комунікативні диспозиції респондентів. Процес цілеспрямованої професіоналізації студентів, які навчаються за спеціальністю «Психологія», виступає дієвим чинником оптимізації їхньої інтерперсональної сфери. Завдяки системному опануванню психологічних дисциплін, проходженню соціально-психологічних тренінгів, розвитку рефлексивної культури та навичок автентичного саморозкриття, у майбутніх психологів формується високий рівень соціально-психологічної компетентності. Це дозволяє їм ефективно нівелювати деструктивний вплив

соціальної тривожності, долати бар'єри у спілкуванні та віддавати перевагу конструктивним доброзичливим і альтруїстичним стратегіям взаємодії, тоді як студенти інших спеціальностей частіше демонструють фіксацію на помірно захисних поведінкових паттернах.

3.2. Рекомендації щодо психологічного супроводу студентської молоді у ЗВО для зменшення соціальної тривожності

Комплексний аналіз та інтерпретація результатів проведеного емпіричного дослідження дозволяють не лише констатувати специфіку прояву досліджуваного феномену, а й обґрунтувати методологічну необхідність розробки, апробації та подальшого практичного впровадження цілісної, науково верифікованої системи психокорекційних, розвивальних та профілактичних заходів. Цей комплекс дій має бути спрямований на редукцію деструктивних проявів соціальної тривожності у студентської молоді як специфічної соціально-демографічної групи, що перебуває на етапі інтенсивного особистісного та професійного становлення. Одержані в ході статистичної обробки емпіричні дані наочно демонструють, що соціальна тривожність виступає не ізольованим симптомокомплексом, а складним дезадаптивним утворенням, яке чинить тотальний деструктивний вплив на архітектуру інтерперсонального простору суб'єкта. Виявлені стійкі кореляційні та каузальні зв'язки між рівнем соціальної тривожності, показниками суб'єктивного відчуття самотності особистості та специфічними параметрами міжособистісної взаємодії переконливо свідчать про системний, багатовимірний та глибоко інтегрований характер досліджуваного психологічного феномену. Такий стан речей вимагає розробки інтегративного, мультимодального підходу до побудови стратегії психологічного впливу та супроводу в умовах сучасного закладу вищої освіти.

Обґрунтовуючи структуру та вектор спрямованості психокорекційного процесу, насамперед доцільно зосередити особливу увагу на зниженні рівня

суб'єктивного відчуття самотності, оскільки даний параметр у ході математико-статистичного аналізу виявив себе як один із найбільш потужних, фундаментальних чинників, інтерлокованих із феноменологією соціальної тривожності. Високі показники ізоляції та відчуженості, що фіксуються у студентів із вираженим страхом публічного оцінювання, підтверджують латентне прагнення індивіда до міжособистісного контакту, яке, проте, виявляється заблокованим через очікування відторгнення або критики з боку соціуму. У цьому методологічному контексті найбільш релевантними та прогностично ефективними виглядають цілеспрямовані психологічні заходи, орієнтовані на деструкцію внутрішніх бар'єрів спілкування, суттєве розширення меж реальної соціальної залученості студентів у життєдіяльність академічної спільноти, формування підтримуючого, інклюзивного та екологічного освітнього середовища, а також на інтенсивний розвиток та шліфування базових і специфічних навичок встановлення, поглиблення та тривалої підтримки конструктивних міжособистісних контактів.

З метою практичної реалізації зазначених завдань найбільш доцільним, патогенетично й патопсихологічно виправданим є широке впровадження різноманітних групових форм психологічної роботи в освітній простір університету. Мова йде про довготривалі соціально-психологічні тренінги, систематичні психоосвітні заняття, інтерактивні семінари-практикуми, а також фасилітовані групи психологічної підтримки та взаємодопомоги. Провідна терапевтична та корекційна цінність групової взаємодії в межах зазначеної проблематики полягає в тому, що тренінгова група трансформується у своєрідну мікросоціальну модель реального світу, діючи як безпечний, контрольований та терапевтично пластичний простір для екологічної інтерперсональної взаємодії. Саме в таких штучно створених, проте психологічно автентичних умовах створюються передумови для реалізації механізму поступової соціальної десенсибілізації, коли учасники отримують унікальну можливість експериментувати з новими поведінковими моделями, вербалізувати власні

переживання, отримувати валідний, позбавлений засудження чи деструктивної критики зворотний зв'язок, що в кінцевому підсумку веде до поступової редукції страху негативного соціального оцінювання та нівелювання комунікативної напруги.

Глибоке вивчення та урахування виявлених у ході емпіричного зрізу індивідуально-типологічних особливостей міжособистісних орієнтацій тривожних студентів дозволяє окреслити наступний, не менш важливий самостійний напрям психокорекційної роботи, котрий полягає у цілеспрямованій оптимізації стилів міжособистісної взаємодії та гармонізації комунікативного профілю особистості. Як було детально продемонстровано в результатах нашого дослідження, для студентів із вираженим та помірним рівнем соціальної тривожності характерним є формування специфічної поведінкової деформації, що виражається у суперечливому, дезадаптивному поєднанні стійких тенденцій до міжособистісної залежності, конформізму, підвищеної підозрілості, інтерперсональної вразливості, які подекуди маснуються або компенсуються проявами захисної, неадекватної домінантності чи емоційної відстороненості. У зв'язку з цим виникає нагальна методологічна потреба спрямувати вектор корекційного впливу на розробку та впровадження спеціалізованих модулів, орієнтованих на всебічний розвиток асертивності як здатності до впевненої, самопрезентувальної поведінки, що базується на глибокій повазі як до власних психологічних кордонів, так і до кордонів партнерів по спілкуванню. Паралельно з цим робота має концентруватися на послідовному формуванні адекватної, стабільної, автономної самооцінки, яка б не залежала тотально від ситуативних зовнішніх схвалень чи зауважень, на тотальному зниженні рівня латентної міжособистісної напруги, ворожості, хронічної недовіри до соціального оточення та базового почуття незахищеності. Найбільш високу ефективність у контексті досягнення цих цілей виявляють структуровані тренінги розвитку соціальних та емоційних навичок, детально зорієнтовані рольові ігри з моделюванням критичних комунікативних ситуацій,

індивідуальні та групові вправи на розвиток когнітивної та емпатійної децентрації, рефлексії, активного слухання та стратегій побудови конструктивного, ненасильницького діалогу в конфліктних та повсякденних умовах.

Окремого, максимально пильного та глибокого теоретико-методологічного і практичного зацікавлення потребує цілеспрямована, патогенетично орієнтована психотерапевтична робота з такими ядерними, системоутворювальними компонентами соціальної тривожності, як ірраціональний страх негативної оцінки з боку оточуючих та стійкі, хроніфіковані поведінкові паттерни уникання соціальних ситуацій. Оскільки саме уникнення виступає провідним підтримуючим механізмом, що консервує тривожний розлад та заважає особистості отримати новий, спростовуючий її страхи емпіричний досвід, у даному випадку вважається найбільш доцільним та науково виправданим пріоритетне застосування перевірених методів та інструментальних технік когнітивно-поведінкової терапії. Зокрема, базове ядро корекційного процесу мають становити складні техніки когнітивної реструктуризації, спрямовані на ретельне виявлення, детекцію, критичний аналіз та подальше спростування глибинних дисфункціональних переконань, автоматичних думок, когнітивних спотворень (таких як «читання думок», «катастрофізація», «надмірне узагальнення»), які безпосередньо запускають і підтримують емоційний стан тривоги. Цей когнітивний етап має в обов'язковому порядку поєднуватися з поведінковим компонентом, а саме — з технологіями систематичної та дозованої експозиції *in vivo* та *in virtuo* до реальних або уявних соціальних ситуацій, що викликають страх, а також із систематичним та наполегливим навчанням студентів сучасним, високоефективним навичкам саморегуляції психоемоційного та фізіологічного стану. Сюди відносяться методики прогресивної м'язової релаксації, дихальні психотехніки, практики усвідомленості (*mindfulness*), які дозволяють індивіду успішно справлятися з вегетативними проявами паніки в момент безпосереднього перебування в

соціальному фокусі. Інтеграція та застосування таких комплексних підходів безпосередньо сприяють плавному, екологічному та послідовному зниженню загального рівня ситуативної тривожності, руйнуванню деструктивного уникнення та паралельному формуванню якісно нових, адаптивних, гнучких та високоефективних поведінкових стратегій у міжособистісній сфері.

Аналізуючи результати нашого дослідження крізь призму виявленої відсутності лінійних, безпосередніх прямих зв'язків між рівнем соціальної тривожності та глибинними типами прив'язаності особистості, можна дійти до надзвичайно важливого в методологічному плані висновку, який безпосередньо оптимізує архітектуру практичної допомоги. Одержана емпірична закономірність дозволяє стверджувати, що короткотермінова та середньотермінова психокорекційна робота зі студентською молоддю в умовах ЗВО може бути зорієнтована переважно на актуальні, усвідомлювані міжособистісні труднощі, поведінкові дефіцити та когнітивні блоки, а не на тривалу, глибинну психоаналітичну чи реконструктивну перебудову первинних, ранніх дитячих емоційних паттернів та імпринтів прив'язаності. Таке структурування пріоритетів суттєво підвищує прагматичну ефективність, економічність та доступність психологічної допомоги в межах діяльності університетських психологічних служб. У той самий час, не зменшуючи значення актуального поведінкового фокусу, критично важливим елементом довготривалого супроводу залишається всебічний розвиток загальних рефлексивних здібностей та менталізаційного потенціалу студентів щодо аналізу власних індивідуальних моделей взаємодії. Глибоке розуміння студентом причинно-наслідкових зв'язків у власній комунікативній діяльності, усвідомлення витоків своїх емоційних реакцій та інтерперсональних очікувань виступає тим внутрішнім особистісним ресурсом, який здатний опосередковано, на макрорівні, чинити пролонгований стабілізуючий вплив на процеси загальної гармонізації міжособистісних стосунків, стимулюючи особистісне зрілання та саморозвиток.

Широкомасштабна профілактична робота, інтегрована в загальну стратегію психологічного супроводу вищої школи, має бути першочергово зорієнтована на побудову надійної системи раннього виявлення та скринінгу здобувачів вищої освіти з підвищеним рівнем соціальної тривожності, латентним уникненням або ознаками дезадаптації, з метою своєчасного надання їм кваліфікованої, екологічної та адресної психологічної підтримки ще до моменту хроніфікації розладу чи виникнення серйозних академічних та особистісних проблем. Надзвичайно доречним, високоефективним та перспективним у цьому контексті бачиться розробка та впровадження спеціалізованих навчальних та факультативних програм розвитку емоційної компетентності, системної стресостійкості, навичок психологічного самозахисту, тайм-менеджменту та базових комунікативних технік безпосередньо в межах загального освітнього процесу - наприклад, шляхом введення відповідних вибіркових дисциплін психологічного спрямування для студентів усіх, особливо неспсихологічних, факультетів і спеціальностей. Фундаментальну, стратегічну роль у загальному успіху профілактичної діяльності відіграє також цілеспрямоване, планомірне формування толерантного, інклюзивного, психологічно безпечного та комфортного освітнього простору на рівні всього університету. Таке середовище, що транслює цінності взаємоповаги, підтримки, визнання індивідуальності кожного студента, суттєво знижує об'єктивні та суб'єктивні ризики виникнення ситуацій соціального відторгнення, булінгу чи стигматизації, натомість потужно підсилюючи внутрішнє відчуття безпеки, захищеності та тривалої приналежності індивіда до академічної групи та університетської спільноти в цілому.

Підсумовуючи вищевикладене, можна з упевненістю констатувати, що науково обґрунтована система психокорекційної, розвивальної та профілактичної роботи зі студентською молоддю повинна мати виключно комплексний, системний, інтегративний характер. Вона має гармонійно поєднувати та взаємодоповнювати як глибокі індивідуальні (консультативні,

психотерапевтичні), так і різноманітні групові (тренінгові, просвітницькі, фасилітаційні) форми та методи цілеспрямованого психологічного впливу. Вся ця багатовекторна активність має бути чітко сфокусована на послідовному та суттєвому зниженні рівня соціальної тривожності студентів, кардинальній оптимізації їхньої міжособистісної взаємодії, руйнуванні бар'єрів ізоляції, нівелюванні суб'єктивного відчуття самотності, а також на всебічному підвищенні загального рівня соціально-психологічної адаптації, збереженні ментального здоров'я та успішній професійній та особистісній самореалізації студентської молоді в сучасному динамічному соціокультурному просторі.

Розвиток і функціонування соціальної тривожності у студентському віці є складним процесом, що зачіпає когнітивну, емоційну та поведінкову сфери особистості. Юнацький вік традиційно розглядається в психологічній науці як критичний період, пов'язаний із кризою самовизначення, зміною соціальних ролей та інтеграцією в нові, часто конкурентні, соціальні інституції. Вхідження до системи вищої освіти вимагає від індивіда реструктуризації всієї системи міжособистісних зв'язків. За таких умов соціальна тривожність виступає як дезадаптивна когнітивно-поведінкова стратегія, що блокує конструктивний потенціал особистості та спотворює сприйняття соціального стимульного матеріалу. З позиції когнітивно-поведінкового підходу, центральним медіатором соціальної тривожності є система дисфункціональних переконань щодо власної особистості та соціального оточення. Індивіди з високим рівнем соціальної тривожності схильні до формування ригідних когнітивних схем, які базуються на двох ключових аксіомах: уявленні про власну дефектність, некомпетентність та непривабливість для інших, а також на переконанні, що соціальне оточення є виключно ворожим, критичним і націленим на виявлення помилок. Ці латентні переконання активуються щоразу, коли студент опиняється в ситуації реальної або уявної соціальної взаємодії, будь то публічний виступ, семінарське заняття, ситуація знайомства чи навіть неформальна розмова з одногрупниками.

Активация зазначених схем запускає процес гіперболізованого фокусування на власному «Я», який у науковій літературі описується як феномен самоспрямованої уваги. Замість того, щоб аналізувати об'єктивні характеристики комунікативної ситуації та зчитувати актуальні невербальні сигнали партнерів по взаємодії, тривожний студент повністю занурюється у внутрішній моніторинг. Він детально відстежує власні фізіологічні реакції, такі як тахікардію, тремор рук, гіперемію шкірних покривів, пересихання в роті, та інтерпретує їх як очевидні ознаки власної ганьби, які нібито помітні всім оточуючим. Цей процес супроводжується інтенсивною ментальною генерацією негативного образу самого себе із позиції стороннього спостерігача, що призводить до повного викривлення об'єктивної реальності. Когнітивні спотворення, що супроводжують досліджуваний феномен, мають системний характер. Серед них найбільш релевантними для студентського віку є катастрофізація, що виявляється у переконанні, ніби будь-яка дрібна невдача під час відповіді на занятті призведе до повного краху репутації, відрахування або тотального зневаження з боку академічної групи. Також сюди відноситься упередження у вигляді читання думок, тобто абсолютна впевненість у тому, що оточуючі помічають кожну помилку індивіда і внутрішньо засуджують його, навіть за відсутності будь-яких зовнішніх проявів критики. Нарешті, суттєвий деструктивний внесок робить надмірне узагальнення, яке змушує робити висновок про власну тотальну соціальну неспроможність на основі одного поодинокого негативного досвіду в минулому.

Емоційний компонент соціальної тривожності характеризується хронічним переживанням сорому, провини, страху відторгнення та загального психоемоційного виснаження. Постійне перебування в стані уявної соціальної загрози виснажує адаптаційні ресурси психіки індивіда. На поведінковому рівні це маніфестується у двох основних стратегіях: безпосередньому униканні, що включає відмову від відвідування занять, ігнорування студентських заходів, мінімізацію контактів, або у так званій захисній поведінці. Захисна поведінка є

більш латентною і небезпечною формою уникання, коли студент фізично присутній у ситуації, але намагається бути максимально непомітним: уникає зорового контакту, мовчить, займає останні парті, використовує гаджети як ширму. Хоча ці стратегії приносять короточасне зниження емоційної напруги, у довгостроковій перспективі вони лише консервують тривожність, оскільки заважають отримати реальний досвід успішної взаємодії та спростувати ірраціональні страхи індивіда.

Міжособистісна взаємодія є базовим полем, на якому розгортається деструктивний сценарій соціальної тривожності. Оскільки студентське середовище передбачає постійну групову динаміку, індивід із вираженим страхом оцінювання опиняється в ситуації перманентного стресу, що безпосередньо позначається на структурі його інтерперсональних орієнтацій. Аналіз результатів психологічних досліджень дозволяє деталізувати специфічні деформації комунікативного профілю таких студентів, диференціюючи їх за характером прояву міжособистісних тенденцій. Важливою феноменологічною характеристикою інтерперсональної сфери тривожних студентів є стійка амбівалентність орієнтацій. З одного боку, фіксується виражена тенденція до міжособистісної залежності та підпорядкування. Страх бути знехтуваним або отримати негативну оцінку змушує індивіда відмовлятися від власної автономії на користь референтних осіб чи групи. Це проявляється у нездатності висловити власну думку, якщо вона суперечить позиції більшості, конформізмі, прагненні догоджати оточуючим навіть на шкоду власним інтересам, а також у постійному пошуку зовнішнього схвалення та емоційного підтвердження власної значущості. Студент із високим рівнем тривожності часто бере на себе роль пасивного виконавця в групових проектах, добровільно погоджуючись на другорядні ролі через страх перед лідерством та пов'язаною з ним публічною відповідальністю.

З іншого боку, паралельно з підпорядкуванням та залежністю, у структурі міжособистісних стосунків таких індивідів чітко простежується тенденція до

хронічної підозрілості та інтерперсональної дистанційованості. Цей феномен виконує захисну функцію: очікуючи від соціуму лише критики, насмішок або зради, тривожний студент превентивно обмежує глибину своїх емоційних контактів. Індивід може інтерпретувати нейтральні або навіть позитивні прояви з боку одногрупників як приховану іронію, фальш або маніпуляцію. Така викривлена перцепція унеможливорює формування глибоких, довірчих, автентичних дружніх чи романтичних стосунків. Спілкування набуває формального, поверхневого характеру, що посилює внутрішнє почуття ізоляції та відчуженості від оточуючого світу.

Особливий інтерес викликає зафіксована психологами тенденція до компенсаторної домінантності в певної частини соціально тривожних студентів. Цей поведінковий паттерн є специфічною психологічною ілюзією або маскою, яка покликана приховати глибоку внутрішню невпевненість та вразливість особистості. Зовні це може виявлятися у формі демонстративної відстороненості, зарозумілості, підкресленої незалежності або навіть епізодичної агресивності й гіперкритичності до інших. Намагаючись випереджати можливе відторгнення з боку оточуючих, студент першим демонструє зневагу або емоційну холодність, транслуючи оточенню позицію власної самодостатності. Проте, детальний психологічний аналіз показує, що за цим фасадом ховається той самий інтенсивний страх оцінювання та гостра потреба в безпечному прийнятті. Деформація стилів взаємодії безпосередньо впливає на рівень соціально-психологічної адаптації студента в академічній групі. Соціальна тривожність суттєво знижує комунікативну компетентність: через емоційне блокування індивід під час розмови може виглядати затиснутим, говорити тихо, плутатися в словах або надмірно мовчати. Оточуючі, не знаючи про наявність психологічних труднощів, можуть інтерпретувати таку поведінку як прояв гордовитості, нетовариськості чи інтелектуальної неспроможності. Як наслідок, виникає реальне соціальне відчуження, коли група дійсно починає ігнорувати такого

студента, що остаточно підтверджує його первинні негативні когнітивні прогнози та замикає деструктивне порочне коло.

Феномен суб'єктивного відчуття самотності займає особливе місце в симптомокомплексі соціальної тривожності студентської молоді, виступаючи одночасно і потужним її наслідком, і підтримуючим чинником. У психологічній науці важливо чітко диференціювати поняття об'єктивної соціальної ізоляції та суб'єктивного відчуття самотності, яке фіксує глибоку невідповідність між бажаним та реальним рівнями задоволеності якістю міжособистісних стосунків. Студент із високим рівнем страху оцінювання може щодня перебувати в щільному потоці соціальних контактів, відвідувати лекції, проживати в гуртожитку, брати участь у практичних заняттях і при цьому переживати гостру, тотальну психічну самотність. Емпірично зафіксований помірний та сильний прямий зв'язок між тривожністю та показниками самотності вказує на те, що страх оцінювання безпосередньо руйнує емоційну тканину спілкування. Навіть коли соціально тривожний індивід успішно долає поведінкове уникання і вступає в контакт, його внутрішня когнітивна зайнятість моніторингом власних помилок заважає виникненню емоційного резонансу з партнером. Спілкування позбавляється спонтанності, щирості та глибини. Студент не відчуває себе почутим чи зрозумілим, оскільки під час взаємодії він презентує не свою справжню особистість, а штучно сконструйовану, безпечну поведінкову модель, яка, на його думку, має мінімізувати ризик критики. В результаті виникає специфічний феномен самотності в натовпі, що супроводжується хронічним почуттям туги, емоційного голоду та відчуження від студентської спільноти.

Тривала суб'єктивна самотність чинить глибокий деструктивний вплив на загальну життєдіяльність особистості індивіда, запускаючи низку вторинних психопатологічних процесів. Переживання хронічної відірваності від соціуму суттєво знижує рівень психологічного благополуччя та девальвує базові особистісні ресурси. У студентів цієї категорії спостерігається стійке зниження загального фону настрою, що за відсутності своєчасної допомоги може

трансформуватися в субклінічні та клінічні форми депресивних станів. Також фіксується різке падіння рівня навчальної мотивації та пізнавальної активності, оскільки освітній простір починає асоціюватися виключно з місцем емоційного страждання та соціальної невдачі. Наочним наслідком стає порушення процесів цілепокладання та віри у власне професійне майбутнє через формування синдрому виученої безпорадності в міжособистісній сфері. Зв'язок між соціальним страхом та самотністю має виражений циклічний характер із позитивним зворотним зв'язком. Психологічний механізм цього процесу полягає в тому, що високий рівень соціальної тривожності змушує студента уникати міжособистісних контактів або деформувати їх стиль, що неминуче призводить до зростання суб'єктивного відчуття самотності та ізоляції. У свою чергу, перебуваючи в стані тривалої самотності, індивід втрачає актуальні соціальні навички спілкування, стає більш вразливим, чутливим до найменших проявів відторгнення та починає ще сильніше сумніватися у власній привабливості та цінності для інших. Як наслідок, під час наступних поодиноких спроб взаємодії рівень його тривожності виявляється ще вищим, а очікування катастрофічного фіналу набуває характеру непохитного переконання.

Розрив цього деструктивного кола вимагає від психолога застосування інтегративних терапевтичних стратегій, які б одночасно впливали як на когнітивні тригери соціального страху, так і на емоційні переживання самотності. Робота виключно з поведінковими навичками без опрацювання почуття внутрішньої емоційної ізоляції часто виявляється малоефективною, оскільки студент продовжує почуватися самотнім навіть за умови формального розширення кола свого спілкування. Саме тому система психокорекційного супроводу в ЗВО має бути комплексною і спрямованою на глибоку реструктуризацію внутрішнього світу особистості, відновлення її базової довіри до себе та навколишнього соціуму.

Побудова ефективної програми психологічної корекції соціальної тривожності у студентської молоді має базуватися на чітких, науково

верифікованих методологічних принципах, що визначають логіку, структуру, тривалість та інструментальне наповнення кожного етапу психологічного впливу. Психокорекція в умовах закладу вищої освіти — це не ситуативне консультування, а цілеспрямований, системно організований процес, мета якого полягає в трансформації дезадаптивних особистісних утворень студентів у конструктивні, гнучкі та інтегровані поведінкові й когнітивні стратегії. Основними методологічними орієнтирами розробки та реалізації психокорекційної програми виступають принципи системності та комплексності, згідно з якими психологічний вплив здійснюється одночасно на когнітивному, емоційному та поведінковому рівнях з урахуванням групової динаміки. Важливу роль відіграє принцип десенсибілізації та поетапності, що вимагає розширення соціального фокусу та подолання уникання здійснювати поступово, від найменш тривожних ситуацій до більш складних, запобігаючи ретравматизації студентів. Наріжними є принцип екологічності та психологічної безпеки, що гарантує вільний від критики простір, а також принцип суб'єкт-суб'єктної взаємодії, який стимулює самостійну рефлексію, самостереження через ведення щоденників та активне виконання домашніх завдань у реальному житті.

Структурно комплексна програма психокорекції має складатися з декількох взаємопов'язаних блоків, кожен з яких вирішує конкретні тактичні завдання. Оптимальний формат реалізації — групова тренінгова робота, яка розрахована на десять-дванадцять занять частотою один-два рази на тиждень, тривалістю дві-три години кожне, при обмеженні кількості учасників для забезпечення глибокої індивідуальної фасилітації. Когнітивно-психоосвітній блок присвячений знайомству, встановленню групових правил та детальному розбору феноменології тривожності. Студенти отримують наукову інформацію про природу свого стану та впроваджують техніки ведення щоденників автоматичних думок за схемою ситуація, думка, емоція, учинок, які допомагають ідентифікувати ірраціональні переконання. Емоційно-релаксаційний блок

спрямований на опанування навичок саморегуляції за допомогою технік діафрагмального дихання, прогресивної м'язової релаксації та коротких медитацій усвідомленості з метою зниження фізіологічної напруги під час перебування в соціальних ситуаціях.

Поведінково-експозиційний блок виступає безпосереднім ядром програми, де за допомогою методів рольових ігор учасники моделюють та програють типові критичні ситуації, такі як здача іспиту, розмова з викладачем, виступ перед аудиторією, відмова в проханні. Поступово завдання ускладнюються й переносяться в реальне життя у вигляді структурованих поведінкових експериментів, наприклад, уміння запитати дорогу в незнайомця або зробити усвідомлену дрібну помилку під час розмови для перевірки реакції оточуючих. Нарешті, рефлексивно-інтегративний блок зорієнтований на аналіз отриманого досвіду, закріплення адаптивних когнітивних схем та подолання почуття самотності через поглиблення внутрішньогрупових зв'язків. Учасники діляться успіхами, формують плани самостійної профілактики рецидивів та фокусуються на розвитку здатності до самоспівчуття та формування стабільної позитивної самооцінки.

Ефективне вирішення проблеми соціальної тривожності у студентському середовищі неможливе за умови обмеження роботи лише індивідуальною чи груповою психокорекцією осіб із уже маніфестованими формами розладу. Необхідне створення цілісної, дворівневої системи профілактики, яка б охоплювала весь освітній простір закладу вищої освіти та трансформувала його архітектоніку в напрямку забезпечення максимальної психологічної безпеки та підтримки особистісного розвитку студентів. Первинна профілактика передбачає здійснення масових, системних заходів, спрямованих на ліквідацію чи суттєве зниження дії чинників, що провокують виникнення соціального страху, а також на загальне підвищення психологічної грамотності й емоційної культури всієї університетської спільноти. Провідним інструментом тут виступає широка психоосвітня діяльність у вигляді відкритих лекцій,

інтерактивних семінарів, вебінарів та розробки інформаційних матеріалів, присвячених темам ментального здоров'я та стресостійкості.

Важливим вектором первинної профілактики є також оптимізація процесу адаптації першокурсників через проведення командоутворюючих тренінгів, кураторських годин та арт-терапевтичних занять, що дозволяють студентам швидко та безболісно інтегруватися в новий колектив і нівелювати первинний страх перед невідомим соціумом. Окрему увагу слід приділити навчанню викладацького складу методам екологічного педагогічного оцінювання без публічного висміювання або некоректної критики. Вторинна профілактика фокусується на роботі зі студентами групи ризику, які мають субклінічні прояви, за допомогою регулярного, екологічного та конфіденційного психологічного скринінгу на основі валідних стандартизованих методик оцінки соціального страху та вимірювання самотності. Для виявленої групи студентів організуються постійно діючі факультативні курси або клуби за інтересами, де акцент зміщується з терапії на розвиток конкретних компетенцій публічних виступів та утримання уваги аудиторії. У підсумку, інтеграція психокорекційного та профілактичного компонентів у єдину систему психологічного супроводу дозволяє створити стійке, безпечне та підтримуюче середовище, що забезпечує мінімізацію ризиків виникнення соціальної дезадаптації студентської молоді, сприяє редукції проявів тривожності та суб'єктивної самотності, оптимізує стилі інтерперсональної взаємодії та відкриває широкі можливості для повноцінного гармонійного розвитку особистості майбутнього фахівця на етапі його навчання в університеті.

Висновки до третього розділу

У межах третього розділу було здійснено комплексний математично-статистичний та психологічний аналіз результатів емпіричного дослідження, спрямованого на виявлення та змістовне оцінювання особливостей впливу

соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді. Отриманий масив первинних даних, зібраний за участю 187 респондентів, пройшов ретельну процедуру математичної обробки за допомогою методів описової статистики, кореляційного аналізу за критерієм Спірмана, а також порівняльного аналізу із застосуванням некорпараметричного критерію Краскелла–Уолліса. Це дозволило не лише зафіксувати кількісні параметри досліджуваних явищ, а й ретельно експлікувати приховані психологічні закономірності, що визначають комунікативну та інтерперсональну дезадаптацію сучасної студентської молоді в процесі її професійної соціалізації. Першочерговий аналіз емпіричного матеріалу крізь призму описових методів показав, що загальний рівень соціальної тривожності у вибірці збалансований переважно в межах нормативних значень, хоча й виявляє помітну тенденцію до наближення до зони підвищеного психологічного напруження. Якісний розподіл респондентів за цим показником унаочнив, що понад дві третини студентів успішно долають повсякденні виклики мікросоціальної взаємодії, демонструючи низький рівень тривоги. Водночас майже кожна третя опитана особа виявляє помірну тривожність, яка за певних стресових умов може трансформуватися у стійкі бар'єри спілкування. Особливу увагу привертає та частина вибірки, де зафіксовано високий рівень соціальної тривожності, оскільки такі показники вже свідчать про виражену дезадаптацію, деструктивні внутрішні конфлікти та потребу в цілеспрямованому психологічному супроводі. Паралельно з цим, оцінювання стану суб'єктивного відчуття самотності зафіксувало помірну ізольованість студентів від найближчого оточення, що відображає загальну вікову специфіку пошуку ідентичності та побудови автономії. Показники романтичної прив'язаності виявили наявність помірного внутрішнього напруження: прагнення до близькості у студентів нерідко стикається із побоюваннями щодо можливого відхилення або надмірного контролю з боку партнера. При цьому в узагальненій структурі інтерперсональної поведінки зафіксовано переважання адаптивних, просоціальних тенденцій, зокрема

готовності до співпраці, альтруїстичного відгуку на запити оточуючих та гнучкого поєднання лідерських якостей із конформними стратегіями, що є природним для соціономічного профілю майбутніх фахівців. Центральна гіпотеза наукової роботи знайшла своє повне статистичне підтвердження в результаті проведення кореляційного аналізу, який виявив розгалужену та щільну систему зв'язків між соціальною тривожністю та ключовими характеристиками інтерперсональної сфери студентів. Зокрема, було доведено існування стійкого позитивного зв'язку між соціальною тривожністю та суб'єктивною самотністю. Психологічний зміст цієї закономірності полягає в тому, що страх негативної соціальної оцінки змушує особистість редукувати свої контакти, штучно обмежувати комунікацію, що згодом закономірно призводить до хронізації почуття емоційної самотності та відчуженості. Окрім того, соціальна тривожність виявилася тісно пов'язаною із дезадаптивними типами романтичної прив'язаності — як із тривожним, так і з уникаючим стилями. Це свідчить про те, що первинний дефіцит почуття базової безпеки у соціальному просторі проектується і на інтимно-особистісні взаємини, породжуючи або надмірну залежність від партнера та постійний страх його втратити, або ж захисне емоційне відсторонення й уникнення глибокої близькості заради збереження власної психологічної цілісності. Глибокі деформації під впливом соціальної тривожності було зафіксовано і під час аналізу безпосередніх стилів міжособистісної взаємодії. Статистично доведено, що зростання тривоги в соціумі прямо корелює із посиленням підозрілості, підпорядкованості та залежності в поведінці респондентів. Такі студенти в ситуаціях спілкування схильні відмовлятися від власної автономії, демонструють високу конформність, легко піддаються чужому впливу та водночас відчувають внутрішню настороженість, очікуючи підвоху чи критики з боку партнерів по взаємодії. Цей процес супроводжується закономірним та статистично значущим зниженням показників за просоціальними октантами інтерперсональної сфери, такими як доброзичливість та альтруїстичність. Соціальна тривожність діє як блокуючий

фактор, який нівелює природну здатність особистості до безкорисливої допомоги, відкритого вираження симпатії та емпатійної підтримки, заміщуючи їх захисними егоцентричними паттернами або пасивним самовідчуженням. Важливим етапом дослідження стало вивчення стабільності виявлених психологічних закономірностей у різних підгрупах вибірки за допомогою критерію Крускала–Уоллеса. Проведене порівняння засвідчило високу однорідність проявів соціальної тривожності, суб'єктивної самотності та особливостей романтичної прив'язаності незалежно від академічного курсу чи конкретного напрямку навчання студентів. Отримані дані дозволяють стверджувати, що досліджуваний феномен є стійким особистісним утворенням, яке мало піддається стихійному впливу лише чинника тривалості перебування у закладі вищої освіти чи зміни суто навчального контексту. Єдиною змінною, що продемонструвала статистично значущі розбіжності між різними освітніми групами, виявився альтруїстичний стиль взаємин, що підкреслює чутливість цієї гуманістичної властивості до специфіки мікросоціального виховного простору та спрямованості професійної підготовки. Водночас рівень самотності виявив розбіжності лише на рівні статистичної тенденції, натякаючи на динамічні коливання почуття ізольованості на різних етапах адаптації до навчання, які, проте, не досягають критичної значущості на загальному тлі. Для остаточного структурування емпіричної картини було здійснено порівняльний аналіз розподілу показників у групах, розмежованих за безпосереднім рівнем вираження соціальної тривожності, що дозволило детально описати полярні психологічні профілі студентів. Студентська молодь із високим рівнем тривожності репрезентує дезадаптивний тип інтерперсональної поведінки, для якого характерні екстремально високі ранги суб'єктивної самотності та залежності від думки оточуючих на тлі глибокого дефіциту здатності до відкритої, доброзичливої та альтруїстичної взаємодії. Психологічним антиподом виступає група студентів із низьким рівнем соціальної тривожності, які демонструють високу інтегрованість у соціум, низьку чутливість до самотності,

впевнену незалежність суджень, а також розвинену готовність до побудови екологічних, емпатійних та гармонійних стосунків із близьким і широким оточенням. Таким чином, узагальнюючи результати проведеного емпіричного дослідження, можна констатувати, що соціальна тривожність виступає потужним, системним деструктивним чинником, який суттєво викривлює та збіднює систему міжособистісних взаємин студентської молоді. Вона провокує глибоку інтерперсональну ізоляцію, руйнує просоціальні орієнтації та загалом деформує траєкторію особистісного становлення майбутніх фахівців. Отримані висновки мають високу практичну значущість та обґрунтовують гостру необхідність розробки, апробації та подальшого впровадження у практику вищої школи спеціалізованих психокорекційних, тренінгових та консультативних програм, спрямованих на редукцію страху соціальної оцінки, розвиток комунікативної компетентності та оптимізацію всієї системи інтерперсональних взаємин студентів.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній бакалаврській роботі здійснено комплексне теоретико-методологічне обґрунтування та емпіричне дослідження психологічних особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді. Проведене дослідження дозволило розв'язати поставлені завдання, досягти визначеної мети та сформулювати низку узагальнених наукових висновків, що мають як теоретичне, так і виражене практичне значення.

Теоретичний аналіз наукових першоджерел унаочнив, що соціальна тривожність є складним, багатоаспектним особистісним утворенням, яке інтегрує когнітивні, емоційні, поведінкові та фізіологічні компоненти. У сучасній психологічній науці вона трактується як стійка індивідуально-психологічна диспозиція, що виявляється у вираженому, постійному страху ситуацій соціальної взаємодії, публічних виступів або перебування під пильним оцінюючим поглядом сторонніх осіб. Доведено, що когнітивне ядро соціальної тривожності становлять ірраціональні переконання, зафіксовані на ідеї власної соціальної некомпетентності, та викривлені схеми сприймання, які змушують особистість гіперболізувати ймовірність та наслідки негативної оцінки з боку оточуючих. У межах дослідження було з'ясовано, що студентський (юнацький) вік є критичним сенситивним періодом для маніфестації та закріплення соціальної тривожності. Психологічна специфіка цього етапу онтогенезу пов'язана із вирішенням ключових завдань розвитку: руйнацією колишніх стереотипів поведінки, необхідністю входження у нові соціальні інституції, зміною референтних груп, а також інтенсивним пошуком індивідуальної ідентичності й розбудовою глибоких інтерперсональних та романтичних взаємин. Накладання внутрішньої нестабільності юнацького віку на виклики вищої школи створює специфічний мікросоціальний контекст, у якому страх виявитися неспроможним або знехтуваним набуває особливої гостроти.

З метою перевірки сформульованих теоретичних положень було розроблено та реалізовано програму емпіричного дослідження, у якому взяли участь 187 студентів. Математико-статистична обробка отриманого масиву даних за допомогою дескриптивних методів показала, що у більшій частині студентської молоді загальний рівень соціальної тривожності перебуває в межах нормативних значень, відображаючи природну комунікативну чутливість, властиву даному віковому періоду. Водночас значна частка респондентів виявила помірний рівень тривоги, що сигналізує про наявність латентних бар'єрів спілкування, які активізуються в ситуаціях високої соціальної відповідальності (іспити, публічні виступи, знайомства). Виявлена група студентів із високим рівнем соціальної тривожності демонструє виражені стани дезадаптованості, хронічного емоційного виснаження та потребує цілеспрямованої психологічної корекції, оскільки такий рівень суттєво обмежує життєдіяльність особистості.

Результати кореляційного аналізу за критерієм Спірмана повністю підтвердили центральну гіпотезу дослідження, виявивши розгалужену систему статистично значущих зв'язків, які розкривають деструктивний характер впливу соціальної тривожності на структуру міжособистісних взаємин особистості. Статистично доведено існування помірного прямого зв'язку між соціальною тривожністю та почуттям суб'єктивної самотності. Психологічний механізм цієї залежності виявляється у тому, що прагнення уникнути уявного сорому чи критики спонукає тривожних студентів обирати тактику захисного самовідсторонення й редукції соціальних контактів, що згодом закономірно трансформується у глибоке почуття емоційної ізольованості та неповноцінності свого комунікативного простору. Крім того, емпірично встановлено щільний взаємозв'язок між досліджуваним феноменом та дезадаптивними патернами романтичної прив'язаності, зокрема тривожним та уникаючим стилями за методикою ECR-R. Це свідчить, що базова недовіра до соціуму та очікування відторгнення генералізуються, переносячись на простір близьких, інтимних

стосунків. Як наслідок, соціально тривожна молодь у партнерських взаєминах або демонструє гіпертрофовану емоційну залежність, нав'язливу потребу в постійному підтвердженні власної значущості та страх покинутості, або ж реалізує стратегію превентивного емоційного дистанціювання, блокуючи формування глибокої прив'язаності з метою самозахисту. Особливу цінність мають дані, що розкривають зв'язок соціальної тривожності із безпосередніми типами інтерперсональної взаємодії за концепцією Т. Лірі. Прямі кореляційні зв'язки із залежним, підпорядкованим та підозрілим октантами доводять, що у ситуаціях спілкування тривожні респонденти схильні займати пасивну, безініціативну та конформну позицію. Вони легко відмовляються від власної автономії, делегують відповідальність лідерам і водночас виявляють приховану внутрішню ворожість, упередженість та недовіру до оточуючих, трактуючи їхні дії як потенційно загрожуючі. Цей деструктивний комплекс супроводжується значущим оберненим зв'язком із доброзичливим та альтруїстичним стилями поведінки. Соціальна тривожність виступає внутрішнім психологічним бар'єром, який сковує просоціальну активність особистості, паралізує здатність до спонтанного виявлення емпатії, відкритості та щирого безкорисливого співробітництва, заміщуючи їх егоцентричною зосередженістю на власних переживаннях та безпеці. Застосування порівняльного аналізу за критерієм Краскелла-Уолліса дозволило встановити, що рівні вираження соціальної тривожності, самотності та характеристик прив'язаності залишаються високостабільними у різних підгрупах вибірки, не виявляючи значущих відмінностей залежно від курсу навчання або обраної спеціальності респондентів. Це свідчить про те, що соціальна тривожність є стійкою, інтегрованою структурою особистості, яка не здатна до спонтанного нівелювання лише під впливом фактора тривалості перебування у закладі вищої освіти. Специфічні розбіжності було зафіксовано лише щодо альтруїстичного стилю взаємодії, який виявився чутливішим до мікросоціального виховного контексту та професійної спрямованості груп. Натомість показник суб'єктивної

самотності продемонстрував коливання лише на рівні статистичної тенденції, що відображає певну динаміку переживання соціальної ізолюваності на різних етапах академічної адаптації, яка, проте, не ламає загальних тенденцій розвитку. Побудовані на основі контрастного аналізу психологічні профілі унаочнили полярність міжособистісного функціонування студентів. Студенти з низьким рівнем соціальної тривожності характеризуються оптимальною соціальною інтегрованістю, низьким емоційним напруженням, незалежністю та сформованою готовністю до розбудови тривалих, екологічних, емпатійних та просоціальних взаємин. На противагу їм, респонденти з високим рівнем соціальної тривожності демонструють дезадаптивний профіль, обтяжений деструктивно високими показниками самотності, емоційної залежності, комунікативної пасивності на тлі вираженого дефіциту здатності до емпатійного та альтруїстичного відгуку.

Узагальнюючи вищезазначене, можна констатувати, що поставлена мета дослідження досягнута повністю, а висунуті гіпотези знайшли своє всебічне емпіричне підтвердження. Доведено, що соціальна тривожність є вагомим деструктивним чинником, який системно викривлює, деформує та збіднює інтерперсональну сферу студентської молоді, блокує просоціальні поведінкові стратегії та провокує розвиток глибокої міжособистісної ізоляції й психологічної залежності.

Практична значущість роботи полягає в тому, що її результати можуть бути безпосередньо використані психологічними службами закладів вищої освіти для розробки та реалізації цілеспрямованих програм психопрофілактики, консультування та психокорекції. Науково обґрунтовано необхідність впровадження спеціалізованих тренінгових комплексів (зокрема, тренінгів комунікативної компетентності, впевненості у собі, методів когнітивно-поведінкової та арт-терапії), орієнтованих на редукцію страху соціальної оцінки, трансформацію ірраціональних когнітивних схем та оптимізацію всієї системи міжособистісних взаємин студентів. Перспективи подальших наукових пошуків

у цьому напрямі вбачаються у дослідженні гендерних відмінностей проявів соціальної тривожності та вивченні специфіки її впливу на адаптаційні процеси студентів в умовах тривалого дистанційного або змішаного навчання.



СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Аврамчук О. Розлад соціальної тривожності: актуальність та перспективи. Психосоматична медицина та загальна практика, 2019. DOI: [10.26766/pmgp.v3i3.103](https://doi.org/10.26766/pmgp.v3i3.103) URL: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/103> (дата звернення: 24.02.2026)
2. Аврамчук О. Роль впливу соціального уникнення та дистанціювання на схильність до тривожних розладів у період пандемії Covid-19. Психосоматична медицина та загальна практика, 2021. № 6(4). DOI: [10.26766/pmgp.v6i4.338](https://doi.org/10.26766/pmgp.v6i4.338) URL: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/338> (дата звернення: 25.02.2026)
3. Амбаслямова Л. Тривожність особистості в умовах війни: теоретичний аналіз. Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія. Випуск 72. URL: <http://journals.hnpu.edu.ua/index.php/psychology/article/view/17122> (дата звернення: 27.02.2026)
4. Андрійчук, І. П. Особливості прояву соціальної тривожності у студентському віці. Психологічний часопис. 2021. Т. 7, № 3. С. 45–56. URL: <https://www.pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/1078/1029> (дата звернення: 24.05.2026)
5. Андрущенко А.В. Психологічні засади міжособистісної взаємодії з особами, які постраждали після перебування в умовах бойових дій. Habitus. 2026. Т. 2, Вип. 83.
6. Асеева Ю., Возний Д., Волинчук Т. Психічне здоров'я молоді в умовах війни: результати психодіагностики та терапевтичних інтервенцій. Ментальне здоров'я, 2024. № 3. DOI: <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2024-3-4>
7. Батраченко І. С. Соціальна тривожність у міжособистісній взаємодії студентів. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2021. Вип. 10. С. 13-19.

8. Бедан В.Б. Індивідуально-типологічні особливості схильності особистості до переживання самотності. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук – 19.00.01 – загальна психологія, історія психології (053 Психологія) – Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського», Одеса, 2018. (UCLA)
9. Бек А., Деніз Д. Девіс, Фріман А. Когнітивна психотерапія розладів особистості. Київ: Науковий світ, 2024. 560 с.
- 10.Блохіна І.О. Психологічні причини виникнення тривожності у студентів. Вісник психології та педагогіки. 2021.
- 11.Бучковська С. А. Взаємозв'язок складових переживання самотності та міжособистісних стосунків у юнаків та дівчат : випускна кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня «бакалавр» зі спеціальності 053 «Психологія» / Бучковська Світлана Анатоліївна ; наук. керівник С. М. Бойко ; Харківський національний університет внутрішніх справ, Навчально-науковий інститут № 5, Кафедра соціології та психології. Харків, 2025.
- 12.Власова О. І. Психологія емоційної сфери особистості. Одеса: Астропринт, 2019. 280 с.
- 13.Волошок О.В. Психологічний зміст та особистісні чинники тривожних переживань студентської молоді. Психологічний журнал. 2022. DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.36.24> (doi.org in Bing).
- 14.Дослідження характерологічних тенденцій за методикою Т.Лірі. Конотопський індустріально-педагогічний фаховий коледж СумДУ [веб-сайт]. URL: <https://kipt.sumdu.edu.ua/uk/studentam/sotsialno-psykholohichna-sluzhba/item/2470-doslidzhennia-kharakterolohichnykh-tendentsii-za-metodykoiu-tliri> (дата звернення: 10.10.2025)
- 15.Завязкіна Н., Яценко В. Інтолерантність до невизначеності як чинник соціальної тривожності у студентської молоді. Збірник наукових праць

- «Проблеми сучасної психології», 2021. №52. С. 39–60. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2021-52.39-60>
16. Казанжи М., Вторнікова Ю. Україномовна адаптація комплексу методик діагностики прив'язаності особистості. Наука і освіта, 2022. №4. С. 41–48. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2022-4-8>
 17. Карабанова О. А. Психологічні особливості соціальної тривожності студентської молоді. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2020. №2. С. 45–51
 18. Кірева В. Теоретичне осмислення соціальної тривожності як сучасної проблеми юнацького віку. Актуальні проблеми реалізації адаптаційного потенціалу особистості в сучасних умовах життєдіяльності: матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції, 13–14 листопада 2025 р. / за ред. проф. В. А. Оверчук. Вінниця: ДонНУ імені Василя Стуса, 2025. С. 302–306.
 19. Коць Є. М. Психологічні особливості когнітивно-поведінкових стратегій осіб із соціальною тривожністю : дис. ... канд. психол. наук (докт. філософії) : 19.00.01 Коць Євгенія Михайлівна ; Волинський національний університет імені Лесі Українки. Луцьк, 2023. 215 с. URL: <http://ra.vnu.edu.ua/wp-content/uploads/2018/07/Kots-YE.M.-dysertatsiya.pdf> (дата звернення: 24.05.2026).
 20. Крижановська З. Типи прив'язаності та їх корекція: методичні рекомендації. Волинський національний університет ім. Лесі Українки. Луцьк, 2025.
 21. Лапіна Г. В. Психодіагностика та психологічна корекція особистості. Київ: Кондор, 2021. 368 с.
 22. Ложкін Г. В., Пов'якель Н. І. Практична психологія: діагностика, корекція, консультування. Київ: Видавництво КНТ, 2017. 368 с.
 23. Максимова Н. О. Психологічні особливості тривожності у підлітковому та юнацькому віці. Київ: Видавництво КНУ імені Т. Шевченка, 2018. 216 с.

- 24.Методика діагностики міжособистісних відносин. Психологічні методики та тести. Автоматичний підрахунок [веб-сайт]. URL: https://www.eztests.xyz/tests/social_leary/ (дата звернення: 10.10.2025)
- 25.Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: підручник. Київ: Академвидав, 2011. 544 с.
- 26.Остапенко М. Соціальна напруженість: зміни в умовах війни. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 22. Політичні науки та методика викладання соціально-політичних дисциплін. 2023.Вип. 33. С. 13-
- 27.Пілецька Л., Євченко І. Вплив соціальних очікувань студентської молоді на переживання тривоги в період пандемії COVID-19. Психологічні науки. 2022. DOI: <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2022-2-4>.
- 28.Пономаренко Т. І., Сидоренко Ю. В. Тривожність і депресія у студентів: виклики для освітнього середовища в умовах війни. Ментальне здоров'я, 2025. №2. С. 70-78. DOI <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2025-2.12>
- 29.Співак Л., Османова А. Психодіагностика в клінічній психології. Київ: Університет «Україна», 2023. 228 с.
- 30.Стрілецька І. І. Специфіка та характер взаємозв'язку тривожності та соціального інтелекту студентів різних спеціальностей. Наука і освіта, 2017. №1. С.21-28. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2017-1-4>
- 31.Теорія прив'язаності: 4 типи прив'язаності. Психологер. 2023. URL: <https://psychologer.com/attachment-types> (дата звернення: 25.05.2026).
- 32.Тест на тип прив'язаності у стосунках (ECR-R). PrismaTest [веб-сайт]. URL: <https://prismatest.com/uk/tests/ecr-r> (дата звернення: 10.10.2025)
- 33.Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ: Либідь, 2016. 320 с.
- 34.Хлян Т. Соціально-психологічні детермінанти тривожності студентської молоді: кваліфікаційна робота. Львівський державний університет внутрішніх справ. Львів, 2024. URL:

- <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/28789> (дата звернення: 25.05.2026).
35. Шкала оцінки соціальної фобії SPIN. Український інститут когнітивно-поведінкової терапії [веб-сайт]. URL: <https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2017/11/SPIN-%D0%A8%D0%9A%D0%90%D0%9B%D0%90-%D0%A1%D0%9E%D0%A6%D0%86%D0%90%D0%9B%D0%AC%D0%9D%D0%9E%D0%87-%D0%A4%D0%9E%D0%91%D0%86%D0%87.pdf> (дата звернення: 10.10.2025)
 36. Шкала самотності UCLA. Психологічні методики та тести. Автоматичний підрахунок [веб-сайт]. URL: https://www.eztests.xyz/tests/loneliness_ucla/ (дата звернення: 10.10.2025)
 37. Яремко Р.Я., Гродська В.М., Дзюбак А.В., Ільків Х.В. Теоретичне дослідження проблеми тривожності особистості у психологічній літературі. Актуальні проблеми психології. 2022.
 38. Ainsworth M.D.S., Blehar M.C., Waters E., Wall S. Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1978.
 39. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). Washington, DC: APA, 2013. DOI: <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596> (doi.org in Bing).
 40. Avramchuk O. (2023). Pathogenetic mechanisms of comorbid anxiety disorders in persons with social anxiety disorder: the role of dysfunction cognitive schemes. Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv. Psychology, 2023. Vol. 2. No 18. DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).2](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).2)
 41. Bartholomew K., Horowitz L.M. Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. Journal of Personality and Social Psychology. 1991. Vol. 61, No. 2. P. 226–244. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226> (doi.org in Bing).

42. Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety Disorders and Phobias: A Cognitive Perspective*. New York: Basic Books. 368 p.
43. Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. New-York: BASIC BOOKS.
44. Clark, D. M., & Wells, A. A Cognitive Model of Social Phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier. (1995). *Social Phobia: Diagnosis, Assessment, and Treatment*. New York: Guilford Press,. P. 69–93.
45. Collins N.L., Read S.J. Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1990. Vol. 58, No. 4. P. 644–663. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644> (doi.org in Bing).
46. Connor, K. M., Davidson, J. R., Churchill, L. E., Sherwood, A., Foa, E., & Weisler, R. H. (2000). Psychometric properties of the Social Phobia Inventory (SPIN). New self-rating scale. *The British journal of psychiatry: the journal of mental science*, 176, 379–386. <https://doi.org/10.1192/bjp.176.4.379>
47. Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350–365. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.350> (тип прив'язаності)
48. Gray, J. A., & McNaughton, N. *The Neuropsychology of Anxiety: An Enquiry into the Functions of the Septo-hippocampal System*. Oxford: Oxford University Press, 2000. 440 p.
49. Hofmann S.G., DiBartolo P.M. *Social Anxiety: Clinical, Developmental, and Social Perspectives*. Amsterdam: Academic Press, 2010.
50. Hofmann, S. G. Cognitive Factors that Maintain Social Anxiety Disorder: A Comprehensive Model and Its Treatment Implications. *Cognitive Behaviour Therapy*, 2007, 36(4), 193–209.

51. Kashdan T.B., McKnight P.E. The darker side of social anxiety: When social anxiety prevents positive experiences. *Journal of Anxiety Disorders*. 2010. Vol. 24, No. 4. P. 422–426. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.02.002> (doi.org in Bing).
52. Lazarus, R. S. *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press, 1991. 557 p.
53. Leahy, R. L. *The Worry Cure: Seven Steps to Stop Worry from Stopping You*. New York: Harmony Books, 2005. 289 p.
54. Liebowitz, M. R. (1987). Social Phobia. *Modern Problems of Pharmacopsychiatry*, 22, 141–173.
55. Mikulincer M., Shaver P.R. *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change*. New York: Guilford Press, 2016.
56. Spence S.H., Rapee R.M. The etiology of social anxiety disorder in youth. *Clinical Child and Family Psychology Review*. 2016. Vol. 19, No. 2. P. 135–153. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10567-016-0202-y> (doi.org in Bing).
57. Stein M.B., Stein D.J. Social anxiety disorder. *Lancet*. 2008. Vol. 371, No. 9618. P. 1115–1125. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(08\)60488-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(08)60488-2) (doi.org in Bing).

ДОДАТКИ

Додаток А

Зведена таблиця результатів респондентів

ID	Курс	Шифр спеціальності	Соц. трив.	Самотність	Трив. прив.	Уник. прив.	Л: Авторит.	Л: Егоїст.	Л: Агресив.	Л: Підозр.	Л: Підпорядк.	Л: Залеж.	Л: Доброзив.	Л: Альтруїст.
1	3	C1	12,00	30,00	2,72	2,22	13,00	8,00	9,00	6,00	9,00	11,00	8,00	9,00
2	3	C1	21,00	45,00	4,22	3,17	9,00	9,00	5,00	7,00	6,00	7,00	7,00	9,00
3	3	C1	13,00	34,00	3,56	1,39	7,00	5,00	7,00	10,00	11,00	8,00	9,00	8,00
4	2	C1	37,00	39,00	4,61	3,33	5,00	4,00	7,00	11,00	11,00	9,00	10,00	5,00
5	3	C1	23,00	41,00	1,94	1,44	12,00	7,00	8,00	7,00	6,00	5,00	12,00	8,00
6	2	C1	52,00	59,00	4,11	4,70	5,00	6,00	4,00	0,00	5,00	6,00	8,00	8,00
7	3	C1	23,00	40,00	3,56	3,00	13,00	12,00	10,00	7,00	4,00	8,00	8,00	6,00
8	3	C1	51,00	50,00	3,67	1,78	6,00	9,00	9,00	13,00	5,00	6,00	3,00	5,00
9	3	C1	5,00	38,00	1,89	2,28	10,00	10,00	4,00	6,00	2,00	2,00	5,00	7,00
10	1	C1	19,00	40,00	3,72	2,56	5,00	4,00	7,00	6,00	9,00	7,00	8,00	12,00
11	3	C4	14,00	55,00	3,39	3,50	4,00	5,00	11,00	8,00	10,00	2,00	5,00	4,00
12	3	C4	34,00	38,00	4,56	3,72	11,00	11,00	10,00	11,00	14,00	13,00	14,00	11,00
13	2	C4	6,00	29,00	2,67	1,70	10,00	8,00	6,00	3,00	4,00	5,00	9,00	9,00
14	3	C4	15,00	47,00	5,89	3,17	10,00	8,00	5,00	13,00	9,00	9,00	7,00	8,00
15	2	C4	21,00	30,00	1,44	1,17	8,00	5,00	7,00	5,00	7,00	6,00	9,00	9,00
16	3	C4	21,00	40,00	2,83	3,78	13,00	7,00	8,00	10,00	10,00	8,00	9,00	10,00
17	2	C4	11,00	30,00	2,56	2,11	10,00	5,00	6,00	1,00	5,00	10,00	10,00	10,00
18	3	C4	10,00	48,00	2,17	3,44	8,00	7,00	7,00	5,00	6,00	2,00	8,00	7,00
19	3	C4	34,00	40,00	4,28	2,11	9,00	13,00	13,00	10,00	3,00	8,00	6,00	6,00
20	3	C4	37,00	51,00	5,67	2,72	3,00	6,00	9,00	11,00	11,00	4,00	9,00	7,00

21	2	C4	6,00	25,00	2,17	1,50	11,00	11,00	11,00	12,00	3,00	5,00	4,00	7,00
22	2	C4	12,00	37,00	3,89	1,78	9,00	8,00	7,00	7,00	7,00	4,00	4,00	7,00
23	2	C4	0,00	0,00	1,68	1,60	11,00	8,00	9,00	8,00	10,00	12,00	12,00	13,00
24	2	C4	12,00	38,00	1,67	4,89	13,00	8,00	9,00	6,00	9,00	8,00	13,00	14,00
25	2	C4	13,00	43,00	2,78	2,89	13,00	8,00	9,00	8,00	6,00	5,00	8,00	9,00
26	2	C4	20,00	40,00	3,67	3,56	3,00	3,00	3,00	0,00	4,00	4,00	7,00	3,00
27	3	C4	10,00	33,00	2,17	1,11	11,00	7,00	8,00	5,00	4,00	4,00	9,00	9,00
28	3	C4	19,00	43,00	3,39	3,06	14,00	9,00	11,00	8,00	4,00	7,00	5,00	6,00
29	4	C4	44,00	43,00	1,00	3,70	8,00	9,00	8,00	2,00	2,00	3,00	6,00	4,00
30	3	C4	29,00	37,00	2,72	2,17	3,00	4,00	4,00	3,00	11,00	11,00	10,00	12,00
31	2	C4	36,00	33,00	3,22	1,75	9,00	4,00	6,00	7,00	11,00	10,00	12,00	15,00
32	2	C4	5,00	31,00	2,94	1,72	14,00	10,00	8,00	4,00	4,00	7,00	9,00	10,00
33	2	C4	6,00	40,00	4,00	2,50	11,00	8,00	9,00	9,00	14,00	13,00	15,00	11,00
34	2	C4	1,00	31,00	5,56	2,67	12,00	5,00	9,00	9,00	5,00	10,00	7,00	12,00
35	2	C4	7,00	36,00	1,50	1,39	9,00	7,00	2,00	1,00	6,00	8,00	13,00	12,00
36	2	C4	6,00	31,00	3,22	2,33	12,00	8,00	6,00	5,00	10,00	6,00	7,00	9,00
37	2	C4	21,00	38,00	1,89	1,17	9,00	6,00	10,00	8,00	9,00	5,00	9,00	11,00
38	2	C4	9,00	26,00	1,94	2,11	6,00	10,00	7,00	4,00	5,00	10,00	12,00	9,00
39	2	C4	22,00	60,00	3,94	3,72	7,00	6,00	5,00	13,00	9,00	8,00	10,00	5,00
40	2	C4	34,00	42,00	3,83	3,22	4,00	4,00	4,00	4,00	10,00	4,00	7,00	9,00
41	2	C4	9,00	32,00	3,28	1,83	12,00	3,00	10,00	6,00	10,00	12,00	12,00	13,00
42	2	C4	53,00	49,00	3,56	3,22	5,00	5,00	7,00	10,00	10,00	10,00	9,00	6,00
43	4	C4	32,00	36,00	2,00	2,00	13,00	10,00	10,00	7,00	10,00	13,00	15,00	16,00
44	3	C4	24,00	30,00	3,50	3,00	9,00	8,00	7,00	5,00	2,00	3,00	8,00	9,00
45	3	C4	34,00	50,00	5,22	1,72	4,00	7,00	5,00	12,00	9,00	9,00	7,00	10,00
46	3	C4	5,00	24,00	1,89	1,22	7,00	5,00	6,00	0,00	5,00	5,00	12,00	15,00
47	3	C4	15,00	33,00	3,28	2,72	11,00	8,00	10,00	13,00	4,00	5,00	8,00	9,00

48	3	C4	9,00	35,00	3,22	3,06	13,00	7,00	8,00	6,00	6,00	7,00	6,00	5,00
49	3	C4	24,00	53,00	3,67	4,28	3,00	2,00	5,00	3,00	11,00	6,00	9,00	10,00
50	3	C4	7,00	24,00	2,39	1,22	12,00	9,00	8,00	6,00	3,00	7,00	9,00	7,00
51	3	C4	45,00	47,00	3,22	2,06	4,00	2,00	2,00	5,00	12,00	14,00	15,00	15,00
52	3	C4	11,00	43,00	2,50	3,28	8,00	8,00	8,00	5,00	8,00	4,00	7,00	6,00
53	3	C4	17,00	32,00	4,06	2,72	10,00	6,00	9,00	5,00	7,00	6,00	9,00	13,00
54	3	C4	11,00	27,00	2,78	1,28	13,00	7,00	9,00	5,00	8,00	10,00	9,00	8,00
55	3	C4	9,00	27,00	1,39	1,33	9,00	8,00	8,00	0,00	4,00	6,00	8,00	8,00
56	3	C4	6,00	28,00	1,50	1,56	12,00	8,00	8,00	5,00	8,00	7,00	9,00	10,00
57	3	C4	28,00	52,00	4,78	3,72	9,00	11,00	13,00	11,00	12,00	10,00	14,00	10,00
58	3	C4	7,00	29,00	2,06	1,61	8,00	7,00	10,00	7,00	8,00	7,00	7,00	7,00
59	3	C4	19,00	38,00	3,39	4,67	10,00	8,00	8,00	8,00	7,00	11,00	9,00	10,00
60	3	C4	25,00	48,00	4,17	3,72	4,00	3,00	5,00	8,00	11,00	10,00	13,00	13,00
61	3	C4	2,00	35,00	1,33	1,11	10,00	6,00	8,00	9,00	5,00	6,00	9,00	11,00
62	2	C4	41,00	35,00	3,39	2,83	5,00	7,00	10,00	9,00	11,00	13,00	12,00	7,00
63	3	A4.01	7,00	24,00	2,44	2,28	10,00	8,00	6,00	2,00	7,00	7,00	8,00	10,00
64	1	A4.01	27,00	34,00	4,00	4,00	1,00	7,00	5,00	3,00	3,00	11,00	8,00	9,00
65	2	A4.01	7,00	7,00	1,33	1,90	2,00	8,00	6,00	6,00	11,00	10,00	8,00	13,00
66	1	A4.01	13,00	26,00	1,39	2,22	5,00	7,00	10,00	9,00	0,00	13,00	12,00	7,00
67	1	A4.01	14,00	34,00	3,89	3,50	8,00	8,00	8,00	7,00	10,00	10,00	13,00	11,00
68	1	A4.01	47,00	36,00	4,57	2,72	10,00	5,00	6,00	5,00	3,00	9,00	13,00	15,00
69	3	A4.01	26,00	55,00	3,67	1,89	9,00	4,00	7,00	9,00	11,00	8,00	10,00	10,00
70	3	A4.01	23,00	43,00	4,22	3,17	12,00	6,00	11,00	14,00	12,00	6,00	7,00	10,00
71	3	A4.01	32,00	46,00	3,39	2,44	7,00	6,00	9,00	16,00	12,00	11,00	8,00	12,00
72	1	A4.01	11,00	42,00	3,06	2,61	8,00	7,00	8,00	5,00	8,00	8,00	9,00	12,00
73	3	A4.01	13,00	31,00	3,44	1,83	14,00	10,00	9,00	10,00	8,00	10,00	11,00	12,00
74	3	A4.01	18,00	40,00	2,39	2,39	14,00	12,00	14,00	10,00	7,00	15,00	10,00	14,00

75	3	A4.01	7,00	25,00	2,78	1,83	10,00	8,00	10,00	11,00	3,00	8,00	7,00	13,00
76	3	A4.01	7,00	28,00	1,61	1,89	7,00	4,00	7,00	9,00	9,00	7,00	7,00	14,00
77	3	A4.01	6,00	22,00	2,33	1,72	12,00	8,00	9,00	12,00	10,00	7,00	10,00	12,00
78	2	A4.01	13,00	25,00	2,00	1,39	7,00	7,00	7,00	4,00	8,00	10,00	10,00	6,00
79	4	A4.01	14,00	30,00	4,56	3,00	11,00	6,00	6,00	8,00	5,00	6,00	9,00	12,00
80	4	A4.01	31,00	39,00	2,50	1,39	9,00	5,00	7,00	6,00	10,00	10,00	9,00	7,00
81	1	A4.01	14,00	14,00	3,39	2,49	8,00	6,00	5,00	3,00	4,00	3,00	8,00	7,00
82	1	A4.01	15,00	40,00	4,78	4,17	10,00	7,00	11,00	8,00	12,00	10,00	11,00	11,00
83	2	A4.01	26,00	43,00	2,33	1,72	12,00	9,00	10,00	4,00	8,00	9,00	11,00	15,00
84	3	A4.01	23,00	47,00	3,44	2,06	10,00	9,00	10,00	0,00	5,00	5,00	8,00	9,00
85	2	A4.01	34,00	31,00	5,33	2,72	9,00	7,00	10,00	12,00	10,00	10,00	13,00	16,00
86	3	A4.01	29,00	47,00	4,94	4,00	3,00	4,00	5,00	4,00	4,00	9,00	7,00	7,00
87	2	A4.01	24,00	38,00	4,39	2,00	6,00	4,00	11,00	8,00	8,00	7,00	6,00	8,00
88	4	A4.01	39,00	41,00	4,33	1,39	8,00	7,00	8,00	7,00	10,00	14,00	10,00	13,00
89	4	A4.01	32,00	34,00	3,83	3,11	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00	8,00	12,00
90	2	A4.01	10,00	37,00	1,50	1,94	6,00	5,00	7,00	2,00	5,00	9,00	7,00	11,00
91	1	A4.01	10,00	38,00	2,39	2,44	11,00	11,00	9,00	5,00	6,00	11,00	12,00	8,00
92	1	A4.01	11,00	20,00	2,28	2,58	9,00	10,00	8,00	9,00	7,00	9,00	12,00	10,00
93	1	A4.01	6,00	33,00	3,11	3,39	9,00	7,00	8,00	7,00	9,00	7,00	12,00	11,00
94	4	A4.01	38,00	60,00	4,33	3,89	10,00	8,00	6,00	6,00	8,00	7,00	10,00	14,00
95	1	A4.01	12,00	26,00	0,23	0,12	10,00	7,00	6,00	1,00	3,00	4,00	11,00	10,00
96	2	A4.01	1,00	26,00	2,28	2,78	11,00	7,00	11,00	12,00	4,00	8,00	9,00	11,00
97	2	A4.01	13,00	49,00	4,50	1,60	13,00	10,00	11,00	9,00	7,00	11,00	11,00	11,00
98	2	A4.01	20,00	31,00	2,06	1,61	12,00	9,00	7,00	4,00	0,00	8,00	12,00	7,00
99	1	A4.01	19,00	56,00	4,70	3,00	9,00	13,00	9,00	5,00	4,00	6,00	6,00	9,00
100	1	A4.01	12,00	29,00	2,56	3,67	6,00	6,00	3,00	1,00	3,00	2,00	9,00	2,00
101	1	A4.01	9,00	45,00	4,22	3,56	13,00	8,00	9,00	5,00	6,00	6,00	9,00	10,00

1														
10	1	A4.01	4,00	27,00	1,72	1,00	12,00	9,00	7,00	5,00	6,00	9,00	11,00	12,00
2														
10	1	A4.01	23,00	28,00	3,39	1,78	8,00	6,00	7,00	0,00	3,00	7,00	10,00	7,00
3														
10	3	A4.01	14,00	32,00	1,00	1,00	13,00	8,00	9,00	5,00	6,00	6,00	9,00	10,00
4														
10	3	A4.01	19,00	31,00	2,33	1,28	9,00	8,00	5,00	7,00	10,00	7,00	10,00	12,00
5														
10	2	A4.01	12,00	26,00	4,44	3,00	9,00	6,00	5,00	5,00	9,00	7,00	8,00	9,00
6														
10	1	E1	1,00	26,00	1,83	1,50	12,00	8,00	6,00	3,00	6,00	8,00	11,00	12,00
7														
10	1	E1	8,00	55,00	2,94	1,44	12,00	8,00	10,00	10,00	8,00	13,00	11,00	12,00
8														
10	3	E1	20,00	36,00	1,94	1,94	10,00	3,00	7,00	3,00	7,00	11,00	10,00	11,00
9														
11	3	E1	3,00	33,00	3,00	1,78	11,00	9,00	5,00	4,00	6,00	8,00	11,00	14,00
0														
11	3	E1	4,00	29,00	2,61	1,94	10,00	6,00	9,00	7,00	5,00	10,00	13,00	16,00
1														
11	3	E1	17,00	56,00	3,61	4,17	12,00	9,00	7,00	12,00	11,00	8,00	11,00	10,00
2														
11	3	E1	18,00	32,00	4,78	1,46	14,00	7,00	7,00	4,00	9,00	10,00	11,00	14,00
3														
11	3	E1	49,00	52,00	5,61	1,56	4,00	1,00	3,00	8,00	13,00	13,00	10,00	11,00
4														
11	1	E1	40,00	57,00	2,56	2,28	7,00	3,00	8,00	10,00	11,00	10,00	13,00	12,00
5														
11	1	B11.01	21,00	31,00	4,06	4,00	13,00	7,00	7,00	4,00	8,00	7,00	5,00	7,00
6														
11	1	B11.01	43,00	60,00	4,44	2,50	6,00	4,00	2,00	10,00	9,00	7,00	6,00	10,00
7														
11	1	B11.01	22,00	31,00	2,61	1,61	8,00	6,00	6,00	5,00	11,00	8,00	11,00	13,00
8														
11	1	B11.01	6	26,00	1,72	1,78	9,00	7,00	4,00	0,00	5,00	8,00	8,00	7,00
9														

12 0	1	B11.01	27,00	42,00	3,50	4,94	7,00	8,00	6,00	8,00	7,00	3,00	8,00	6,00
12 1	1	B11.01	12,00	27,00	3,72	2,67	4,00	5,00	9,00	8,00	10,00	8,00	5,00	5,00
12 2	1	B11.01	32,00	53,00	4,89	2,33	15,00	14,00	15,00	8,00	2,00	3,00	5,00	3,00
12 3	1	B11.01	0,00	4,00	4,39	2,00	4,00	9,00	10,00	10,00	4,00	10,00	6,00	8,00
12 4	1	B11.01	10,00	31,00	4,11	3,17	4,00	5,00	10,00	11,00	8,00	7,00	7,00	4,00
12 5	1	B11.01	2,00	20,00	2,17	2,39	14,00	11,00	10,00	6,00	5,00	4,00	7,00	5,00
12 6	1	B11.01	8,00	25,00	1,70	1,90	7,00	5,00	4,00	0,00	4,00	6,00	8,00	7,00
12 7	4	B11.01	19,00	31,00	2,50	2,78	10,00	9,00	10,00	9,00	6,00	6,00	7,00	10,00
12 8	1	B11.01	36,00	33,00	4,39	3,56	4,00	1,00	5,00	4,00	13,00	13,00	13,00	13,00
12 9	1	B11.01	22,00	38,00	3,17	3,83	11,00	12,00	7,00	11,00	7,00	9,00	5,00	5,00
13 0	4	B11.01	5,00	23,00	1,06	1,22	11,00	7,00	7,00	0,00	6,00	9,00	10,00	8,00
13 1	4	B11.01	27,00	30,00	3,11	1,39	9,00	8,00	8,00	0,00	4,00	6,00	8,00	—
13 2	4	B11.01	6,00	30,00	1,33	1,56	10,00	7,00	7,00	3,00	6,00	6,00	9,00	9,00
13 3	1	B11.01	22,00	8,00	2,33	4,00	11,00	7,00	8,00	1,00	3,00	5,00	8,00	9,00
13 4	4	B11.01	34,00	34,00	4,44	3,64	7,00	6,00	6,00	5,00	7,00	11,00	11,00	12,00
13 5	4	B11.01	44,00	60,00	5,39	2,67	12,00	7,00	12,00	12,00	13,00	12,00	12,00	12,00
13 6	1	B11.01	50,00	49,00	6,00	2,98	8,00	6,00	9,00	11,00	10,00	8,00	11,00	13,00
13 7	1	B11.01	26,00	48,00	4,00	4,00	9,00	7,00	6,00	9,00	11,00	8,00	9,00	12,00
13 8	1	B11.01	10,00	32,00	2,06	1,44	10,00	6,00	5,00	1,00	7,00	9,00	10,00	11,00

13 9	4	B11.01	37,00	47,00	3,56	3,33	5,00	8,00	6,00	12,00	11,00	4,00	2,00	5,00
14 0	4	B11.01	17,00	27,00	3,33	2,94	14,00	9,00	9,00	2,00	4,00	7,00	10,00	9,00
14 1	2	B11.01	56,00	64,00	6,61	4,22	4,00	4,00	11,00	13,00	7,00	6,00	4,00	2,00
14 2	3	B11.01	31,00	35,00	3,67	2,56	8,00	5,00	4,00	2,00	6,00	7,00	10,00	9,00
14 3	3	B11.01	37,00	48,00	3,78	2,78	4,00	3,00	5,00	9,00	12,00	12,00	6,00	6,00
14 4	3	B11.01	9,00	31,00	3,44	3,61	9,00	9,00	7,00	7,00	5,00	10,00	12,00	10,00
14 5	1	B11.01	13,00	31,00	3,00	2,00	13,00	4,00	9,00	10,00	8,00	8,00	10,00	12,00
14 6	3	B11.01	52,00	31,00	3,20	3,70	6,00	3,00	5,00	3,00	2,00	1,00	5,00	6,00
14 7	2	B11.01	12,00	29,00	1,56	1,78	13,00	7,00	8,00	3,00	7,00	9,00	10,00	9,00
14 8	3	B11.01	37,00	47,00	5,72	2,72	4,00	5,00	3,00	6,00	14,00	10,00	11,00	11,00
14 9	3	B11.01	6,00	47,00	1,78	3,00	4,00	4,00	11,00	8,00	3,00	0,00	7,00	5,00
15 0	3	B11.01	7,00	30,00	2,06	2,33	9,00	7,00	7,00	7,00	9,00	5,00	8,00	6,00
15 1	3	B11.01	15,00	38,00	3,39	4,06	8,00	6,00	11,00	2,00	7,00	2,00	5,00	6,00
15 2	2	B11.01	19,00	46,00	3,39	1,89	10,00	7,00	6,00	4,00	8,00	8,00	12,00	11,00
15 3	2	B11.01	28,00	14,00	3,39	1,89	10,00	7,00	6,00	4,00	8,00	8,00	12,00	11,00
15 4	2	B11.01	9,00	44,00	3,44	2,89	14,00	8,00	8,00	2,00	5,00	3,00	11,00	9,00
15 5	3	B11.01	6,00	32,00	2,61	2,00	11,00	7,00	7,00	2,00	8,00	8,00	10,00	14,00
15 6	2	B11.01	9,00	39,00	2,94	2,00	12,00	7,00	7,00	2,00	5,00	6,00	9,00	10,00
15 7	3	B11.01	16,00	28,00	4,00	4,06	7,00	2,00	5,00	4,00	6,00	4,00	9,00	5,00

158	1	B11.01	22,00	33,00	1,67	1,83	9,00	7,00	6,00	2,00	8,00	8,00	8,00	8,00
159	1	B11.01	9,00	30,00	3,72	1,06	11,00	6,00	6,00	2,00	6,00	5,00	10,00	11,00
160	4	B11.01	0,00	22,00	1,67	1,00	12,00	8,00	9,00	6,00	1,00	7,00	8,00	8,00
161	1	C7	31,00	29,00	2,22	2,78	8,00	4,00	3,00	9,00	12,00	12,00	12,00	12,00
162	1	C7	13,00	34,00	3,50	2,56	15,00	3,00	6,00	2,00	5,00	6,00	11,00	10,00
163	1	C7	5,00	29,00	2,83	2,39	9,00	5,00	6,00	1,00	9,00	11,00	10,00	11,00
164	1	C7	2,00	28,00	2,11	2,94	15,00	11,00	9,00	4,00	5,00	5,00	10,00	10,00
165	1	C7	27,00	38,00	4,67	1,94	13,00	9,00	10,00	9,00	9,00	10,00	13,00	14,00
166	1	C7	16,00	54,00	4,00	4,00	4,00	5,00	2,00	5,00	9,00	7,00	11,00	5,00
167	1	C7	21,00	58,00	3,67	4,61	2,00	5,00	10,00	7,00	11,00	4,00	6,00	7,00
168	3	C7	12,00	28,00	2,00	2,06	7,00	7,00	6,00	3,00	4,00	5,00	7,00	7,00
169	3	C7	5,00	29,00	1,56	1,06	12,00	15,00	13,00	5,00	10,00	11,00	12,00	12,00
170	3	C7	20,00	30,00	3,39	1,89	11,00	7,00	6,00	2,00	5,00	9,00	9,00	11,00
171	3	C7	6,00	21,00	2,72	3,70	9,00	11,00	11,00	9,00	7,00	7,00	10,00	10,00
172	3	C7	33,00	54,00	3,94	2,11	4,00	6,00	4,00	7,00	8,00	4,00	6,00	7,00
173	3	C7	12,00	34,00	5,61	3,39	15,00	10,00	7,00	6,00	4,00	6,00	10,00	7,00
174	2	C7	54,00	47,00	2,83	5,17	2,00	5,00	5,00	10,00	14,00	10,00	8,00	6,00
175	3	C7	33,00	51,00	3,89	5,39	5,00	8,00	8,00	8,00	15,00	9,00	11,00	12,00
176	3	C7	10,00	39,00	2,72	2,44	9,00	7,00	5,00	7,00	9,00	14,00	14,00	13,00

17 7	1	C7	19,00	42,00	4,00	1,37	10,00	5,00	7,00	12,00	13,00	12,00	11,00	15,00
17 8	3	C7	13,00	33,00	4,70	4,70	6,00	5,00	5,00	4,00	6,00	6,00	2,00	9,00
17 9	1	B9	16,00	55,00	6,72	2,72	12,00	5,00	8,00	9,00	4,00	10,00	10,00	8,00
18 0	1	B9	17,00	35,00	3,56	4,00	7,00	6,00	6,00	5,00	7,00	10,00	9,00	11,00
18 1	3	B9	43,00	75,00	3,50	6,00	4,00	6,00	8,00	9,00	8,00	4,00	7,00	6,00
18 2	1	B9	15,00	33,00	3,56	3,11	14,00	9,00	8,00	8,00	7,00	8,00	11,00	10,00
18 3	1	D8	10,00	52,00	3,67	2,94	15,00	15,00	13,00	7,00	4,00	5,00	8,00	10,00
18 4	1	D8	7,00	29,00	3,56	2,06	11,00	10,00	9,00	7,00	5,00	3,00	7,00	8,00
18 5	3	D8	54,00	55,00	4,28	3,72	2,00	5,00	8,00	11,00	13,00	11,00	8,00	7,00
18 6	3	D8	10,00	32,00	2,94	2,22	13,00	9,00	8,00	7,00	6,00	10,00	11,00	14,00
18 7	3	D8	10,00	32,00	2,77	2,22	13,00	9,00	8,00	7,00	6,00	10,00	11,00	14,00

Додаток Б

Перевірка на нормальність розподілу значень

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Соціальна_тривожність	,130	186	,000	,921	186	,000
Самотність	,094	186	,000	,973	186	,001
Тривожність	,060	186	,200*	,988	186	,106
Уникнення	,091	186	,001	,970	186	,001
Авторит	,108	186	,000	,964	186	,000
Егоїст	,116	186	,000	,972	186	,001
Агресивн	,089	186	,001	,981	186	,012
Підозр	,083	186	,003	,980	186	,010
Підпорядкування	,092	186	,001	,982	186	,018
Залежність	,086	186	,002	,986	186	,065
Доброзичливість	,082	186	,004	,983	186	,021
Альтруїстичність	,085	186	,002	,983	186	,025

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Додаток В

Кореляційний аналіз

Correlations			Соціальна _тривожніс ть	Самотніс ть	Тривожніс ть
Spearman's rho	Соціальна_тривожність	Correlation Coefficient	1,000	,594**	,512**
		Sig. (2-tailed)	.	,000	,000
		N	187	187	187
	Самотність	Correlation Coefficient	,594**	1,000	,520**
		Sig. (2-tailed)	,000	.	,000
		N	187	187	187
	Тривожність	Correlation Coefficient	,512**	,520**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	,000	.
		N	187	187	187
	Уникнення	Correlation Coefficient	,366**	,417**	,482**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000
		N	187	187	187
	Авторит	Correlation Coefficient	-,410**	-,232**	-,188**
		Sig. (2-tailed)	,000	,001	,010
		N	187	187	187
	Егоїст	Correlation Coefficient	-,301**	-,164*	-,171*
		Sig. (2-tailed)	,000	,025	,019
		N	187	187	187
	Агресивн	Correlation Coefficient	-,149*	,011	-,017
		Sig. (2-tailed)	,042	,886	,816
		N	187	187	187
	Підозр	Correlation Coefficient	,232**	,351**	,356**
		Sig. (2-tailed)	,001	,000	,000
		N	187	187	187
	Підпорядкування	Correlation Coefficient	,352**	,353**	,266**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000
		N	187	187	187
	Залежність	Correlation Coefficient	,130	,025	,108
		Sig. (2-tailed)	,076	,735	,143
		N	187	187	187
	Доброзичливість	Correlation Coefficient	-,025	-,078	-,086
		Sig. (2-tailed)	,735	,288	,241

	N	187	187	187
Альтруїстичність	Correlation Coefficient	-,082	-,087	-,028
	Sig. (2-tailed)	,266	,238	,700
	N	186	186	186

Correlations

			Уникнен ня	Автори т	Егоїст	Агреси вн
Spearman's rho	Соціальна_тривож ність	Correlation Coefficient	,366**	-,410**	-,301**	-,149*
		Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,042
		N	187	187	187	187
	Самотність	Correlation Coefficient	,417**	-,232**	-,164*	,011
		Sig. (2-tailed)	,000	,001	,025	,886
		N	187	187	187	187
	Тривожність	Correlation Coefficient	,482**	-,188**	-,171*	-,017
		Sig. (2-tailed)	,000	,010	,019	,816
		N	187	187	187	187
	Уникнення	Correlation Coefficient	1,000	-,274**	-,098	-,039
		Sig. (2-tailed)	.	,000	,184	,595
		N	187	187	187	187
	Авторит	Correlation Coefficient	-,274**	1,000	,562**	,396**
		Sig. (2-tailed)	,000	.	,000	,000
		N	187	187	187	187
	Егоїст	Correlation Coefficient	-,098	,562**	1,000	,434**
		Sig. (2-tailed)	,184	,000	.	,000
		N	187	187	187	187
	Агресивн	Correlation Coefficient	-,039	,396**	,434**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,595	,000	,000	.
		N	187	187	187	187
	Підозр	Correlation Coefficient	,189**	-,042	,093	,425**
		Sig. (2-tailed)	,010	,565	,208	,000
		N	187	187	187	187
	Підпорядкування	Correlation Coefficient	,136	-,268**	-,306**	-,058
		Sig. (2-tailed)	,064	,000	,000	,428
		N	187	187	187	187
	Залежність	Correlation Coefficient	-,113	,015	-,046	,023
		Sig. (2-tailed)	,124	,837	,530	,753
		N	187	187	187	187
	Доброзичливість	Correlation Coefficient	-,187*	,228**	,022	-,037
		Sig. (2-tailed)	,010	,002	,766	,618

	N	187	187	187	187
Альтруїстичність	Correlation Coefficient	-,267**	,249**	-,004	-,003
	Sig. (2-tailed)	,000	,001	,961	,971
	N	186	186	186	186

Correlations

		Підозр	Підпорядкування	Залежність
Spearman's rho	Соціальна_тривожність	Correlation Coefficient	,232**	,352**
		Sig. (2-tailed)	,001	,000
		N	187	187
Самотність	Correlation Coefficient	,351**	,353**	,025
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,735
	N	187	187	187
Тривожність	Correlation Coefficient	,356**	,266**	,108
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,143
	N	187	187	187
Уникнення	Correlation Coefficient	,189**	,136	-,113
	Sig. (2-tailed)	,010	,064	,124
	N	187	187	187
Авторит	Correlation Coefficient	-,042	-,268**	,015
	Sig. (2-tailed)	,565	,000	,837
	N	187	187	187
Егоїст	Correlation Coefficient	,093	-,306**	-,046
	Sig. (2-tailed)	,208	,000	,530
	N	187	187	187
Агресивн	Correlation Coefficient	,425**	-,058	,023
	Sig. (2-tailed)	,000	,428	,753
	N	187	187	187
Підозр	Correlation Coefficient	1,000	,411**	,246**
	Sig. (2-tailed)	.	,000	,001
	N	187	187	187
Підпорядкування	Correlation Coefficient	,411**	1,000	,453**
	Sig. (2-tailed)	,000	.	,000
	N	187	187	187
Залежність	Correlation Coefficient	,246**	,453**	1,000
	Sig. (2-tailed)	,001	,000	.
	N	187	187	187
Доброзичливість	Correlation Coefficient	-,046	,285**	,558**
	Sig. (2-tailed)	,534	,000	,000

	N	187	187	187
Альтруїстичність	Correlation Coefficient	,026	,312**	,493**
	Sig. (2-tailed)	,720	,000	,000
	N	186	186	186

Correlations

			Доброзичли вість	Альтруїстич ність
Spearman's rho	Соціальна_тривожніс ть	Correlation Coefficient	-,025	-,082
		Sig. (2-tailed)	,735	,266
		N	187	186
	Самотність	Correlation Coefficient	-,078	-,087
		Sig. (2-tailed)	,288	,238
		N	187	186
	Тривожність	Correlation Coefficient	-,086	-,028
		Sig. (2-tailed)	,241	,700
		N	187	186
	Уникнення	Correlation Coefficient	-,187*	-,267**
		Sig. (2-tailed)	,010	,000
		N	187	186
	Авторит	Correlation Coefficient	,228**	,249**
		Sig. (2-tailed)	,002	,001
		N	187	186
	Егоїст	Correlation Coefficient	,022	-,004
		Sig. (2-tailed)	,766	,961
		N	187	186
	Агресивн	Correlation Coefficient	-,037	-,003
		Sig. (2-tailed)	,618	,971
		N	187	186
	Підозр	Correlation Coefficient	-,046	,026
		Sig. (2-tailed)	,534	,720
		N	187	186
Підпорядкування	Correlation Coefficient	,285**	,312**	
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	
	N	187	186	
Залежність	Correlation Coefficient	,558**	,493**	
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	
	N	187	186	
Доброзичливість	Correlation Coefficient	1,000	,622**	
	Sig. (2-tailed)	.	,000	

	N	187	186
Альтруїстичність	Correlation Coefficient	,622**	1,000
	Sig. (2-tailed)	,000	.
	N	186	186

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).



Додаток Г

Порівняння показників респондентів за курсами навчання

Kruskal-Wallis Test

	Ranks		Mean Rank
	Курс	N	
Соціальна_тривожність	1 курс	53	87,99
	2 курс	41	89,89
	3 курс	77	94,64
	4 курс	16	121,38
	Total	187	
Самотність	1 курс	53	87,27
	2 курс	41	90,62
	3 курс	77	101,06
	4 курс	16	90,94
	Total	187	
Тривожність	1 курс	53	100,63
	2 курс	41	87,18
	3 курс	77	94,22
	4 курс	16	88,44
	Total	187	
Уникнення	1 курс	53	102,12
	2 курс	41	84,84
	3 курс	77	94,70
	4 курс	16	87,19
	Total	187	
Авторит	1 курс	53	94,87
	2 курс	41	93,34
	3 курс	77	91,60
	4 курс	16	104,34
	Total	187	
Егоїст	1 курс	53	91,00
	2 курс	41	87,22
	3 курс	77	95,79
	4 курс	16	112,69
	Total	187	
Агресивн	1 курс	53	90,43
	2 курс	41	93,89
	3 курс	77	94,73
	4 курс	16	102,59
	Total	187	
Підозр	1 курс	53	88,11
	2 курс	41	90,21
	3 курс	77	101,69
	4 курс	16	86,22
	Total	187	
Підпорядкування	1 курс	53	87,47
	2 курс	41	98,32

	3 курс	77	97,31
	4 курс	16	88,63
	Total	187	
Залежність	1 курс	53	94,51
	2 курс	41	99,32
	3 курс	77	90,36
	4 курс	16	96,22
	Total	187	
Доброзичливість	1 курс	53	99,99
	2 курс	41	101,65
	3 курс	77	86,31
	4 курс	16	91,56
	Total	187	
Альтруїстичність	1 курс	53	93,21
	2 курс	41	92,11
	3 курс	77	92,62
	4 курс	15	102,87
	Total	186	

Test Statistics ^{a,b}					
	Соціальна_т ривожність	Самотніст ь	Тривожність ь	Уникнення	Авторит
Kruskal-Wallis H	4,999	2,345	1,617	2,635	,762
df	3	3	3	3	3
Asymp. Sig.	,172	,504	,656	,451	,859

Test Statistics ^{a,b}						
	Егоїст	Агресив н	Підозр ання	Підпорядкув ання	Залежність ь	Доброзичли вість
Kruskal-Wallis H	2,853	,658	2,732	1,491	,785	3,099
df	3	3	3	3	3	3
Asymp. Sig.	,415	,883	,435	,684	,853	,377

Test Statistics ^{a,b}		Альтруїстичність
Kruskal-Wallis H		,509
df		3
Asymp. Sig.		,917

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Kypc

Додаток Д

Порівняння показників респондентів за спеціальностями

Kruskal-Wallis Test

		Ranks	
	Спеціальності	N	Mean Rank
Соціальна_тривожність	C4_Психологія	52	89,80
	A4.01._Середня_освіта	44	93,13
	B11.01_Філологія	45	98,06
	Інші_спеціальності	46	95,62
	Total	187	
Самотність	C4_Психологія	52	98,18
	A4.01._Середня_освіта	44	83,13
	B11.01_Філологія	45	83,77
	Інші_спеціальності	46	109,68
	Total	187	
Тривожність	C4_Психологія	52	84,95
	A4.01._Середня_освіта	44	91,95
	B11.01_Філологія	45	96,58
	Інші_спеціальності	46	103,66
	Total	187	
Уникнення	C4_Психологія	52	90,29
	A4.01._Середня_освіта	44	85,59
	B11.01_Філологія	45	99,92
	Інші_спеціальності	46	100,45
	Total	187	
Авторит	C4_Психологія	52	93,23
	A4.01._Середня_освіта	44	93,70
	B11.01_Філологія	45	90,69
	Інші_спеціальності	46	98,39
	Total	187	
Егоїст	C4_Психологія	52	95,08
	A4.01._Середня_освіта	44	102,24
	B11.01_Філологія	45	83,70
	Інші_спеціальності	46	94,98
	Total	187	
Агресивн	C4_Психологія	52	99,64
	A4.01._Середня_освіта	44	102,94
	B11.01_Філологія	45	86,88
	Інші_спеціальності	46	86,03
	Total	187	
Підозр	C4_Психологія	52	98,00

	A4.01._Середня_освіта	44	95,01
	B11.01_Філологія	45	80,83
	Інші_спеціальності	46	101,39
	Total	187	
Підпорядкування	C4_Психологія	52	97,94
	A4.01._Середня_освіта	44	88,03
	B11.01_Філологія	45	88,54
	Інші_спеціальності	46	100,59
	Total	187	
Залежність	C4_Психологія	52	88,83
	A4.01._Середня_освіта	44	104,13
	B11.01_Філологія	45	80,23
	Інші_спеціальності	46	103,63
	Total	187	
Доброзичливість	C4_Психологія	52	92,28
	A4.01._Середня_освіта	44	101,32
	B11.01_Філологія	45	79,79
	Інші_спеціальності	46	102,85
	Total	187	
Альтруїстичність	C4_Психологія	52	88,93
	A4.01._Середня_освіта	44	111,16
	B11.01_Філологія	44	75,58
	Інші_спеціальності	46	98,91
	Total	186	

Test Statistics ^{a,b}					
	Соціальна_т ривожність	Самотність ь	Тривожність ь	Уникнення	Авторит
Kruskal-Wallis H	,619	7,569	3,086	2,499	,487
df	3	3	3	3	3
Asymp. Sig.	,892	,056	,379	,476	,922

Test Statistics ^{a,b}						
	Егоїст	Агресив н	Підозр	Підпорядкув ання	Залежність ь	Доброзичли вість
Kruskal-Wallis H	2,737	3,601	3,848	1,966	6,458	5,265
df	3	3	3	3	3	3
Asymp. Sig.	,434	,308	,278	,579	,091	,153

Test Statistics ^{a,b}		Альтруїстичність
Kruskal-Wallis H		10,554
df		3
Asymp. Sig.		,014

Додаток Е

Порівняння показників респондентів за рівнями прояву соціальної тривожності

Kruskal-Wallis Test

Ranks			
	Рівень СТ	N	Mean Rank
Самотність	низький	115	73,93
	помірний	56	118,52
	високий	16	152,44
	Total	187	
Тривожність	низький	115	77,99
	помірний	56	116,99
	високий	16	128,63
	Total	187	
Уникнення	низький	115	82,90
	помірний	56	107,12
	високий	16	127,91
	Total	187	
Авторит	низький	115	110,43
	помірний	56	74,96
	високий	16	42,59
	Total	187	
Егоїст	низький	115	103,97
	помірний	56	84,48
	високий	16	55,69
	Total	187	
Агресивн	низький	115	99,04
	помірний	56	86,92
	високий	16	82,56
	Total	187	
Підозр	низький	115	85,12
	помірний	56	104,14
	високий	16	122,34
	Total	187	
Підпорядкуванн я	низький	115	79,71
	помірний	56	117,93
	високий	16	112,94
	Total	187	
Залежність	низький	115	89,94
	помірний	56	99,54
	високий	16	103,78
	Total	187	
Доброзичливіст ь	низький	115	95,56
	помірний	56	94,21
	високий	16	82,06
	Total	187	

Альтруїстичність	низький	115	95,39
	помірний	55	95,65
	високий	16	72,56
	Total	186	

Test Statistics ^{a,b}						
	Самотність	Тривожність	Уникнення	Авторит	Егоїст	Агресив
Kruskal-Wallis H	46,019	26,730	14,413	32,242	13,915	2,713
df	2	2	2	2	2	2
Asymp. Sig.	,000	,000	,001	,000	,001	,258

Test Statistics ^{a,b}					
	Підозр	Підпорядкування	Залежність	Доброзичливість	Альтруїстичність
Kruskal-Wallis H	9,520	21,100	1,778	,888	2,675
df	2	2	2	2	2
Asymp. Sig.	,009	,000	,411	,642	,262

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Рівень_СТ

**ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІ**

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
РЕАЛІЗАЦІЇ АДАПТАЦІЙНОГО
ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ
В СУЧАСНИХ УМОВАХ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**

**МАТЕРІАЛИ V МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

13–14 листопада 2025 року

ВІННИЦЯ 2025

Редакційна колегія: *Оверчук В. А.*, доктор економічних наук, кандидат психологічних наук, професор, професор кафедри кризової та клінічної психології; *Osvaldas Ruksenas* – Professor, Habil. Dr. (HP), Head of Department of Neurobiology and Biophysics, Life Sciences Center, Vilnius University, (Lithuania); *Vigintas Gontis* – Director of «Mokslininku sąjungos institutas» (MSI), Habil. Dr. (HP), Research Professor of Vilnius University, Vilnius University (Lithuania); *Boiarska Zoryna*, Research Fellow, Dr., Department of Neurobiology and Biophysics, Life Science Center, Vilnius University (Lithuania); *Васюк К. М.*, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри кризової та клінічної психології; *Соловей-Лагода О. М.*, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри кризової та клінічної психології; *Сидоренко Ж. В.*, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної та соціальної психології; *Латишова Н. С.*, кандидат психологічних наук, доцент кафедри кризової та клінічної психології; *Шель Н. В.*, кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та соціальної психології; *Короцінська Ю. А.*, старший викладач кафедри загальної та соціальної психології.

*Рекомендовано до друку на засіданні Вченої ради
Донецького національного університету імені Василя Стуса
(протокол № 4 від 28.11.2025 року)*

А 43 Актуальні проблеми реалізації адаптаційного потенціалу особистості в сучасних умовах життєдіяльності: Матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції, 13–14 листопада 2025 р. / за ред. проф. В. А. Оверчук. Вінниця: ДонНУ імені Василя Стуса, 2025. 314 с. [Електронне видання].

У матеріалах V Міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні проблеми реалізації адаптаційного потенціалу особистості в сучасних умовах життєдіяльності» представлено актуальні теоретичні та прикладні дослідження проблем сучасної психології. Збірник адресований науковцям, викладачам закладів вищої освіти, аспірантам, студентам, спеціалістам у галузі практичної психології, а також усім тим, хто цікавиться сучасними науковими дослідженнями у психології. Матеріали опубліковано в авторській редакції. Відповідальність за грамотність, науковий та літературний зміст, достовірність фактів і посилань несуть автори.

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1. ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ: ОСОБИСТІСНІ ТА СИТУАТИВНІ ДЕТЕРМІНАНТИ

<i>Гресько І. М.</i> КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПІДХОДИ ДО РОЗУМІННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	9
<i>Жмурко В. О.</i> ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ НЕГАТИВНИХ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ЧОЛОВІКІВ ТА ЖІНОК.....	13
<i>Каткова Є. С.</i> КОГНІТИВНІ ДЕТЕРМІНАНТИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ЯК РЕСУРСУ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ МОЛОДІ.....	18
<i>Котик Л. М.</i> ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ САМООЦІНКИ НА ПІДПРИЄМНИЦЬКІ НАМІРИ ЖІНОК З ЧИСЛА ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ.....	21
<i>Куриленко Ю. В.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ АЛЬТРУЇСТИЧНОЇ ПОВЕДІНКИ У МОЛОДІ.....	26
<i>Матохнюк Л. О., Кучер І. М.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ІДЕЇ АНТИЧНИХ МИСЛИТЕЛІВ: АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ.....	31
<i>Петренко Г. О.</i> ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВПЛИВУ МОТИВУ ВИБОРУ ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА НА ПОДРУЖНІ ВЗАЄМИНИ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ.....	37
<i>Писанюк Е. О.</i> ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ТА СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК КЛЮЧОВІ ЧИННИКИ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ СУЧАСНОГО СТУДЕНТА.....	41
<i>Польська О. Г.</i> МОТИВАЦІЙНИЙ ПРОФІЛЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧИННИК ФОРМУВАННЯ СПОЖИВЧОЇ ПОВЕДІНКИ.....	45
<i>Почтар М. М.</i> ОСОБИСТІСНІ РЕСУРСИ ЯК ЧИННИК УСПІШНОСТІ КАР'ЄРНОГО РОЗВИТКУ УПРАВЛІНЦІВ ПРИВАТНИХ ОРГАНІЗАЦІЙ.....	50
<i>Стрільчук Г. В.</i> САМОВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ ЯК ЕЛЕМЕНТ САМОСВІДОМОСТІ.....	56

Сюр Ю. Б. ПЕРФЕКЦІОНІЗМ ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ОСОБИСТОСТІ.....59

Угляр Я. Ю. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СУЧАСНИХ МАМ.....65

СЕКЦІЯ 2. СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ВІКОВОЇ ТА ПЕДАГОГІЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Авраменко Н. О. ОСВІТНЄ ТА СОЦІОКУЛЬТУРНЕ СЕРЕДОВИЩЕ ЗЕМЛІ ПІВНІЧНА РЕЙН-ВЕСТФАЛІЯ ЯК ЧИННИК ВИНИКНЕННЯ КОМУНІКАТИВНИХ БАР'ЄРІВ.....70

Білоус А. Є. СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ГЕНДЕРНИХ РОЛЕЙ.....76

Бондарець С. С. ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЗАЗДРОСТІ ТА ЗАСОБІВ ЇЇ ОПАНУВАННЯ У МОЛОДІ.....79

Вакар В. В. ТРАНСФОРМАЦІЯ СТИЛІВ ВИХОВАННЯ ПІД ВПЛИВОМ ВОЄННОЇ ТРАВМИ ТА ЇЇ НАСЛІДКИ ДЛЯ ДИТИНИ.....82

Дорошук А. В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ДЕПРЕСІЇ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....86

Захарченко Ю. О. СЕКСУАЛЬНА ІДЕНТИЧНІСТЬ СУЧАСНИХ ПІДЛІТКІВ.....91

Ігнатовський Д. М. ВПЛИВ ЦИФРОВОГО СЕРЕДОВИЩА НА КОГНІТИВНИЙ РОЗВИТОК ТА СОЦІАЛІЗАЦІЮ ШКОЛЯРІВ.....98

Калембет С. О. ВПЛИВ МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ НА ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ.....101

Кардаш Є. Д. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ ПІДЛІТКІВ У СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖАХ.....105

Козачук Д. О. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗГУРТОВАНOSTІ ПІДЛІТКІВ В ПЕРІОД ЦИФРОВОЇ ЕПОХИ.....107

Музичук Л. А. ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ УРАЗЛИВОСТІ ДІТЕЙ ДО БУЛІНГУ: САМООЦІНКА, ТРИВОЖНІСТЬ І СОЦІАЛЬНО-ЕМОЦІЙНЕ ФУНКЦІОНУВАННЯ.....111

Перебойчук К. Ю. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ САМООЦІНКИ ТА ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ.....115

Саврадей А. П. ПСИХОЛОГІЧНІ ФАКТОРИ ЕМОЦІЙНОГО ВИСНАЖЕННЯ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....118

Титко Д. О. ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ПРОКРАСТИНАЦІЇ СТУДЕНТІВ У ПЕРІОД ВІЙНИ.....121

Шустрова Р. В. ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ В ЮНАЦЬКОМУ ВІСІ.....126

СЕКЦІЯ 3. ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ

Дюндіна О. С., Єгонська-Спенсер Н. О. ІНТЕГРАТИВНА ПСИХОТЕРАПІЯ ЕРСКІНА ЯК ІНСТРУМЕНТ РЕАЛІЗАЦІЇ АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ.....132

Жучинська О. А. ВИКОРИСТАННЯ ГЕШТАЛЬТ-ПІДХОДУ В РЕАБІЛІТАЦІЙНІЙ ПСИХОЛОГІЇ.....135

Рубанець О. В. ТЕОРІЯ ВИПАДКОВОСТЕЙ В РОЗВИТКУ КАР'ЄРИ: ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ.....139

СЕКЦІЯ 4. ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ

Бєлова В. Р. ДО ПРОБЛЕМИ МОТИВАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОГО ВИБОРУ СТУДЕНТІВ ГУМАНІТАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....143

Воробець М. П. ТЕОРІЯ МНОЖИННИХ ІНТЕЛЕКТІВ ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ ІНСТРУМЕНТ ПІДВИЩЕННЯ АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ МОЛОДІ.....146

Кондратишина С. В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ SOFT-SKILLS НАВИЧОК У МАЙБУТНІХ КЛІНІЧНИХ ПСИХОЛОГІВ.....149

Миرونюк Л. С. ФОРМИ ТА МЕТОДИ АКТУАЛІЗАЦІЇ ДУХОВНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ.....152

Отич Д. Д. ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТРАВМИ СУЧАСНИМИ СТУДЕНТАМИ-ПСИХОЛОГАМИ.....155

Паламарчук В. І. ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ДСНС УКРАЇНИ.....160

Попович Діана-Марія Л. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ФОРМУВАННЯ КЛІНІЧНОГО МИСЛЕННЯ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ.....164

Сорока Л. В. ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ У МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ.....168

Шаповалов А. С. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІО-НАЛІЗАЦІЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ІНТЕГРАЦІЇ В ПРОФЕСІЙНЕ СЕРЕДОВИЩЕ.....171

СЕКЦІЯ 5. ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ В СИТУАЦІЇ ВИКЛИКІВ ТА КРИЗ

Бірюкова Л. О. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДІЛОВОГО СПІЛКУВАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ОРГАНІВ МІСЦЕВОГО САМОВРЯДУВАННЯ З ПРЕДСТАВНИКАМИ БІЗНЕСУ.....175

Бойко К. Ю. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВИБОРУ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....184

Васюк К. М. ЕГОЦЕНТРИЧНЕ МОВЛЕННЯ ЯК ЗАСІБ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ В СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЯХ.....188

Голубінська І. І. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....191

Грозіна А. А. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ У ПЕРЕЖИВАННІ МНОЖИННИХ ВТРАТ.....194

Клименко А. В. ВПЛИВ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ТА СТРЕСОСТІЙКОСТІ НА ПСИХОЛОГІЧНУ АДАПТАЦІЮ У ЛЮДЕЙ.....198

Корнєва А. В. ПСИХОЛОГІЧНІ СТРАТЕГІЇ ПОДОЛАННЯ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ У ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ: РОЛЬ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ.....202

Крижановська І. Ю. ПОРУШЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В ПЕРІОД ВОЄННИХ ДІЙ ЯК БАР'ЄР ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ.....205

Кудряшова В. Е. ОСОБЛИВОСТІ ДОМІНУЮЧИХ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ПСИХОЛОГІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ.....209

Лотоцька І. І. ТРАНСФОРМАЦІЯ МЕДІАСПОЖИВАННЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ.....212

Поліщук Т. І. ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЛІКАРІВ ФІЗИЧНОЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЙНОЇ МЕДИЦИНИ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ.....216

Ремовська С. І. ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ВОЛОНТЕРІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....218

Руденко І. В. ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ВЧИТЕЛІВ В УМОВАХ ВІЙНИ: РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ.....222

Сірик А. М. ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ СОЦІАЛЬНИХ СЛУЖБ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....229

Федотова Т. В. СПЕЦИФІКА ВИЯВУ СИМПТОМІВ МОРАЛЬНОЇ ТРАВМИ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....235

Чечель В. А. ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ ПРОКРАСТИНАЦІЄЮ ТА САМОРЕГУЛЯЦІЄЮ.....239

Шаманаєва А. В. ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ЖІНОК ВПО В УМОВАХ ВІЙНИ: РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....243

Шель Н. В. ГОТОВНІСТЬ ДО ЗМІН ЯК УМОВА ЕФЕКТИВНОГО ПЕРЕЖИВАННЯ КРИЗИ.....246

СЕКЦІЯ 6. СУЧАСНІ МОДЕЛІ ПІДТРИМКИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Антох Л. С. ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ ЯК НАСЛІДОК ХРОНІЧНОГО СТРЕСУ У СУЧАСНОМУ РОБОЧОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....250

Balashova Yu. THE IMPACT OF INTEGRATION BARRIERS ON THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF UKRAINIAN REFUGEES (A CASE STUDY OF LITHUANIA, GERMANY, AND POLAND).....254

Дорожкіна Ю. Д. КОМПЛЕКСНЕ РОЗУМІННЯ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ В СУЧАСНОМУ ПСИХОЛОГІЧНОМУ ДИСКУРСІ.....258

Кихтюк О. В., Шлотгауер В. В. САМОЕФЕКТИВНІСТЬ ЯК ЧИННИК ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....263

<i>Лагода В. В.</i> ЧИННИКИ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	266
<i>Мазай Л. Ю.</i> РЕСУРСНО-ОРІЄНТОВАНИЙ ПІДХІД У КРИЗОВІЙ ПСИХОЛОГІЇ: ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ТА МОЖЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ.....	270
<i>Павловська-Кравчук В. А.</i> ПРИЧИНИ ЕТИЧНИХ ПОМИЛОК У ПСИХОТЕРАПІЇ: ІНТЕГРАТИВНИЙ ПІДХІД З ФОКУСОМ НА СТОСУНКИ.....	275
<i>Соловей-Лагода О. А.</i> ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	279
<i>Суханова О. О.</i> РОЛЬ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ЗБЕРЕЖЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	283
<i>Чонговай Ю. М.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ	287
<i>Василенко К. Ю.</i> ПЕРСПЕКТИВИ ТА ВИКЛИКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	291
<i>Пупиніна Д. О.</i> ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ НЕАДАПТИВНИХ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ З НИЗЬКИМ РІВНЕМ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ.....	295
<i>Ремовська С. І.</i> ПРОФІЛАКТИКА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ТА РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕСУРСІВ ВОЛОНТЕРІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	298
<i>Кірева В.С.</i> ТЕОРЕТИЧНЕ ОСМИСЛЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ЯК СУЧАСНОЇ ПРОБЛЕМИ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ.....	302
<i>Кондриков Д.Ю.</i> ПСИХОСОМАТИКА ЯК ІНТЕГРАТИВНА КОНЦЕПЦІЯ ТІЛА І ПСИХІКИ.....	306
<i>Неймарк С. О.</i> ПСИХОЛОГІЧНА ТРАВМА ЯК НАУКОВЕ ПОНЯТТЯ: ЕВОЛЮЦІЯ ПІДХОДІВ ТА СУЧАСНІ ІНТЕРПРЕТАЦІЇ.....	310

запобігати вигоранню та забезпечувати високу результативність гуманітарної діяльності.

Список використаних джерел

1. Балашов Е. М. Психологічна структура волонтерської діяльності як засобу самореалізації студентів [Електронний ресурс] / Е. М. Балашов. – URL : http://eprints.oa.edu.ua/2444/1/Balashov_NZ_PSY_Vyp_24.pdf.
2. Мирошніченко Н. О. Професійно спрямована підготовка волонтерів до соціально-педагогічного інтегрування молодих інвалідів у соціальне середовище. Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна». 2013. № 1. С. 155–158.
3. Панькова О. В. Ресурсний потенціал волонтерського руху українського суспільства: дослідницька розвідка. Український соціум. 2016. № 1 (56). С. 65–74.
4. Bekkers R. Giving and Volunteering in the Netherlands. Sociological and Psychological Perspectives. Thesis to obtain a doctoral degree, Utrecht University, 2004. P. 1-300.
5. Penner L. A. Measuring the prosocial personality / L. A. Penner, B. A. Fritzsche, J. P. Craiger, T. R. Freifeld [Butcher J, Spielberger C. D. (eds)]. Advances in personality assessment. – Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1995. V. 10. P. 147–163.
6. Snyder M. Who gets involved and why? The Psychology of volunteerism / M. Snyder, A. Omoto // Youth Empowerment and Volunteerism: Principles, Policies and Practices, City University of Hong Kong. 2009. P. 1–18.

ТЕОРЕТИЧНЕ ОСМИСЛЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ЯК СУЧАСНОЇ ПРОБЛЕМИ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

*Кірєва В.С., здобувачка вищої освіти першого (бакалаврського) рівня
Спеціальності 053 Психологія, ОП «Психологія»,
Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна)
Науковий керівник: Мазай Л.Ю., доктор філософії з психології,
доцент кафедри кризової та клінічної психології,
Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна)*

У сучасному суспільстві проблема соціальної тривожності набуває все більшої значущості, особливо серед осіб юнацького віку, для яких характерні інтенсивні процеси соціалізації, самовизначення та формування системи міжособистісних взаємин. Підвищений рівень соціальної тривожності може ускладнювати встановлення та підтримання контактів з однолітками, впливати

на самооцінку, комунікативну компетентність, емоційний стан і соціальну адаптацію.

В умовах зростання інформаційного навантаження, конкуренції, розвитку соціальних мереж та зміни форматів спілкування важливо досліджувати особливості прояву соціальної тривожності та її вплив на міжособистісні стосунки юнаків і дівчат. Це дозволить глибше зрозуміти механізми формування емоційної нестабільності та визначити ефективні шляхи психологічної підтримки молоді.

Проблема соціальної тривожності досліджувалася багатьма науковцями у галузі психології, психіатрії та соціальних наук. Зокрема, Річард Г. Лазарус (Richard S. Lazarus) розглядав соціальну тривожність у контексті емоційного стресу та копінг-стратегій, підкреслюючи роль когнітивної оцінки ситуації у виникненні тривоги [1]. Аарон Т. Бек (Aaron T. Beck) та Девід Кларк (David M. Clark) досліджували соціальну тривожність у рамках когнітивно-поведінкової теорії, вказуючи на роль ірраціональних переконань і викривлених уявлень про оцінку з боку інших людей. Стівен Дж. Хаймберг (Stefan G. Hofmann) розробив моделі лікування соціальної тривожності за допомогою когнітивно-поведінкової терапії, вивчаючи механізми зниження страху соціальної оцінки. Майкл Лібовіц (Michael R. Liebowitz) створив «Шкалу соціальної тривожності Лібовіца» (Liebowitz Social Anxiety Scale, 1987), що стала одним із найпоширеніших інструментів діагностики цього розладу [2]. Джеффри Грей (Jeffrey Gray) у своїй теорії поведінкової активації та гальмування розглядав соціальну тривожність як прояв підвищеної чутливості до покарання та соціального несхвалення. Роберт Ліхі (Robert L. Leahy) аналізував соціальну тривожність як компонент генералізованої тривожності та підкреслював її зв'язок із низькою самооцінкою та надмірним самоконтролем [3].

Серед українських дослідників проблему соціальної тривожності вивчали Н. Максимова, О. Власова, Л. Орбан-Лембрик, Т. Титаренко, які акцентували

увагу на її вікових особливостях, соціокультурних чинниках та впливі на міжособистісну взаємодію молоді.

Мета нашої статті - теоретично осмислити феномен соціальної тривожності в юнацькому віці та проаналізувати її вплив на міжособистісні стосунки молоді.

Теоретичний аналіз проблеми соціальної тривожності у осіб юнацького віку та її вплив на міжособистісні стосунки ґрунтується на вивченні психологічних особливостей цього вікового етапу та соціальної динаміки, що розглядається у наданій літературі.

Проблема тривожності є предметом глибокого психологічного дослідження. Загальні психологічні особливості тривожності, зокрема в контексті юнацького віку (поряд із підлітковим), є темою, яку досліджує Максимова Н. О.[3].

Однак, фокусування на соціальній тривожності як окремому феномені, особливо серед молоді, висвітлюється у праці Карабанової О. А., яка досліджує психологічні особливості соціальної тривожності студентської молоді. Студентська молодь часто асоціюється саме з юнацьким віком, що підкреслює актуальність цієї проблеми на зазначеному етапі розвитку [2].

Теоретичний аналіз соціальної тривожності нерозривно пов'язаний із розумінням емоційної сфери особистості, її структури та функціонування, що є предметом розгляду Власової О. І. Соціальна тривожність є інтенсивним емоційним переживанням, що виникає в ситуаціях соціальної взаємодії або очікування такої взаємодії[3].

Розуміння соціальної тривожності у юнаків також вимагає врахування більш широкого контексту, а саме – життєвогосвіту особистості. Як зазначає Титаренко Т. М., вивчення життєвого світу особистості допомагає зрозуміти, в межах яких буденних і позабуденних ситуаціях формується та проявляється цей емоційний стан [5].

Вплив соціальної тривожності на міжособистісні стосунки є ключовим аспектом проблематики, оскільки за своєю суттю соціальна тривожність виникає саме у контексті взаємодії.

Теоретичне осмислення динаміки взаємин особистості з оточенням знаходиться у площині соціальної психології, базові положення якої викладені в підручнику Орбан-Лембрик Л. Е. [4]. Соціальна психологія надає інструментарій для аналізу того, як індивідуальні емоційні стани, такі як тривожність, впливають на групові процеси та парні взаємини.

Основні теоретичні наслідки впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки юнаків включають:

- *поведінку уникнення* (особи з високим рівнем соціальної тривожності можуть активно уникати ситуацій, пов'язаних із соціальною оцінкою або увагою, що безпосередньо обмежує їхню можливість налагоджувати нові контакти та підтримувати наявні стосунки);
- *спотворення комунікації* (тривога може призводити до неадекватної або стриманої поведінки під час спілкування, що ускладнює встановлення довіри та емоційної близькості з іншими);
- *самопрезентаційні проблеми* (згідно з дослідженнями Карабанової О. А. щодо соціальної тривожності студентської молоді, висока тривожність часто пов'язана з побоюванням негативної оцінки. Це прагнення постійного контролю за власною поведінкою виснажує емоційну сферу особистості і негативно відображається на природності та щирості міжособистісної взаємодії);
- *вплив на життєвий світ* (обмеження соціальних контактів, спричинене тривожністю, звужує життєвий світ особистості, оскільки значна частина самореалізації та розвитку в юнацькому віці відбувається саме через соціальні зв'язки).

Теоретичне вивчення соціальної тривожності у юнацькому віці є важливим не лише для розуміння психологічних особливостей цього стану, але й для розробки практичних підходів. Розуміння цієї проблематики закладає основу для подальшої діагностики, корекції та консультування, що є

необхідним для допомоги молоді у налагодженні ефективних та задовільних міжособистісних стосунків (Ложкін Г. В., Пов'якель Н. І.).

Отже, соціальна тривожність є актуальною психологічною проблемою сучасної молоді, особливо в юнацькому віці, коли відбувається активне формування особистісної ідентичності та соціальних зв'язків. Таким чином, подолання соціальної тривожності є важливою умовою гармонійного особистісного розвитку, емоційного благополуччя та успішної соціальної адаптації молоді.

Список використаних джерел

1. Власова О. І. Психологія емоційної сфери особистості. Одеса: Астропринт, 2019. 280 с.
2. Карабанова О. А. Психологічні особливості соціальної тривожності студентської молоді. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». 2020. №2. С. 45-51.
3. Максимова Н. О. Психологічні особливості тривожності у підлітковому та юнацькому віці. Київ: Видавництво КНУ імені Т. Шевченка, 2018. 216 с.
4. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: підручник. Київ: Академвидав, 2011. 544 с.
5. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ: Либідь, 2016. 320 с.

ПСИХОСОМАТИКА ЯК ІНТЕГРАТИВНА КОНЦЕПЦІЯ ТІЛА І ПСИХІКИ

Кондриков Д.Ю., здобувач вищої освіти другого (магістерського) рівня спеціальності 053 Психологія, ОП «Клінічна психологія»

Волинський національний університет імені Лесі Українки (Україна)

Науковий керівник: Журавльова О.В., доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри загальної та клінічної психології, Волинський національний університет імені Лесі Українки (Україна)

Постановка проблеми. Питання взаємозв'язку психічного та тілесного вимірів людського існування посідає одну з центральних позицій у сучасних роздумах про природу людини. Проблематика психосоматичних порушень має міждисциплінарний характер, оскільки перебуває на перетині інтересів клінічної медицини, психології, психіатрії та нейронаук. Сам термін «психосоматика», утворений від грецьких *psyche* («душа») та *soma* («тіло»),

МАТЕРІАЛИ Х МІЖНАРОДНОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ НАУКОВОЇ **КОНФЕРЕНЦІЇ**

ПРІОРИТЕТНІ НАПРЯМКИ
ТА ВЕКТОРИ РОЗВИТКУ
СВІТОВОЇ НАУКИ



М. КРЕМЕНЧУК, УКРАЇНА

**24 КВІТНЯ
2026 РІК**

МАТЕРІАЛИ Х МІЖНАРОДНОЇ
СТУДЕНТСЬКОЇ НАУКОВОЇ

КОНФЕРЕНЦІЇ

ПРІОРИТЕТНІ НАПРЯМКИ ТА ВЕКТОРИ РОЗВИТКУ СВІТОВОЇ НАУКИ

м. Кременчук, Україна
24 квітня 2026 рік



Голова оргкомітету: Коренюк І.О.

Верстка: Білоус Т.В.

Дизайн: Бондаренко І.В.

Рекомендовано до видання Вченою Радою Інституту науково-технічної інтеграції та співпраці. Протокол № 15 від 23.04.2026 року.



Конференцію зареєстровано Державною науковою установою «УкрІНТЕІ» в базі даних науково-технічних заходів України та бюлетені «План проведення наукових, науково-технічних заходів в Україні» (Посвідчення № 116 від 26.01.2026).

Матеріали конференції знаходяться у відкритому доступі на умовах ліцензії Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License (CC BY-SA 4.0).

П 75

Пріоритетні напрямки та вектори розвитку світової науки:
матеріали X Міжнародної студентської наукової конференції,
м. Кременчук, 24 квітня, 2026 рік / ГО «Молодіжна наукова ліга». —
Вінниця: ТОВ «УКРЛОГОС Груп», 2026. — 346 с.

ISBN 978-617-8582-39-5

DOI 10.62732/liga-inter-24.04.2026

Викладено матеріали учасників X Міжнародної мультидисциплінарної студентської наукової конференції «Пріоритетні напрямки та вектори розвитку світової науки», яка відбулася 24 квітня 2026 року у місті Кременчук, Україна.

УДК 082:001

ISBN 978-617-8582-39-5

© Колектив учасників конференції, 2026

© ГО «Молодіжна наукова ліга», 2026

© ТОВ «УКРЛОГОС Груп», 2026

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1. ЕКОНОМІЧНА ТЕОРІЯ, МАКРО- ТА РЕГІОНАЛЬНА ЕКОНОМІКА

МІЖНАРОДНА МІГРАЦІЯ РОБОЧОЇ СИЛИ В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНОГО РОЗВИТКУ

Мазур Д.С., *Науковий керівник: Осіпова Л.В.* 14

СУТНІСТЬ І КЛАСИФІКАЦІЯ ІНТЕРЕСІВ У СИСТЕМІ ЇХ ВЗАЄМОДІЇ

Сарапкіна В.С., *Науковий керівник: Осіпова Л.В.* 17

СЕКЦІЯ 2. ФІНАНСИ ТА БАНКІВСЬКА СПРАВА; ОПОДАТКУВАННЯ, ОБЛІК І АУДИТ

АНАЛІЗ ВИКОРИСТАННЯ BAS АГРО. БУХГАЛТЕРІЯ АГРАРНИМИ ПІДПРИЄМСТВАМИ

Таїч М.Ф., *Науковий керівник: Гавриленко Н.В.* 20

ДЕРЖАВНІ ФІНАНСИ: РЕАЛІЇ ТА ПРОБЛЕМИ У ПЕРІОД ВОЄННОГО СТАНУ

Чорна В.С., *Науковий керівник: Ковалевич Д.А.* 22

СЕКЦІЯ 3. МАРКЕТИНГОВА ТА ЛОГІСТИЧНА ДІЯЛЬНІСТЬ

МАРКЕТИНГОВИЙ АНАЛІЗ РИНКУ СЕРВІСІВ ВИКЛИКУ АВТО В УКРАЇНІ НА ОСНОВІ МОДЕЛІ 4P

Кулібаба С.І., *Науковий керівник: Кудирко Л.П.* 24

СЕКЦІЯ 4. МЕНЕДЖМЕНТ, ПУБЛІЧНЕ УПРАВЛІННЯ ТА АДМІНІСТРУВАННЯ

КЛАСИФІКАЦІЯ ТА ХАРАКТЕРИСТИКА ІНСТРУМЕНТАРІЮ ЕКОНОМІЧНОГО УПРАВЛІННЯ

Можневський І.В., *Науковий керівник: Янковська В.А.* 28

СИСТЕМНИЙ АНАЛІЗ ЕНДОГЕННИХ ТА ЕКЗОГЕННИХ ДЕТЕРМІНАНТ ФОРМУВАННЯ КОНКУРЕНТНИХ ПЕРЕВАГ

Хонда М.В., *Науковий керівник: Янковська В.А.* 30

СЕКЦІЯ 5. СОЦІАЛЬНА РОБОТА ТА СОЦІАЛЬНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

COMPULSORY STATE SOCIAL INSURANCE: LEGAL FOUNDATIONS, CHALLENGES, AND DEVELOPMENT PRIORITIES

Tkach I.V., *Scientific supervisor: Antonova M.V.* 32

THE ROLE OF SOCIAL SECURITY IN THE FORMATION OF A WELFARE STATE

Gurska D., *Scientific supervisor: Antonova M.* 35

ФОРМУВАННЯ ПІЗНАВАЛЬНОЇ АКТИВНОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ
ЗАСОБАМИ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Свободіна О.Є., *Науковий керівник: Цюпак І.М.* 191

СЕКЦІЯ 20. ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХІАТРІЯ

ВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТРЕНІНГІВ НА РОЗВИТОК ВПЕВНЕНOSTІ У СОБІ У
ДОРOSЛОМУ ВІЦІ

Селютіна І.О., *Науковий керівник: Самойленко О.А.* 194

ВПЛИВ РІВНЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ НА АГРЕСИВНІСТЬ

Гридова Х.І., *Науковий керівник: Пінчук Я.М.* 197

ВПЛИВ РІВНЯ ЕМПАТІЇ НА САМООЦІНКУ ОСОБИСТОСТІ

Гридова Х.І., *Науковий керівник: Пінчук Я.М.* 199

ВПЛИВ РІВНЯ ЕМПАТІЇ НА ЯКІСТЬ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ
СТУДЕНТІВ

Гридова Х.І., *Науковий керівник: Пінчук Я.М.* 202

ВПЛИВ РІВНЯ ІМПУЛЬСИВНОСТІ НА САМООЦІНКУ

Гридова Х.І., *Науковий керівник: Пінчук Я.М.* 204

ВПЛИВ РІВНЯ САМОКОНТРОЛЮ НА АГРЕСИВНІСТЬ

Гридова Х.І., *Науковий керівник: Пінчук Я.М.* 207

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ НА ПРОФЕСІЙНУ
ДІЯЛЬНІСТЬ ЮРИСТА

Підлісна О.О., *Науковий керівник: Гуменюк О.Г.* 210

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ІНСТРУМЕНТ УПРАВЛІННЯ КОНФЛІКТАМИ

Власова М.С., *Науковий керівник: Школьник О.І.* 213

НУТРИТИВНА ПІДТРИМКА ЯК КЛЮЧОВИЙ ЕЛЕМЕНТ У ПРОЦЕСІ
ВІДНОВЛЕННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В КОНТЕКСТІ РЕАБІЛІТАЦІЙНОЇ
МЕДИЦИНИ

Гобан М.Д., *Науковий керівник: Кириленко Т.С.* 215

ПСИХОЛОГІЧНІ АРХЕТИПИ ТА ТИПОЛОГІЇ ЯК ЗАСІБ САМОПІЗНАННЯ

Сайчук М.А., *Науковий керівник: Гуменюк О.Г.* 219

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ДЕРЖАВНИХ
ПРАЦІВНИКІВ

Поліщук А.І., *Науковий керівник: Грись А.І.* 222

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ У
СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ: АНАЛІЗ НА ПРИКЛАДІ МАЙБУТНІХ
ПСИХОЛОГІВ

Кірева В.С., *Науковий керівник: Мазай Л.Ю.* 225

РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У РОЗВИТКУ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ
ОСОБИСТОСТІ

Чепіль А.В., *Науковий керівник: Самойленко О.А.* 228

РОЛЬ СЛІВ У ФОРМУВАННІ ТРИВОЖНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Минько Є.Г., *Науковий керівник: Левченко В.В.* 230

Кірева Вікторія Сергіївна, здобувачка вищої освіти навчально-наукового інституту психології

Донецький національний університет імені Василя Стуса, Україна

Науковий керівник: Мазай Лада Юріївна, доктор філософії з психології (PhD), доцент, доцент кафедри кризової та клінічної психології

Донецький національний університет імені Василя Стуса, Україна

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ: АНАЛІЗ НА ПРИКЛАДІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

У сучасному суспільстві проблема соціальної тривожності набуває все більшої значущості, особливо серед осіб юнацького віку (зокрема здобувачів вищої освіти), для яких характерні інтенсивні процеси соціалізації, самовизначення та формування системи міжособистісних взаємин. Підвищений рівень соціальної тривожності може ускладнювати встановлення та підтримання контактів з однолітками, впливати на самооцінку, комунікативну компетентність, емоційний стан і соціальну адаптацію.

В умовах зростання інформаційного навантаження, конкуренції, розвитку соціальних мереж та зміни форматів спілкування важливо досліджувати особливості прояву соціальної тривожності та її вплив на міжособистісні стосунки юнаків і дівчат. Це дозволить глибше зрозуміти механізми формування емоційної нестабільності та визначити ефективні шляхи психологічної підтримки студентської молоді.

Проблема соціальної тривожності досліджувалася багатьма науковцями у галузі психології, психіатрії та соціальних наук. Зокрема, Річард Г. Лазарус (Richard S. Lazarus) розглядав соціальну тривожність у контексті емоційного стресу та копінг-стратегій, підкреслюючи роль когнітивної оцінки ситуації у виникненні тривоги [1]. Аарон Т. Бек (Aaron T. Beck) та Девід Кларк (David M. Clark) досліджували соціальну тривожність у рамках когнітивно-поведінкової теорії, вказуючи на роль ірраціональних переконань і викривлених уявлень про оцінку з боку інших людей. Стівен Дж. Хаймберг (Stefan G. Hofmann) розробив моделі лікування соціальної тривожності за допомогою когнітивно-поведінкової терапії, вивчаючи механізми зниження страху соціальної оцінки. Майкл Лібовіц (Michael R. Liebowitz) створив «Шкалу соціальної тривожності Лібовіца» (Liebowitz Social Anxiety Scale, 1987), що стала одним із найпоширеніших інструментів діагностики цього розладу [2]. Джеффри Грей (Jeffrey Gray) у своїй теорії поведінкової активації та гальмування розглядав соціальну тривожність як прояв підвищеної чутливості до покарання та соціального несхвалення. Роберт Ліхі (Robert L. Leahy) аналізував соціальну тривожність як компонент генералізованої тривожності та підкреслював її зв'язок із низькою самооцінкою та надмірним самоконтролем [3].

Серед українських дослідників проблему соціальної тривожності вивчали Н. Максимова, О. Власова, Л. Орбан-Лембрик, Т. Титаренко, які акцентували увагу на її вікових особливостях, соціокультурних чинниках та впливі на міжособистісну взаємодію молоді.

Метою нашої розвідки є представлення основних результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей соціальної тривожності студентської молоді на прикладі майбутніх психологів (здобувачів вищої освіти ОС бакалавра спеціальності С4 / 053 Психологія).

Теоретичний аналіз проблеми соціальної тривожності в осіб юнацького віку та її вплив на міжособистісні стосунки ґрунтується на вивченні психологічних особливостей цього вікового етапу та соціальної динаміки, що розглядається у науковій літературі.

Проблема тривожності є предметом глибокого психологічного дослідження. Загальні психологічні особливості тривожності, зокрема в контексті юнацького віку (поряд із підлітковим), є темою, яку досліджує Максимова Н. О. [3].

Однак, фокусування на соціальній тривожності як окремому феномені, особливо серед студентської молоді, висвітлюється у працях Карабанової О. А. Студентська молодь часто асоціюється саме з юнацьким віком, що підкреслює актуальність цієї проблеми на зазначеному етапі розвитку [2].

Розроблена нами теоретична модель демонструє, що соціальна тривога руйнує «співробітницько-дружній» тип взаємодії, замінюючи конструктивну впевненість пасивною адаптацією або превентивним скепсисом. Схематично вона представлена на рисунку 1.1.

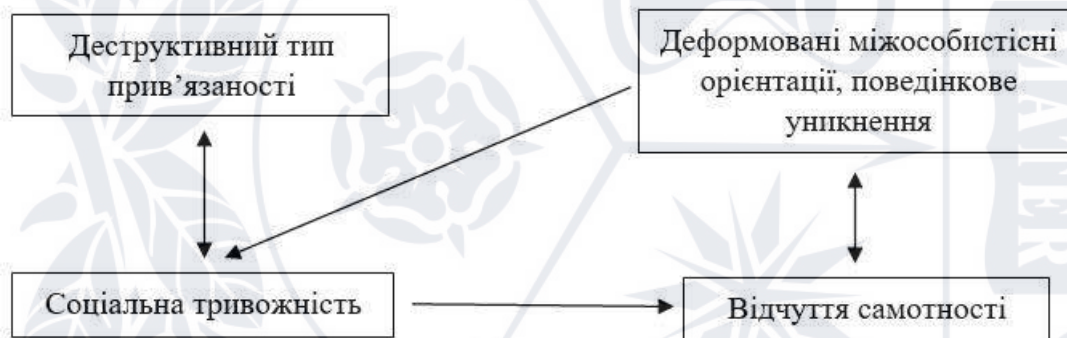


Рис. 1.1. Структурно-функціональна схема впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді

Інтегративна модель дозволяє нам пояснити генезис деформації стосунків від ранніх порушень емоційного зв'язку через когнітивні фільтри страху оцінки до кінцевих поведінкових актів підпорядкування чи відчуження, а також допомагає визначити основні діагностичні критерії. До останніх ми віднесли саму соціальну тривожність, типи прив'язаності, суб'єктивне відчуття самотності та особливості міжособистісних стосунків. Такий комплекс показників дає можливість усебічно простежити психологічні особливості прояву соціальної тривожності у студентської молоді та визначити основні кореляційні зв'язки з параметрами їхньої соціальної взаємодії.

Вибірку нашого дослідження становлять 64 респонденти – здобувачі 1-4 курсів ОС бакалавра спеціальності 053 / С4 Психологія Донецького національного університету імені Василя Стуса. До комплексу психодіагностичних методик увійшли питальник SPIN (Social Phobia Inventory); шкала самотності UCLA (UCLA Loneliness Scale); питальник ECR-R (Experiences in Close Relationships – Revised); методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі.

Емпіричне дослідження особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді дозволило отримати розгорнуту картину психологічного стану наших респондентів. На основі аналізу результатів за методикою SPIN нами встановлено значну диференціацію вибірки, де понад чверть респондентів виявляють помірний та високий рівні соціальної тривожності, що вказує на постійне перебування значної частини майбутніх психологів у стані психологічного дискомфорту та страху перед соціальною оцінкою (таблиця 1).

Таблиця 1

Рівні соціальної тривожності за питальником SPIN

Рівень соціальної тривожності	Кількість осіб (n)	Частка від загальної вибірки (%)
Мінімальна або відсутня тривожність	32	50.0%
Легка соціальна тривожність	14	21.9%
Помірна соціальна тривожність	8	12.5%
Висока соціальна тривожність	10	15.6%
Всього	64	100.0%

Ці дані підкріплюються результатами за шкалою самотності UCLA, які демонструють, що майже половина опитаних відчуває помірну або високу суб'єктивну ізоляцію, підтверджуючи роль соціальної тривожності як потужного чинника соціального відчуження та бар'єра для успішної інтеграції у студентське середовище.

Глибокий взаємозв'язок соціальної тривожності з фундаментальними структурами особистості підтверджено через аналіз стилів прив'язаності за методикою ECR-R, де виявлено переважання небезпечних типів прив'язаності (тривожного та типу уникнення) у більше ніж половини респондентів. Висока питома вага таких стилів свідчить про те, що труднощі у міжособистісній взаємодії студентів коріняться у базовій недовірі до оточуючих та страху бути відкинутими, що безпосередньо корелює з високими балами за шкалою соціальної тривоги. Діагностика за методикою Т. Лірі доповнила ці результати, продемонструвавши поширеність залежно-підлеглих та підозріло-скептичних орієнтацій, які часто виконують роль захисних механізмів для маскуванню внутрішньої невпевненості та мінімізації ризику критики.

Отже, результати емпіричного дослідження підтверджують, що соціальна тривожність студентської молоді функціонує як деструктивний комплекс, що інтегрує страх оцінки, відчуття самотності та неадаптивні моделі прив'язаності, що обумовлює необхідність цілеспрямованої корекційної роботи для гармонійного особистісного становлення українського юнацтва.

Список використаних джерел:

1. Власова О. І. Психологія емоційної сфери особистості. Одеса: Астропринт, 2019. 280 с.
2. Карабанова О. А. Психологічні особливості соціальної тривожності студентської молоді. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*, 2020. №2. С. 45-51.
3. Максимова Н. О. Психологічні особливості тривожності у підлітковому та юнацькому віці. Київ: Видавництво КНУ імені Т. Шевченка, 2018. 216 с.
4. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: підручник. Київ: Академвидав, 2011. 544 с.
5. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ: Либідь, 2016. 320 с.

**Декларація щодо унікальності текстів роботи та невикористання
матеріалів інших авторів без покликань**

Кірева Вікторія Сергіївна,
навчально-науковий інститут психології,
спеціальність 053 Психологія,
освітня програма «Психологія»

ДЕКЛАРАЦІЯ

Усвідомлюючи свою відповідальність за надання неправдивої інформації, стверджую, що подана кваліфікаційна (бакалаврська) робота на тему:

«Особливості впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді» є написаною мною особисто.

Одночасно заявляю, що ця робота:

- не передавалася іншим особам і подається до захисту вперше;
- не порушує авторських та суміжних прав, закріплених статтями 21-25 Закону України «Про авторське право та суміжні права»;
- не отримувались іншими особами, а також дані та інформація не отримувались у недозволений спосіб.

Я усвідомлюю, що у разі порушення цього порядку моя кваліфікаційна (бакалаврська) робота буде відхилена без права її захисту, або під час захисту за неї буде поставлена оцінка «незадовільно».

(дата)

(підпис)