

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАДИМА ГЕТЬМАНА**

**Факультет управління персоналу, соціології та психології
Кафедра педагогіки та психології**

Освітньо-професійна програма «Економічна та соціальна психологія»

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність 053 Психологія

Форма навчання: очна (денна)

КВАЛІФІКАЦІЙНА БАКАЛАВРСЬКА РОБОТА

**на тему «ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНУ
АДАПТАЦІЮ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ»**

здобувачки
Анни ТАРАСОВОЇ _____
(підпис)

Науковий керівник:
д.психол.н., проф. Світлана СТАВИЦЬКА _____
(підпис)

**Робота допущена до захисту
перед Екзаменаційною комісією (ЕК)
з атестації здобувачів вищої освіти**

Завідувачка кафедри: д.п.н., проф.
Марина АРТЮШИНА

(підпис)

Київ-2024

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ
ВАДИМА ГЕТЬМАНА**

Факультет управління персоналу, соціології та психології

Кафедра педагогіки та психології

Освітньо-професійна програма «Економічна та соціальна психологія»

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність 053 Психологія

ПОГОДЖЕНО

Керівник проектної групи (гарант)
освітньо-професійної програми

_____ Ліна КОЛЕСНІЧЕНКО

(підпис) (ім'я, прізвище)

«...» _____ 2023р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри педагогіки та
психології

_____ Марина АРТЮШИНА

(ім'я, прізвище)

«...» _____ 2023р.

ІНДИВІДУАЛЬНЕ ЗАВДАННЯ

Здобувачці Тарасовій Анні Віталіївні

Оочної (денної форми) навчання

на підготовку кваліфікаційної бакалаврської роботи

на тему: «Вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни»

Тему затверджено наказом ректора Університету від «30» жовтня 2023р.
№1994-ст

Кваліфікаційна бакалаврська робота виконується на матеріалах вітчизняних та зарубіжних вчених, статистичних даних, а також Інтернет-джерелах з теми дослідження.

План кваліфікаційної бакалаврської роботи

Розділ 1	Теоретико-методологічні засади дослідження тривожності та соціально-психологічної адаптації особистості
Розділ 2	Емпіричне дослідження впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни
Об'єкт дослідження:	соціально-психологічна адаптація та тривожність особистості
Предмет дослідження:	соціально-психологічна адаптація та тривожність особистості
Мета бакалаврської дипломної роботи:	теоретично проаналізувати й емпірично дослідити вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни

Конкретні завдання, які студент повинен виконати для досягнення поставленої мети:

У розділі 1.	Здійснити теоретичний аналіз літератури з метою вивчення феномену соціально-психологічної адаптації особистості
	Розкрити особливості прояву тривожності особистості в умовах війни
У розділі 2.	Створити методику та провести емпіричне дослідження впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни
	Здійснити кількісний та якісний аналіз результатів дослідження щодо впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни

**Завдання підготував
науковий керівник**

(підпис)

Світлана СТАВИЦЬКА

(ім'я, прізвище)

«__» _____ 2023р.

**Завдання одержав
студент**

(підпис)

Анна ТАРАСОВА

(ім'я, прізвище)

«__» _____ 2023р.

Реферат

Вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни

Кваліфікаційна бакалаврська робота містить 58 сторінок, 16 таблиць, 13 ілюстрацій, список використаних джерел з 37 найменувань, 2 додатки.

Об'єктом дослідження є соціально-психологічна адаптація та тривожність особистості

Предметом дослідження є вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію студентів в умовах війни.

Мета кваліфікаційної бакалаврської роботи – теоретично проаналізувати й емпірично дослідити вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни.

Відповідно до поставленої мети були визначені такі *завдання*:

1. Здійснити теоретичний аналіз літератури з метою вивчення феномену соціально-психологічної адаптації особистості.
2. Розкрити особливості прояву тривожності особистості в умовах війни.
3. Створити методику та провести емпіричне дослідження впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни.
4. Здійснити кількісний та якісний аналіз результатів дослідження щодо впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни.

Основні методи дослідження:

теоретичні: аналіз, порівняння, узагальнення наукової інформації щодо впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни;

емпіричні: багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (БОО-АМ) А. Г. Маклакова і С. В. Чермяніна; методика «Дослідження соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса - Р. Даймонд; методика «Шкала оцінки рівня реактивної та особистісної тривожності» Ч. Спілбергера - Ю. Ханіна; методика «Особистісна шкала прояву тривоги» Дж. Тейлор (в модифікації В.Г. Норакидзе).

математико-статистичні: однофакторний дисперсійний аналіз (програма jamovi), кореляційний аналіз за коефіцієнтом рангової кореляції Спірмена (програма jamovi).

Основні результати дослідження: встановлено, що соціально-психологічна адаптація особистості в умовах війни є складним процесом, який включає інтеграцію в суспільство та ідентифікацію із соціальною групою. Виявлено, що тривожність в умовах війни проявляється через підвищений рівень емоційного напруження та страху, що ускладнює процес прийняття рішень та знижує раціональне мислення. Розроблено методику для дослідження впливу тривожності на адаптацію, результати якої показали, що більшість опитаних мають середній або

високий рівень за всіма шкалами соціально-психологічної адаптації. Виявлено, що більше половини студентів мають високі рівні реактивної тривоги та особистісної тривожності, що негативно впливає на їх психологічну стабільність. За допомогою однофакторного дисперсійного аналізу підтверджено вплив тривожності на всі фактори соціально-психологічної адаптації на високому рівні статистичної значущості.

Теоретичне та практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що детально розглянуто і розкрито феномен «адаптації», визначивши його як комплексний процес взаємодії особистості з соціальним середовищем; висвітлено різні аспекти адаптаційного процесу, включаючи механізми пристосування до складних життєвих обставин, що дозволяє глибше зрозуміти, як людина взаємодіє з навколишнім соціальним та фізичним середовищем; виявлено, що військові дії вносять суттєві корективи у звичайні механізми адаптації, вимагаючи від особистості знайти нові способи вирішення психологічних та соціальних проблем, що виникають в ускладнених умовах життєдіяльності. Також емпірично досліджено і статистично підтверджено вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни.

Рік виконання кваліфікаційної бакалаврської роботи - 2024.

Рік захисту роботи - 2024.

Ключові слова: соціальна психологічна адаптація, особистісна тривожність, реактивна тривога, умови війни, адаптація студентів.

Рецензія

на кваліфікаційну бакалаврську роботу
здобувача вищої освіти
освітньо-професійної програми «Економічна та соціальна психологія» Київського
національного економічного університету імені Вадима Гетьмана
Тарасової Анни Віталіївни

Тема. «Вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни»

Актуальність теми кваліфікаційної бакалаврської роботи і доцільність її розроблення. Дослідження тривожності та її впливу на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни є надзвичайно актуальним у контексті сучасних реалій України. Війна викликає значні зміни в психоемоційному стані людей, що потребує детального вивчення для розробки ефективних методів психологічної підтримки. Тема роботи є своєчасною та необхідною, оскільки вона спрямована на розуміння механізмів адаптації в умовах стресу, що має важливе значення для суспільства.

Якість проведеного дослідження. Кваліфікаційна бакалаврська робота виконана на високому науковому рівні, з використанням різноманітних методів дослідження, включаючи теоретичний аналіз, емпіричні дослідження та статистичні методи. Авторка успішно інтегрувала результати теоретичних досліджень із даними емпіричних досліджень, що дозволило глибоко розкрити тему роботи.

Позитивні риси кваліфікаційної бакалаврської роботи. Високий рівень теоретичного аналізу, який включає розгляд як вітчизняних, так і зарубіжних джерел. Використано комплексний підхід до дослідження тривожності та адаптації, що охоплює як теоретичні, так і емпіричні аспекти. Використання сучасних методів статистичного аналізу, що підвищує достовірність отриманих результатів. Чітка структура роботи, логічна послідовність викладу матеріалу та обґрунтованість висновків.

Зауваження. Використання методик, які не пройшли апробацію в українському контексті, може вплинути на достовірність отриманих даних та їх інтерпретацію. Це питання варто ретельно розглянути, щоб забезпечити максимальну валідність і надійність результатів дослідження.

Практична значимість висновків і рекомендацій. Отримані результати дозволяють зрозуміти механізми впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію, що сприятиме розробці ефективних методів для покращення психоемоційного стану людей в умовах стресу. Практична значимість висновків роботи є значною, оскільки вони можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки для населення, що переживає наслідки війни.

Загальний висновок. Кваліфікаційна бакалаврська робота відзначається високим рівнем теоретичного та емпіричного обґрунтування, чіткістю викладу матеріалу та практичною значущістю отриманих результатів. Дослідження розкриває сутність впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості та надає емпіричні дані, що є корисними для розробки психологічних інтервенцій. Робота відповідає вимогам до кваліфікаційних бакалаврських досліджень.

Місце роботи та посада рецензента *Інститут психології імені Г.С. Костюка НАН України, старший наук. співробітник*
Науковий ступінь, учене звання (за наявності) *кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник*
Дубо І. Юлія Модими Віталіївна
(підпис, ПІБ)



Місце печатки організації, де працює рецензент

Відгук

на кваліфікаційну бакалаврську роботу
здобувача вищої освіти
освітньо-професійної програми «Економічна та соціальна психологія»
Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана
Тарасової Анни Віталіївни

Тема. «Вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни»

Актуальність теми кваліфікаційної бакалаврської роботи і доцільність її розроблення. Під час воєнних дій, особистість стикається із необхідністю переглянути свої цінності, ставлення до життя, життєві пріоритети та поведінкові моделі, що характеризуються, як правила, складними тривожними переживаннями, що впливають на людину та ускладнюють її адаптацію до нових важких умов життя. Тому визначення особливостей такого впливу потребує дослідження з метою подальшої розробки шляхів зниження тривожності та підвищення адаптованості до ускладненої військовими діями ситуації.

Позитивні риси кваліфікаційної бакалаврської роботи. Робота характеризується високим рівнем теоретичного аналізу, який охоплює дослідження як вітчизняних, так і зарубіжних джерел. Застосовано комплексний підхід до вивчення проблематики тривожності й адаптації, що включає як теоретичні, так і емпіричні аспекти їх дослідження. Використання сучасних статистичних методів підвищує надійність отриманих результатів. Робота має чітку структуру, логічну послідовність викладення матеріалу та добре обґрунтовані висновки.

Наявність самостійних розробок автора. Дипломниця самостійно розробила методику дослідження, та застосувала її для виявлення особливостей впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни. За результатами дослідження підготувала до друку тези.

Цінність теоретичних висновків та практичних рекомендацій що розкрито феномен «адаптації», визначивши його як комплексний процес взаємодії особистості з соціальним середовищем; висвітлено різні аспекти адаптаційного процесу, включаючи механізми пристосування до складних життєвих обставин, що дозволяє глибше зрозуміти, як людина взаємодіє з навколишнім соціальним та фізичним середовищем; виявлено, що військові дії вносять суттєві корективи у звичайні механізми адаптації, вимагаючи від особистості знайти нові способи вирішення психологічних та соціальних проблем, що виникають в ускладнених умовах життєдіяльності. Статистично підтверджено вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни. Матеріали можна застосувати для розробки програм психологічної підтримки для населення, яке переживає наслідки війни.

Наявність недоліків. Робота не містить суттєвих недоліків, які могли б вплинути на достатньо високий рівень її виконання.

Загальна оцінка кваліфікаційної бакалаврської роботи та її допущення до захисту перед ЕК. Кваліфікаційна бакалаврська робота відзначається достатньо високим рівнем теоретичного та емпіричного обґрунтування, чіткістю викладу матеріалу та практичною значущістю отриманих результатів. Дослідження розкриває особливості впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни. Робота відповідає вимогам до кваліфікаційних бакалаврських досліджень і може бути рекомендована до захисту перед ЕК.

Науковий керівник:

професор кафедри педагогіки та психології, доктор психологічних наук, професор
Ставицька С. О.

(підпис)
“ЛТ” травня 2024 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	7
1.1. Характеристика основних особливостей адаптації особистості	7
1.2. Особливості процесу соціально-психологічної адаптації особистості в умовах війни	10
1.3. Соціально-психологічні особливості прояву тривожності в умовах війни	16
Висновки до першого розділу	21
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ТРИВОЖНОСТІ НА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНУ АДАПТАЦІЮ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	23
2.1. Організація емпіричного дослідження впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості	23
2.1.1. Методика та методи емпіричного дослідження соціально-психологічної адаптації особистості	24
2.1.2. Методики та методи емпіричного дослідження тривожності особистості	29
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни	32
Висновки до другого розділу	54
ВИСНОВКИ.....	56
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	59
ДОДАТКИ.....	64

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасному світі, особливо в умовах війни, тривожність стає значущим чинником, який впливає на соціально-психологічну адаптацію особистості. Під час воєнних дій, особистість стикається із необхідністю переглянути свої цінності, ставлення до життя, життєві пріоритети та поведінкові моделі. Тому ми припускаємо, що в цей час саме тривожність може впливати на спосіб, яким люди сприймають світ навколо себе, їхні стосунки з іншими людьми, а також їхню здатність адаптуватися до нових обставин.

Як відомо, особистість формується під впливом різноманітних зовнішніх чинників та розвивається у малих (сім'я, друзі, колектив) та великих (нація, певні соціальні прошарки) групах, наслідуючи ті зразки поведінки, які допомагають їй самовизначенню у соціумі.

Соціально-психологічна адаптація — це процес, під час якого особистість адаптується до умов соціального оточення, виробляє нові навички та стратегії, які необхідні для ефективної взаємодії із соціальним середовищем та функціонуванням у ньому. Цей процес може включати в себе ряд аспектів, таких як адаптація до соціальних норм і цінностей, вміння взаємодіяти з іншими людьми, розвиток емоційної стійкості і саморегуляції, а також набуття соціальних навичок.

Традиційно соціально-психологічна адаптація відрізняється від інших видів адаптації тим, що в її основі лежить локалізація середовища, з яким взаємодіє особистість. Таким чином, соціальне середовище визначає ймовірність і характер таких взаємодій особистості у групі. Але під час воєнних дій, зовнішнє середовище стає небезпечним, тож особистість в цей час постійно відчуває підвищення рівня тривожності, пов'язане із невизначеністю та потенційною небезпекою для життя людини.

Питанню різних аспектів адаптації у своїх роботах приділяли достатню увагу як вітчизняні (Г. О. Балл, І. С. Булах, О. М. Галус, С. М. Кулик, М. П. Лукашевич, О. І. Зотова, Б. П. Паригіна та ін.), так і зарубіжні вчені (Г. Ауберт, Ж. Піаже, Г. Сельє, Р. Бенедикт, Дж. Даллард, М. Мід, Н. Міллер, Р. Мертон, Т. Френч та ін.). В цей час феномен тривожності описували зарубіжні

вчені такі як З.Фройд, Ч.Спілберг, К.Роджерс, К.Ізард, К.Хорні та ін.; а також низка українських дослідників – С. О. Ставицька, О.О.Халік, І.А. Ясточкіна та ін. Однак, цілий ряд означених питань залишається недостатньо висвітленими.

Отже, проблема нашого дослідження зумовлена тим, що наразі питання впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію під час війни є релевантним та не достатньо вивченим. Тому воно й потребує детального розгляду та подальшого дослідження.

Мета дослідження: теоретично проаналізувати й емпірично дослідити вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни.

Для досягнення мети були сформульовані такі **завдання**:

1. Здійснити теоретичний аналіз літератури з метою вивчення феномену соціально-психологічної адаптації особистості.
2. Розкрити особливості прояву тривожності особистості в умовах війни.
3. Створити методику та провести емпіричне дослідження впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни.
4. Здійснити кількісний та якісний аналіз результатів дослідження щодо впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни.

Об’єкт дослідження: соціально-психологічна адаптація та тривожність особистості.

Предмет дослідження: вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію студентів в умовах війни.

Для розв’язання визначених **завдань** було використано комплекс **методів дослідження**:

– *теоретичні* – аналіз, порівняння, узагальнення наукової інформації щодо впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни; *емпіричні* – спостереження, опитування; *математико-статистичні*: кореляційний аналіз за критерієм Спірмена, однофакторний дисперсійний аналіз.

– Для виконання емпіричних завдань дослідження були застосовані такі психодіагностичні методики: багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (БОО-АМ) А. Г. Маклакова і С. В. Чермяніна; методика «Дослідження соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса - Р. Даймонд; методика «Шкала оцінки рівня реактивної та особистісної тривожності» Ч. Спілбергера - Ю. Ханіна; методика «Особистісна шкала прояву тривоги» Дж. Тейлор (в модифікації В.Г. Норакидзе).

Теоретична значущість отриманих результатів:

В ході теоретичного аналізу було детально розглянуто і розкрито феномен «адаптації», визначивши його як комплексний процес взаємодії особистості з соціальним середовищем; висвітлено різні аспекти адаптаційного процесу, включаючи механізми пристосування до складних життєвих обставин, що дозволяє глибше зрозуміти, як людина взаємодіє з навколишнім соціальним та фізичним середовищем; виявлено, що військові дії вносять суттєві корективи у звичайні механізми адаптації, вимагаючи від особистості знайти нові способи вирішення психологічних та соціальних проблем, що виникають в ускладнених умовах життєдіяльності.

Практична значущість отриманих результатів полягає у тому, що емпірично досліджено і статистично підтверджено вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни.

Емпірична база дослідження. Дослідження проводилося онлайн за допомогою гугл-форм. Емпіричну базу склали студенти КНЕУ імені Вадима Гетьмана, УДУ імені Михайла Драгоманова, а також КПІ імені І. Сікорського та КНУ імені Тараса Шевченка, ХНУ ім. Каразіна, НМУ імені О.О. Богомольця, ЧНУ імені Петра Могили.

Вибірка. Вибірка склала 80 осіб, серед яких студенти бакалаврату 1-4 курсів та студенти 1-2 курсів магістратури, віком 16-25+ років, з них 62 (77,5%) жіночої статі та 18 (22,5%) чоловічої.

Структура роботи: робота включає вступ, 2 основні розділи, висновки для кожного з розділів, узагальнюючі висновки, список літератури з 37 позицій та 2

додатки. Всього в дослідженні представлено 16 таблиць, а зміст дослідження розгорнуто на 58 сторінках.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

1. 1. Характеристика основних особливостей адаптації особистості

Концепція адаптації з'явилася у вчених колах у 1865 році завдяки Г. Ауберту, німецькому фізіологу, який вперше використав цей термін. Спочатку вона визначалася як модифікація реактивності сенсорних систем відповідно до змін чутливості органів чуття до зовнішніх стимулів [1].

Вчені, що досліджували адаптацію, в основному погоджуються, що це явище має складний характер. Адаптаційний процес завжди має в собі елемент взаємодії між двома суб'єктами або системами, яка відбувається у специфічних обставинах – станах дисбалансу та невідповідності між ними. При цьому основна мета цієї взаємодії полягає у досягненні певного рівня координації між системами, який може значно відрізнятись. А при досягненні мети обов'язково відбуваються певні зміни [2].

У контексті вітчизняної психології адаптація розглядається як результат пристосування людини до умов її існування, а також як процес, що відбувається динамічно. Це вважається необхідною умовою для формування індивідуальності, представляючи мікроцикл у розвитку особистості, де відбувається засвоєння суспільних норм, оволодіння методами діяльності та спілкування між індивідами. Серед специфічних механізмів адаптації виокремлюється вплив трудової активності на найближче соціальне оточення та здатність людини активно модифікувати результати своєї адаптації відповідно до соціальних умов.

Згідно з більшістю зарубіжних досліджень, адаптація визначається як ключовий фактор для ефективного функціонування особистості, що досягається шляхом встановлення балансу між індивідом та середовищем. Кожна теорія

особистості акцентує на певних аспектах людської природи, часто надмірно розвиваючи одну сферу її діяльності на шкоду іншим. Дослідження в галузі психології особистості вказує на наявність ключових елементів структури особистості, які виступають як основа адаптивної системи і можуть розглядатися як окремі аспекти адаптації [2]. Ці компоненти мають вирішальне значення для успішної адаптації особистості до змін у навколишньому середовищі [2].

Г. Гартман вказує, що адаптація по відношенню до інших людей виникає у людини від самого народження. Він стверджує, що особистість пристосовується до соціального контексту, який є частково результатом діяльності попередніх поколінь і самої особистості. Таким чином, особистість не лише існує в суспільстві, а й активно формує умови для свого майбутнього пристосування. Гартман також розробив концепцію «соціальної поступливості», яка означає коригування соціальним середовищем порушень адаптації так, що поведінка, що не приймається в одних умовах, стає прийнятною в інших [3].

С.О. Шапкін вважає, що адаптація складається з чотирьох компонентів: активаційного (органічні та функціональні зусилля, спрямовані на досягнення цілей), когнітивного (переорієнтація когнітивних процесів для ефективного перероблення інформації), емоційного (відображення динаміки емоційних переживань, що вказують на успішність адаптаційного процесу) та мотиваційно-вольового (координація всіх інших складових та напрямів досягнення цілей, які мають важливе значення для особистості, тим самим забезпечуючи стабільність та неперервність процесу адаптації).

У соціальній психології особистісна адаптація розуміється як процес досягнення гармонії між індивідом та суспільством. О. І. Зотова та Б. П. Паригіна, які досліджували цю тему, виявили, що адаптація включає в себе труднощі, пов'язані з освоєнням нових соціальних норм та утриманням соціального статусу особистості саме у малих групах (сім'я, друзі, колектив).

У контексті соціально-психологічної адаптації існує розмежування між поняттями «адаптація» та «пристосування», з тенденцією до переходу від пасивної адаптації до створення продуктивної взаємодії між особистістю та середовищем.

Пристосування є частиною процесу адаптації, що відображає основну форму взаємодії між індивідом та його оточенням. У соціальній психології розрізняють два основних типи адаптації - професійну та соціально-психологічну, які взаємодіють та впливають один на одного.

На психологічному рівні адаптація залежить від здатності приймати рішення, брати ініціативу, бути відповідальним та передбачати наслідки дій. Д. Ж. Піаже вважав, що адаптація є ключовим елементом інтелектуального розвитку дітей, який включає два аспекти: акомодацию, що полягає в перебудові когнітивних механізмів для засвоєння нової інформації, та асиміляцію, яка означає включення зовнішніх подій в систему вже сформованих знань і навичок.

Як ми бачимо, адаптація за Піаже передбачає, що, по-перше, відбувається засвоєння знань, умінь і навичок, умінь і майстерності, а по-друге, відбуваються зміни в психічній організації людини, а саме: в когнітивному процесі (відчуття, сприйняття, пам'ять тощо) та особистісному процесі (мотивація, постановка цілей, емоції тощо).

У випадку, якщо особистості вдалося успішно адаптуватися до зовнішнього середовища, виділяють таку психічну властивість особистості, як адаптованість. Адаптованість особистості визначається її здатністю гармонійно пристосуватися до умов життя та почувати себе задоволеною. Тобто людина може бути або гармонійною та адаптованою, або навпаки – дисгармонійною та дезадаптованою [4]. Також адаптованість як властивість додатково включає в себе емоційний стан, соціально значущі почуття та різноманітні показники, такі як впевненість, адекватна самооцінка, чіткість самосвідомості, відповідальність, здатність долати перешкоди тощо.

Виділяються два види адаптації особистості: ефективна та неефективна. Ефективність адаптації залежить від глибокого саморозуміння індивідом своєї ролі та взаємин у суспільстві. В цей час як «дезадаптація» є показником неефективної адаптації, що відображає спотворене або недостатньо розвинуте уявлення людини про саму себе [6].

Варто зазначити, що дезадаптація виникає, коли особистість не в змозі пристосуватися до змін у навколишньому середовищі, що призводить до конфлікту між психосоціальним статусом особистості та новими соціальними умовами. Цей конфлікт ускладнює або навіть блокує процес пристосування, перешкоджаючи ефективній взаємодії з оточуючими і соціальною інтеграцією.

Отже, як ми бачимо, концепція адаптації бере свій початок в біології, де спочатку вона розглядалася із фізіологічного аспекту. Адже дослідники описували адаптацію саме через діяльність нейронів і зміни в чутливості аналізаторів, які дозволяють організму пристосуватися до зовнішніх стимулів.

Проаналізувавши вищенаведений матеріал, ми вважаємо, що, насамперед, адаптація полягає у процесі досягнення гармонії між особистістю і середовищем, яке включає як біофізичні, так і соціальні аспекти. Ефективність цього процесу залежить від багатьох факторів, включаючи біофізіологічні характеристики людини, екологічні умови регіону, психологічний стан, здатність до стресостійкості, а також від науково-технічного та інформаційного прогресу в суспільстві.

1. 2. Особливості процесу соціально-психологічної адаптації особистості в умовах війни

Соціально-психологічна адаптація являє собою процес і результат, де особистість досягає гармонійної взаємодії з соціальним середовищем, враховуючи його вимоги та умови. Він включає балансування між бажаннями індивіда задовольнити свої потреби в основних діяльностях та реальними можливостями, які він має.

Соціально-психологічна адаптація особистості являє певне взаємодоповнення активної (особистість цілеспрямовано змінює своє оточення, групу) і пасивної (особистість змінює свою поведінку, зміст і характер поведінки під впливом групи) форм адаптації. Вона завжди керується двома полярними

тенденціями – адаптованості-неадаптованості, тобто механізмами психологічної адаптації, які функціонують у внутрішньому світі особистості.

Соціально-психологічні адаптаційні можливості людини формуються вже з дитинства, під час розвитку її особистості, набуття досвіду спілкування з різними людьми та групами, а також досвіду ефективної та неефективної поведінки в незвичайних ситуаціях.

Адаптація індивіда в умовах війни передбачає складний процес пристосування, який одночасно охоплює багато аспектів та впливає на різноманітні сфери життя особистості. Основні труднощі при адаптації виникають через те, що людині потрібно звикнути, пристосуватися до нових умов, оскільки психологічний стан людини змінюється і ті механізми, що допомогли адаптуватися до умов мирного життя, не будуть працювати у нових реаліях воєнного стану.

Набутий бойовий досвід призводить до змін в особистості людини, при чому деякі із них можуть бути незворотними. Ці зміни впливають на сприйняття особою нової соціальної дійсності, в якій вона намагається адаптуватися. Зміни в особистості неминуче створюють у людей враження нової реальності, тобто нових соціальних умов, до яких людина пристосовується. Зміни, спричинені воєнним досвідом, часто описуються як "воєнізована психіка", що включає в себе:

- сильне бажання бути зрозумілим - мати такий взаємозв'язок з оточуючими, який морально виправдовує участь у жорстокості війни через її соціальну значущість;
- здивування від нових реалій мирного життя;
- отримання соціального схвалення - це допоможе подолати почуття провини, виправдати свою агресивну та жорстоку поведінку перед собою та своєю совістю, щоб зменшити інтенсивність травмуючих спогадів;
- потреба в суспільному визнанні – особисті зусилля мають бути оцінені високо, при чому так, щоб широке коло людей, яке включає колег і членів сім'ї, знали факт позитивної оцінки;

- бажання бути прийнятим у системі соціальних зв'язків, а також у системі відносин мирного життя, тільки при цьому мати вищий соціальний статус, ніж раніше;

– їм важко звикнути до думки, що коли вони ризикують життям, нічого не змінюється в країні та армії, а суспільство взагалі не помічає їх відсутності [6, с. 107].

Дослідник Ю. Бриндіков висловлює думку, яку ми підтримуємо, що успішність адаптації залежить не тільки від умов зовнішнього середовища та соціального оточення, але й від внутрішніх якостей самої особистості в умовах війни, включаючи її особистісні структури, властивості та характеристики [7, с. 74].

Деякі вчені розглядають соціально-психологічну адаптацію як термін, аналогічний соціалізації, однак А. Налчаджян зауважує, що ці процеси не завжди є тотожними. Соціалізація включає в себе усвідомлення та прийняття групових стандартів, цінностей та звичайних моделей поведінки протягом психологічного розвитку людини. Вона реалізується в різних соціальних контекстах: в малих групах, організаціях, а також у суспільстві загалом. При цьому, соціально-психологічна адаптація особистості досягається лише за умови, коли піл час процесу соціалізації навколишнє середовище не є чужим для індивіда [8].

В. Рубцов у своїх дослідженнях виділив наступні аспекти соціально-психологічної адаптації:

1. Врівноваження між індивідом та його середовищем, взаємну толерантність до системи цінностей та поведінкових стереотипів;
2. Псевдоадаптацію, де зовнішня пристосованість до обставин супроводжується внутрішнім опором до норм та вимог середовища;
3. Пристосування, що передбачає визнання та прийняття основних цінностей нових обставин;
4. Уподібнення, яке включає психологічну адаптацію та трансформацію попереднього досвіду згідно з новими умовами.

Вивчаючи соціально-психологічну адаптацію з урахуванням різних наукових підходів, можна виокремити декілька ключових психологічних

елементів, що водночас є і передумовами, і важливими результатами цього процесу. Це включає в себе спрямування особистості, її ціннісні орієнтації, уявлення про себе; базову потребу у позитивному ставленні і самоствердженні, індивідуальні особливості, які впливають на адаптаційний потенціал (гнучкість поведінки, схильність до лідерства, здатність до правильної оцінки фрустраційних ситуацій); адаптаційні аспекти інтелекту; характеристики емоційної сфери та вольових рис особистості.

Під час аналізу теоретичних положень, ми виявили, що соціально-психологічна адаптація відрізняється від інших видів адаптації завдяки індивідуально-особистісній оцінці соціального середовища та свідомій регуляції цього процесу суб'єктом.

Серед загальновизнаних критеріїв адаптованості особистості виділяють зовнішній (спроможність відповідати вимогам оточення, пристосованість особистості) і внутрішній (загальне психологічне благополуччя, відчуття комфорту, задоволення власним положенням, соціальне самопочуття). Аналіз літератури з питань адаптації підтверджує, що такі аспекти, як самоставлення, самоактуалізація та мотиваційна база самоідентифікації особистості, вважаються важливими індикаторами адаптаційної спроможності за внутрішнім критерієм [2].

Соціальна адаптація студентів охоплює різні аспекти їхнього життя та діяльності. Однією з її ключових частин є професійна адаптація, що передбачає набуття навичок самостійної навчальної та наукової роботи, а також включає адаптацію до умов навчального процесу. Іншою важливою складовою є соціально-психологічна адаптація, пов'язана з взаємодією студентів у групі, представлення себе, як особистість, та побудову взаємин з іншими. Важливо, що чинники, які впливають на адаптаційний процес студентів, включають їхні ціннісні орієнтації, мотиваційну спрямованість, рівень особистісної тривожності, зовнішні чи внутрішні риси, типологічні характеристики темпераменту тощо [9].

Аналіз наукових робіт на тему соціально-психологічної адаптації студентів показує, що більшість досліджень сконцентована на аспекті адаптації особистості у закладах вищої освіти. Цей процес розглядається як засвоєння студентом нових

соціальних ролей і форм діяльності, адаптація до специфіки обраної професії з метою досягнення оптимального режиму навчальної та особистісної діяльності у навчальному середовищі.

Основні компоненти адаптації до навчання у вищих навчальних закладах включають соціально-психологічну, психологічну та діяльнісну складові. Соціально-психологічна складова відображає засвоєння студентами нових ролей і форм діяльності, освоєння правил та традицій, прийнятих у навчальному закладі. Психологічна складова включає переорієнтацію мислення, мовлення, уваги, пам'яті та волі. Остання, діяльнісна складова пов'язана з адаптацією до ритму навчання, методів і форм роботи, активним включенням у навчальний процес, що відіграє важливу роль у дидактичній адаптації [2].

Якщо розглянути контекст соціально-психологічної адаптації військовослужбовців та учасників бойових дій, серед яких є і студенти, можна спостерігати застосування різних стратегій і видів адаптації, таких як:

- імітація адаптації, коли зовнішня адаптація супроводжується внутрішньою відсутністю прийняття ситуації;
- урівноваження між особистими цінностями та цінностями соціального середовища;
- уподібнення поведінкових моделей відповідно до характеристик середовища;
- а також пристосування, що передбачає повне визнання та прийняття цінностей соціального середовища [10].

Т. Титаренко зазначає, що у військових умовах особистість зазнає змін на кількох рівнях:

1. На індивідуально-психологічному рівні спостерігається зниження креативності, балансу та адаптивності;
2. На ціннісно-смысловому рівні відбувається тимчасова втрата здатності шукати сенси та осмислювати власний досвід, ускладнюється отримання задоволення від повсякденного життя;

3. На соціально-психологічному рівні зменшується схильність до співпраці та співчуття;

4. Знижується рівень довіри до світу, особливо до мирного життя, до якого повертається учасник бойових дій [11, с. 71].

Зовні процес адаптації може виглядати як спроба особистості підлаштувати свій власний світ під нові умови суспільства. Але, на противагу цьому, людина, яка є дійсно хоче стати адаптованою, має прийняти нову реальність, в якій відбуваються воєнні дії, у свою особисту систему уявлень та установок.

О. Буряк та М. Гіневський виділяють такі чинники, які ускладнюють процес адаптації: необхідність радикально змінювати життя та діяльність в умовах війни, включаючи звички та умови побутового життя; а також потребу в освоєнні нової професії та подолання викликів, що виникатимуть у цьому процесі. В таких умовах особистості необхідно не лише набувати нових знань і навичок, але й розвивати власні якості, які сприяють новій діяльності [12, с. 161].

Соціально-психологічна адаптація в умовах війни представляє собою процес пристосування нового соціального середовища, яке через зовнішню напругу перебуває у стані постійних змін. Саме тому ми вважаємо, що в такий момент важливо зосередитись на властивостях адаптивності особи. Такі характеристики, такі як життєздатність, групова ефективність та психологічна гнучкість, відіграють ключову роль у формуванні продуктивних взаємодій. Ці якості розвиваються на різних стадіях адаптації та виражаються через поведінкові стратегії, які застосовує особистість чи групою під час адаптації до нових умов, зокрема до наслідків військового конфлікту.

Наприклад, психологічна гнучкість особистості виявляється у здатності подолати наслідки війни й, після цього, повернутися до звичного життя [13]. Хоча ми вважаємо, що важливо розглядати психологічну гнучкість не тільки в індивідуальному аспекті, але й в контексті всієї спільноти та загалом суспільства.

Отже, узагальнивши вищесказане, ми бачимо, що соціально-психологічна адаптація є складним процесом, який традиційно відрізняється серед інших її видів на основі локалізації середовища, з яким взаємодіє особистість. Нажаль, на

сьогодні, в Україні - це середовище ускладнене військовими діями, що, звичайно ж, ускладнює і процес адаптації особистості, провокуючи високі рівні тривожності. Цей процес охоплює різні аспекти життя індивіда, вимагаючи психологічної гнучкості, емоційної стійкості та здатності до соціальної інтеграції. Важливо підкреслити, що ефективна адаптація залежить не лише від зовнішніх умов, а й від внутрішніх особистісних якостей особистості. А в умовах війни, соціально-психологічна адаптація особистості вимагає від особистості значно більших зусиль та гнучкості, ніж в мирний час, оскільки вона стикається з екстремальними обставинами та загрозами для життя.

1. 3. Соціально-психологічні особливості прояву тривожності в умовах війни

Феномен тривожності у своїх наукових працях вчені розглядали доволі детально та описували його особливості. Однак, важливо не плутати це поняття із тривогою. Незважаючи на те, що обидва терміни іноді можуть використовуватися як синоніми, вчені підкреслюють необхідність розмежування цих понять.

Тривога розглядається як ситуаційна емоція, що виникає як відповідь на конкретну загрозу. Натомість, тривожність – це більш стабільна характеристика особистості, яка формується в результаті впливу реальної або уявної загрози [14; 15]. Тривога характеризується як емоційний відгук на ситуації, що містять реальну чи потенційну небезпеку, проявляючись у вигляді побоювання ймовірного невдалого розвитку подій. Вона відрізняється від інших емоційних станів тим, будучи негативним, узагальненим і часто невизначеним переживанням, що пов'язане із очікуванням невдач і труднощів в різних сферах життя. Також тривога відображає емоційну напруженість, вразливість, занепокоєння і внутрішній дискомфорт.

Досліджуючи відмінності між тривогою і тривожністю, О. М. Галієва виявила, що більшість дослідників вживають термін "тривога" для опису стану очікування потенційної загрози або суб'єктивного почуття занепокоєння. Водночас

"тривожність" використовується для опису характеристик особистості або стану дискомфорту [16].

За словами О. Халік, тривожність розуміється як особливість особистості, яка розвивається впродовж життя індивіда і проявляється у готовності до емоційного напруження та переживання негативних подій, які мають суб'єктивне значення для особистості. Тривожність є стійкою особистісною рисою, яка виявляється у сталих компенсаторних та захисних формах поведінки [17, с. 7].

У нашому дослідженні ми будемо розглядати поняття тривожність, яке включатиме і ситуативну тривогу, і особистісну тривожність. Ситуативна тривожність (СТ) – короткочасний, динамічний емоційний стан, що спричиняється специфічними обставинами і виникає, як реакція на конкретну ситуацію [17].

Ситуативна тривога характеризується особисто відчутними емоціями, такими як напруженість, хвилювання, занепокоєння, нервозність. Вона виникає як емоційна відповідь на стресові ситуації та її сила може варіюватися, зважаючи за інтенсивність та тривалість. Різні люди можуть відчувати ситуативну тривогу у різних обставинах - для деяких вона може бути чітко визначеною, тоді як інші можуть її не відчувати взагалі. Наприклад, деякі студенти можуть відчувати збільшену занепокоєність під час іспитів, тоді як у інших ситуаціях вони можуть діяти більш впевнено та спокійно. У деяких юнаків занепокоєння може виникати під час спілкування з особами протилежної статі, а деякі можуть відчувати дискомфорт під час розмов по телефону.

Порівняно із цим, особистісна тривожність (ОТ), навпаки, представляє собою більш сталу особистісну характеристику, що проявляється у схильності особистості до сприйняття загрози і готовності відповідати на неї. Також, особистісна тривожність розглядається як внутрішня готовність індивіда до переживання страху та занепокоєння у широкому діапазоні різних подій, які мають значення для людини. Вона формується ще в ранньому дитинстві і є базовою рисою особистості, що виявляється як вроджена схильність до відчуття тривоги, проявляючись у стандартних та ситуаційно незмінних (тобто тих, які виникають незалежно від конкретної соціальної ситуації) реакціях особистості - відчутті

занепокоєння, яке виникає у відповідь на уявні або загрозові для особистості ситуації [37]. Особистісна тривожність часто впливає на розвиток інших особистісних характеристик та властивостей, таких як тенденція уникати невдач, прагнення уникнення відповідальності або страх перед конкуренцією з іншими [18, с. 32]. Накопичений життєвий досвід, який включає частоту, інтенсивність та тривалість тривожних станів, безпосередньо впливає на розвиток особистісної тривожності, як стійкої риси.

Спочатку у людини може виникнути тільки ситуативна тривожність, яка згодом, в несприятливих умовах, може трансформуватися в особистісну. Окрім того, згідно з науковими дослідженнями, ситуативна тривожність (СТ) вважається генетично первинною і необхідною для адаптації особистості, тоді як особистісна тривожність (ОТ) може бути вторинною і перешкоджати адаптації індивіда [17].

З фізіологічної точки зору, тривожність можна розглядати як реактивний стан, адже вона викликає ряд фізіологічних змін в організмі, готуючи його до потенційної небезпеки, боротьби, втечі або опору. Коли особистість відчуває тривожність в умовах війни, в цей час в неї в організмі активізується серцево-судинна система: прискорюється серцевий ритм, зростає артеріальний тиск, зменшується активність травлення, зокрема секреції та перистальтики. Кров відводиться від травного тракту до м'язової системи, готуючи організм до активної відповіді на потенційні загрози.

На нашу думку, важливим є дослідження структури тривожності, яка включає три базових компоненти: когнітивний, афективний та поведінковий [17; 19; 20].

Когнітивний компонент пов'язаний з інтелектуальною сферою і відображає розуміння небезпеки, аналіз потенційних загроз і прогнозування можливих наслідків. Згідно з дослідженнями Д. Лундгрена, тривожність може впливати на когнітивні процеси, наприклад, звужуючи поле уваги [21]. Люди у стані тривожності зосереджуються на своїх страхах, а також на тих речах, які важливі для їх благополуччя, ігноруючи будь-яку іншу інформацію. У цей час когнітивна система працює в особливому режимі, відбувається спрощення мисленнєвих

процесів, а в першу чергу опрацьовується найважливіша на даний момент інформація.

Афективний компонент включає емоційні переживання та суб'єктивні ставлення до стресових факторів. Тривожні переживання зв'язані зі страхом нездатності досягти важливих цілей, загрозою здоров'ю, особистісному статусу та планам. В даному компоненті тривожність може проявлятися через широкий спектр емоцій, від страху до напруження, важких передчуттів.

Поведінковий компонент виражається у діях і вчинках як реакції на загрозу. Часто тривожність проявляється у замкнутості, пасивності, відокремленості від інших, особливо у стресових ситуаціях. Однак, дослідження У. Девідсона та С. Росса показали, що існує і протилежний тип реагування: гіперактивність, імпульсивність, бажання уникати самотності. Такі люди можуть одночасно братися за виконання кількох справ, демонструють свою діловитість та розкутість [22]. Насправді ж, така поведінка може бути спробою приховати тривожність.

Заушнікова М.Ю., Тонкопей Ю.Л. та Петухова І.О. у своїй статті, де вони аналізували динаміку рівня тривожності студентів в умовах війни, вказують, що психічні стани студентів на початку дослідження відображають напруження, яке виникає в результаті оцінки зовнішніх подій та їх порівняння з трагічними випадками в навколишньому середовищі. Однак, згодом відбувається поступове поліпшення цих станів, що свідчить про адаптацію на різних психологічних та фізіологічних рівнях до умов війни. Вони також висувують гіпотезу, що тривожність викликається певними структурами нейрогуморальної регуляції, які беруть участь у процесі інтеграції адаптивних характеристик особистості до складних стресових факторів в умовах війни [23].

У зв'язку з повномасштабним вторгненням в Україну, значна кількість людей стикається з емоційним виснаженням, втому, підвищеною тривожністю та панікою. В умовах війни причинами тривожності можуть стати ризик потрапити під обстріл чи бомбардування, безпосередня небезпека для життя, загроза отримання поранення, а також постійні повітряні тривоги, необхідність перебування в бомбосховищах чи укриттях, ризик втрати близьких, істотні зміни у

звичному житті, руйнація життєвих планів, фінансові труднощі, інформаційний стрес тощо. На додачу до цього, через вищенаведені фактори, в особистості може розвинутих відчуття параноїдального характеру, що їй щось загрожує, навіть у безпечних місцях.

Тривожні розлади, які виникають через війну, мають властиві їм клінічні ознаки. Підвищена тривожність може супроводжуватися думками про відсутність майбутнього, невиправданим страхом, підвищеною напруженістю, відчуттям надмірної обачності навіть у безпечних ситуаціях; почуттям провини, кошмарними снами та нав'язливими думками, що стосуються війни та пережитих особистістю травматичних подій; особистість може втратити здатність радіти тому, що раніше приносило задоволення. Також тривожність може проявлятися у вигляді проблем соціально-психологічною адаптацією, високим ступенем нервово-психічної напруги, відчуттям соціальної фрустрованості тощо [24].

Отже, нами було визначено, що тривожність є складним багатовимірним феноменом, який включає в себе як ситуативну тривогу, так і особистісну тривожність. Ситуативна тривожність є короткочасним емоційний станом, який виникає як реакція на конкретну ситуацію, а особистісна – є сталою характеристикою особистості, яка практично не змінюється протягом життя людини. Також ми описали соціально-психологічні особливості прояву тривожності в умовах війни та дізналися, що під час таких умов тривожність може значно зростати через постійну небезпеку, стрес та раптові зміни в житті. Вона може проявлятися у вигляді емоційного виснаження, підвищеної нервозності, паніки, а також відчуття небезпеки навіть у місцях, що здаються безпечними. Особливості прояву тривожності можуть включати почуття провини, кошмарні сни, повторювані думки про війну та травматичні події, а також нездатність радіти тому, що раніше приносило задоволення. Але важливо розуміти, що тривожність є нормальною реакцією на ненормальні обставини, і вона може варіюватися від особи до особи в залежності від їх особистісних характеристик та ситуації.

Висновки до першого розділу

У першому розділі нашої дипломної роботи ми розглянули та проаналізували дослідження різних вчених та їх підходів до розгляду питання адаптації як здатності особистості пристосовуватися до умов навколишнього середовища.

Також ми виявили, що процес соціально-психологічної адаптації передбачає створення внутрішнього образу входження в суспільство, прийняття правил і установок відповідної групи, здійснення внутрішніх змін на основі цих установок, ідентифікацію з соціальною групою тощо.

Важливим аспектом вивчення були особливості соціально-психологічної адаптації в умовах війни, які включають пристосування до екстремальних змін, що несуть пряму загрозу життю особистості; підвищений рівень тривожності, необхідність швидкого реагування на непередбачувані обставини та збереження психологічної рівноваги тощо. Саме тому процес соціально-психологічної адаптації вимагає від особистості активного включення, психологічної гнучкості та вміння адаптуватися до змін у навколишньому середовищі.

Також було зазначено, що важливими чинниками в процесі адаптації є особистісні характеристики, такі як самооцінка, мотивація, емоційна регуляція та когнітивні здібності. Особливо, це стає актуальним в екстремальних умовах, таких як війна, де адаптація може включати в себе значну кількість стресових чинників та необхідність швидкого пристосування до нових, часто травматичних умов.

Загалом, проведений аналіз соціально-психологічних особливостей прояву тривожності в умовах війни показує, що тривожність у таких умовах часто має складний і багатоаспектний характер, оскільки вона не обмежується лише безпосередньою реакцією на загрозу, а й включає тривале відчуття невизначеності, побоювання за власне майбутнє та безпеку близьких. Одним із ключових аспектів є те, що тривожність в умовах війни часто пов'язана з постійним відчуттям загрози та небезпеки. Це може включати страх перед обстрілами, терористичними актами, втратою дому чи близьких. Такий стан може призводити до хронічного стресу, що негативно позначається на фізичному та психічному здоров'ї. Окрім того,

тривожність може ускладнити процес прийняття рішень, підвищити схильність до імпульсивної поведінки, знизити здатність до раціонального мислення, тобто негативно впливати на успішність адаптації особистості в різних умовах життєдіяльності.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ТРИВОЖНОСТІ НА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНУ АДАПТАЦІЮ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ

2. 1. Організація емпіричного дослідження впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості

Здійснений нами теоретичний аналіз наукової літератури з питання адаптації особистості дав змогу дослідити вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни. Ми визначили, що тривожність, як стабільна характеристика особистості, а також як ситуативний емоційний стан, істотно впливає на здатність індивіда пристосовуватись до нових умов життя та реагувати на стресові ситуації. Цей вплив проявляється через різні аспекти особистості, включаючи емоційний, когнітивний, та поведінковий компоненти. В контексті воєнних умов адаптаційний процес може вимагати від особистості розвитку додаткових стратегій та механізмів протистояння стресу, щоб ефективно взаємодіяти з зовнішнім середовищем та зберегти психічне здоров'я.

З метою вивчення та встановлення впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості, нами було проведено емпіричне дослідження. Дослідження проводилося онлайн за допомогою гугл-форм. У дослідженні взяло участь 80 осіб – студенти КНЕУ імені Вадима Гетьмана, УДУ імені Михайла Драгоманова, а також КПІ імені І. Сікорського та КНУ імені Тараса Шевченка, ХНУ ім. Каразіна, НМУ імені О.О. Богомольця, ЧНУ імені Петра Могили, віком 16-25 років, з них 62 жіночої статі (77,5%) та 18 чоловічої (22,5%). 10 студентів навчаються на 1 курсі (12,5%), 10 – на 2 курсі (12,5%), 11 – на 3 курсі (13,8%), 20 – на 4 курсі (25%), 28 – на 5 курсі (35%) та 1 студент – на 6 курсі (1,2%).

Емпіричне дослідження включало такі етапи:

На першому етапі емпіричного дослідження, ми підібрали психодіагностичний інструментарій для проведення дослідження з обраної теми та сформували вибірку дослідження.

На другому етапі було організовано і проведено емпіричне дослідження та здійснено кількісний і якісний аналіз його результатів; сформовано висновки.

Для дослідження впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни, нами було обрано наступні психодіагностичні методики:

1. Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (БОО-АМ) А. Г. Маклакова і С. В. Чермяніна;
2. Методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонд;
3. «Шкала оцінки рівня реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності» Ч. Спілбергера - Ю. Ханіна;
4. «Особистісна шкала прояву тривоги Дж. Тейлор» (в модифікації В.Г. Норакидзе);

2. 1.1. Методика та методи емпіричного дослідження соціально-психологічної адаптації особистості

Для дослідження адаптивних здібностей, ми використали наступну методику, яку детально представили в таблиці 2.1. Даний опитувальник містить 165 питань і розподілений на чотири рівні, що дозволяє зібрати детальну інформацію про особистість. Ця методика базується на уявленні про адаптацію як процес активної взаємодії людини зі змінним соціальним середовищем і професійною діяльністю. Адаптаційна ефективність залежить від адекватного сприйняття особистістю себе, своїх соціальних зв'язків, від реалістичного оцінювання своїх потреб і можливостей, а також від усвідомлення мотивів власної поведінки. Перекручене уявлення про себе може призвести до адаптаційних проблем,

включаючи конфліктність, проблеми у взаєминах, зниження працездатності та погіршення здоров'я.

Таблиця 2.1 – Опис Багаторівневого особистісного опитувальника «Адаптивність» (БОО-АМ) А. Г. Малаклова – С. В. Чермяніна

Назва й автор методики	Мета методики	Характеристика методики
Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (БОО-АМ) А. Г. Малакова та С. В. Чермяніна.	Методика використовується для аналізу адапційних здібностей людини. Цей інструмент досліджує психофізіологічні та соціально-психологічні аспекти особистості, що впливають на її психічний і соціальний розвиток.	Для обробки результатів опитувальника використовуються чотири шкали: «нервово-психічна стійкість», «комунікативні здібності», «моральна нормативність», а також «особистісний адаптивний потенціал (ОАП)», який є ключовим для розуміння психічного розвитку особистості. Особливістю даної методики є те, що вона дозволяє перевірити достовірність результатів за окремою шкалою. Тобто, якщо респондент прийняв рішення свідомо спотворити результати, бали по цій шкалі будуть дуже високі, що свідчитиме про подальшу неможливість використання відповідей респондента в емпіричному дослідженні. Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (БОО-АМ) містить питання по типу «так» або «ні», після цього отримані відповіді порівнюються із «ключем» й вираховується загальна кількість балів по кожній шкалі. Опитувальник базується на концепції адаптації як безперервного процесу активного пристосування особистості до умов її соціального оточення, що впливає на всі аспекти її життя. Рівень адаптації значною

		мірою залежить як від природжених характеристик нервової системи, так і від умов виховання, навчених поведінкових стереотипів і реалістичності самооцінки. Недостатньо розвинуте або спотворене уявлення про себе може призвести до проблем у процесі адаптації, включаючи конфлікти, непорозуміння в своїй соціальній ролі та погіршення стану здоров'я. Адаптація є динамічним процесом, успіх якого залежить від багатьох чинників: об'єктивних і суб'єктивних умов, функціонального стану, соціального досвіду, життєвих установок тощо. Оскільки реакція кожної окремої особистості на різноманітні події буде абсолютно унікальною. Важливим є визначення діапазону реакцій, що відображають психічну норму та відношення до різноманітних явищ, пов'язаних з універсальними людськими цінностями. Відповідність цьому діапазону психічної та соціально-моральної нормативності вказує на ефективність соціально-психологічної адаптації та визначає особистісний адаптаційний потенціал. Поведінкове регулювання є здатністю індивіда контролювати свою взаємодію з навколишнім середовищем. Це включає самооцінку, рівень нервово-психічної стійкості та отримання соціальної підтримки від оточуючих. Комунікативний потенціал, як частина особистісного адаптаційного потенціалу, важливий, оскільки людина переважно
--	--	---

		перебуває в соціальному оточенні. Його визначають здатність до контакту і розуміння з іншими, а також досвід і потреба в спілкуванні, рівень конфліктності. Моральна нормативність, як остання шкала опитувальника, відображає здатність індивіда адекватно відповідати на соціальні ролі, що йому пропонуються соціумом. Вона включає оцінку моральних норм і ставлення до вимог соціального оточення, які є ключовими компонентами процесу соціалізації.
--	--	--

У контексті дослідження впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості під час війни, методика БОО-АМ є особливо корисною. В умовах війни, коли індивіди зазнають значного емоційного та психологічного навантаження, адаптаційні стратегії та відповіді особистості на стрес стають ключовими для підтримки психічного здоров'я і соціальної функціональності.

Наступною для нашого дослідження ми обрали методику дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонд, яку детально описали в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2 – Опис методики «Дослідження соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса – Р. Даймонд.

Назва й автор методики	Мета методики	Характеристика методики
Методика «Дослідження соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса – Р. Даймонд.	Методика є інструментом для дослідження особистісних характеристик та їх впливу на процес адаптації особи до	Вона включає 101 твердження, сформульовані таким чином, щоб уникнути прямого ототожнення випробуваних з твердженнями. Відповіді оцінюються за 7-бальною шкалою, а результати обробляються за допомогою спеціальних формул для кожного з шести інтегральних показників: «Адаптація»,

	соціального середовища.	«Прийняття інших», «Інтернальність», «Самосприйняття», «Емоційна комфортність», «Прагнення до домінування». Отримані від респондентів відповіді звіряються із ключами за наступними шкалами: 1. Шкали «адаптації-дезадаптації» вимірюють, наскільки добре людина здатна вписатися в соціальні рамки, збалансувавши між суспільними вимогами та особистими цілями, потребами та інтересами. Адаптивність характеризується здатністю системи досягати своїх цілей з урахуванням їх відповідності або несумісності з отриманими результатами. 2. Шкала «брехливості» оцінює, наскільки чесно особа відповідає під час проходження методики. Важливо аналізувати результати на цій шкалі в першу чергу, щоб виявити, чи можна враховувати отримані результати, чи вони є неправдивими. 3. Шкали «прийняття-неприйняття себе» відображають наскільки особа задоволена або невдоволена своїми особливостями, що виступає результатом самооцінки особистості. 4. Шкали «прийняття-неприйняття інших» визначає бажання особистості спілкуватися та взаємодіяти з іншими людьми, що її оточують. 5. Шкали «емоційного комфорту-дискомфорту» відображає рівень спокою, врівноваженості особистості, її задоволеності та відкритості вираженню почуттів,
--	-------------------------	---

		відсутності тривоги й страху до навколишнього середовища. 6. Шкали «внутрішнього та зовнішнього контролю» визначають, як особа сприймає джерела контролю над своїм життям, вказуючи на інтернальний або екстернальний локус контролю. 7. Шкали «домінування-відомість» відображають або бажання особистості до лідерства та ініціативи в рішеннях, часто за рахунок інших, або ж бажання бути в ролі виконавця, слідує чужим вказівкам. 8. Шкала «ескапізм» визначає схильність особи уникати проблем, відмовляючись від їх вирішення. Дана методика охоплює широкий спектр особистісних характеристик, таких як адаптація, прийняття інших, інтернальність, самосприйняття, емоційна комфортність, та прагнення до домінування.
--	--	---

Отже, в межах нашого емпіричного дослідження використання даної методики дозволить глибше зрозуміти, якою є соціально-психологічна адаптація студентів різних курсів в умовах війни.

2.1.2. Методики та методи емпіричного дослідження тривожності особистості

Для дослідження тривожності, ми обрали такий емпіричний інструмент, як «Шкала оцінки рівня реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності» Ч. Спілбергера – Ю. Л. Ханіна та «Особистісна шкала прояву тривоги Дж. Тейлор» у модифікації В. Г. Норакідзе, які представили у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3 – Опис методик, спрямованих на дослідження тривожності особистості

Назва й автор методики	Мета методики	Характеристика методики
«Шкала оцінки рівня реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності» Ч. Спілбергера – Ю. Л. Ханіна	Методика була розроблена у 1970 році, яка вирізняється її здатністю одночасно визначати як актуальний рівень тривоги особи (реактивна тривожність), так і загальну схильність до тривожності як особливість характеру особистості.	Методика передбачає дві підшкали: перша для виміру ситуативної тривожності, яка відображає емоційний стан особи «тут і зараз», в той час як друга - для визначення тривожності як сталої особливості, що дозволяє оцінити схильність індивіда до тривожності в широкому спектрі ситуацій. Реактивна (ситуативна) тривожність відображає емоційний стан особи у певний момент, проявляючись через відчуття стресу, тривоги, занепокоєння та нервовості, спричинені конкретною ситуацією. Це емоційна відповідь на стресові події, яка може змінюватися за своєю силою та тривалістю. За Спілбергером, особистісна тривожність активізується, коли особистість сприймає ситуації як загрозливі, включаючи можливість ушкодження власній самооцінці чи почуттю гідності. Тривожність може мати як деструктивний, так і конструктивний вплив. Природньо, тривожність є невід'ємною та корисною властивістю особистості, оскільки вона виконує важливу роль, вказуючи на потенційну загрозу (реальну чи уявну) для особистості, в цей час організм мобілізує сили для втечі або боротьби, як захисних механізмів. Кожна окрема особистість має свій індивідуальний, оптимальний рівень тривожності, який сприяє її ефективному

		існуванню. Однак, особи з високим рівнем особистісної тривожності часто відчують інтенсивний страх та напруження перед обличчям потенційних загроз, що впливає на їх загальний стан у різноманітних ситуаціях та здатність пристосовуватися.
"Особистісна шкала прояву тривоги Дж. Тейлор" у модифікації В. Г. Норакидзе.	Даний інструмент не тільки дозволяє оцінити особистий рівень тривоги, а ще й допомагає розрізнити осіб з нормативними показниками від тих, хто має патологічні рівні тривожності.	Авторка методики, Джанет Тейлор розробила її у 1953 році на основі Міннесотського багатоаспектного особистісного опитувальника для ідентифікації осіб з різними рівнями тривожності. Опитувальник містить 60 висловлювань, на які респонденти мають відповісти "так" чи "ні", щоб визначити наявність або відсутність тривожності. Ці питання були відібрані для точного розрізнення осіб з різними рівнями тривожності – від низького до високого. Варіант методики, адаптований В. Норакидзе складається із 60 тверджень, 50 із яких націлені на те, щоб виміряти рівень тривожності, а інші 10 стосуються "шкали брехні" для підвищення достовірності результатів. Слід підкреслити, що високий рівень тривожності може слугувати не лише вираженням індивідуальних особливостей особистості, але й вказівником на певні проблеми з психологічним адаптацією особистості у суспільстві.

Отже, ми вважаємо, що обрані методики є доречними для визначення тривожності особистості в умовах військових дій, оскільки вони надають надійні та об'єктивні дані про рівень тривожності особистості. Вони враховують широкий

спектр ситуацій, що можуть викликати тривогу, включаючи ті, що виникають під час війни.

2. 2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни

Тепер ми переходимо до аналізу отриманих результатів емпіричного дослідження. Для вивчення адаптивних здібностей студентів було використано Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (БОО-АМ) розроблений А. Г. Маклаковим і С. В. Чермяніним. Згідно із інтерпретацією, що була запропонована авторами, отримані «сирі» бали ми перевели у стени. Зважаючи на шкалу достовірності, всі респонденти набрали по ній низький рівень, що свідчить про те, вони були щирими й отримані результати можна враховувати. Отримані результати представлені у таблиці 2.4. та на рис. 2.1.

Таблиця 2.4 – Результати дослідження адаптивних властивостей студентів (за методикою багаторівневого особистісного опитувальника «Адаптивність» (БОО-АМ)), у %

Рівень прояву	Адаптивні здібності		Нервово-психічна стійкість		Комунікативні особливості		Моральна нормативність	
	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
Низький	49	61,2	48	60	17	21,2	23	28,8
Середній	15	18,8	25	31,2	53	66,3	52	65
Високий	16	20	7	8,8	10	12,5	5	6,2

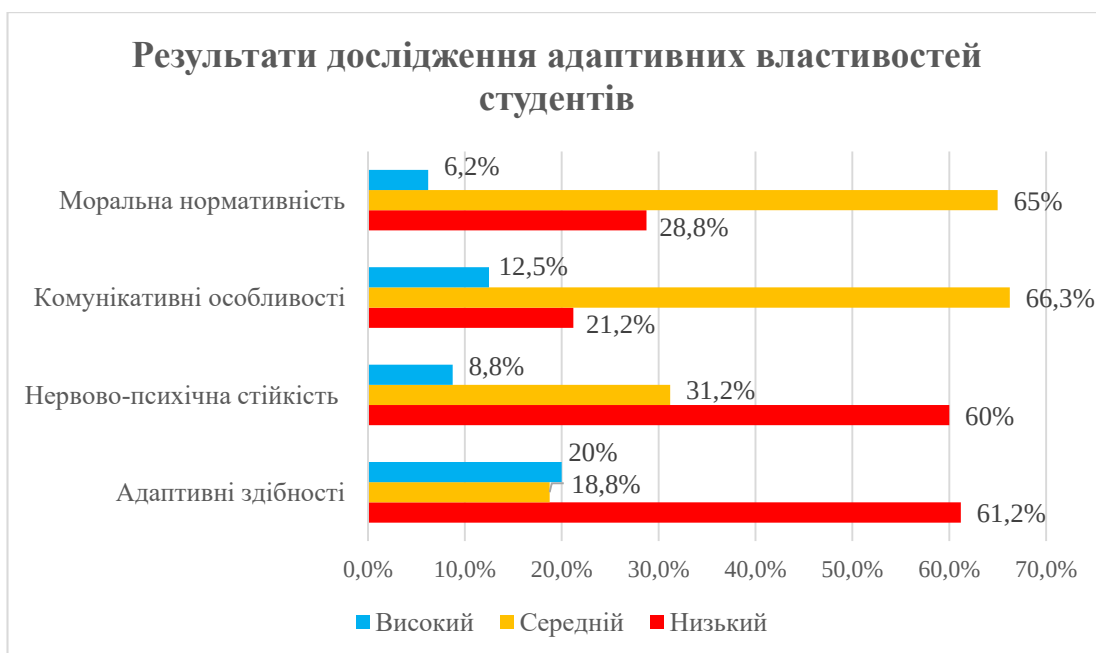


Рисунок 2.1. Результати дослідження адаптивних властивостей студентів (за методикою багаторівневого особистісного опитувальника «Адаптивність» (БОО-АМ))

Як ми бачимо із отриманих даних, результати вказують на значну кількість студентів з низьким рівнем адаптивних здібностей (61,2%) і нервово-психічної стійкості (60%). Комунікативні особливості та моральна нормативність виявили більш високі показники середнього рівня — 66,3% і 65% відповідно. Такі студенти доволі легко встановлюють контакти із іншими членами групи, хоча іноді можуть мати труднощі в цьому в залежності від ситуації, що складається, та їх оточуючих людей. А також вони більшості випадків реально оцінюють свою роль у колективі, хоча не завжди можуть дотримуватися загальних правил групи.

Отримані результати можуть свідчити про дисбаланс у адаптаційних можливостях студентської молоді, де деякі особистісні якості (комунікативні здібності, моральність) розвинуті краще, ніж загальна нервово-психічна стійкість та адаптивність.

А отже, згідно результатів, ми можемо зробити висновок, що дані студенти вибірки можуть проявляти акцентуації характеру, при тому деякі з них можуть межувати із психопатіями. Їх психічний стан можна охарактеризувати, як прикордонний, в них можуть бути нервово-психічні зриви. Також дана вибірка

відрізняється низькою психічною стійкістю, що призводить до конфліктності та можливості асоціальних вчинків.

Також ми провели окремий аналіз адаптаційних здібностей окремо у жінок та чоловіків, їх результати представлені у рис. 2.2. Нами зафіксовано, що чоловіки мають вищий відсоток низького рівня адаптивних здібностей (72,2%) порівняно з жінками (58%). Також, у жінок вищий відсоток середнього рівня (21%) та високого рівня (21%), тоді як в чоловіків цей показник є нижчий – 11,1% та 16,7% відповідно.

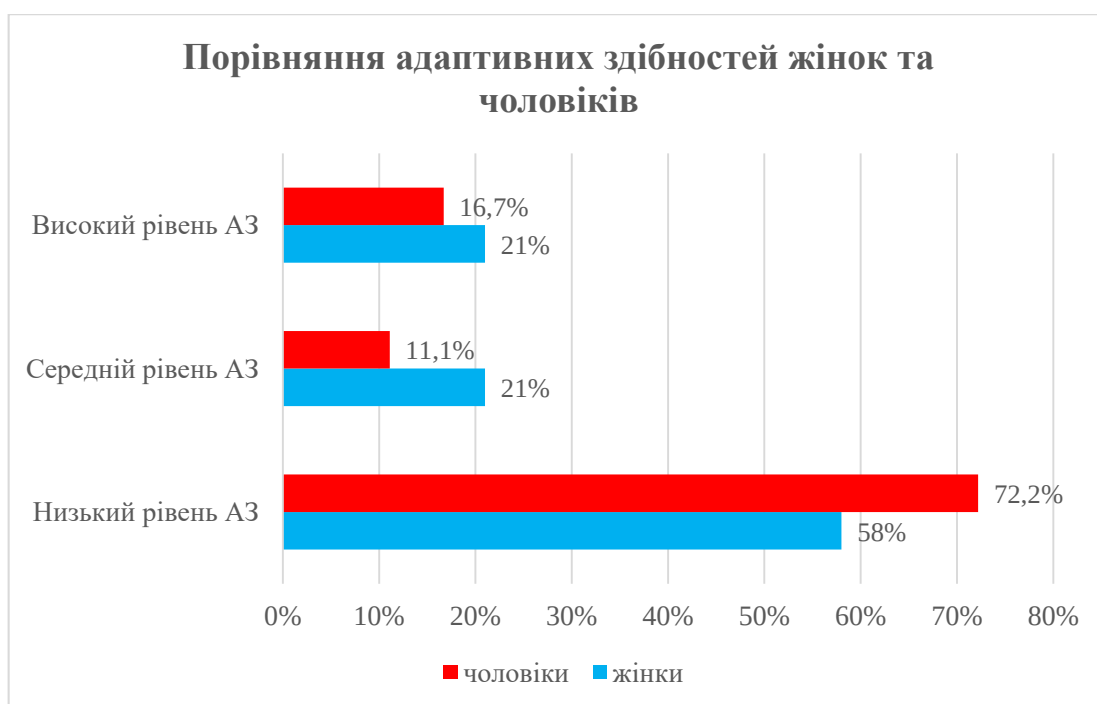


Рисунок 2.2. Результати дослідження адаптивних здібностей залежно від статі

Звертаючи увагу на курс студентів, відомо, що студенти 1 курсу бакалаврату тільки адаптуються до нової групи, звикають до викладачів, відчують багато стресу з приводу нової обстановки. Тож ми бачимо, що студенти саме перших курсів мають найвищий відсоток низьких рівнів адаптації (80%), тоді як на старших курсах цей показник знижується, а відсоток високих рівнів адаптації значно зростає на 2 курсі магістратури (100%). Хоча ми бачимо, що саме на 4 курсі 75% студентів мають низький рівень адаптивних здібностей. Результати дослідження адаптивних здібностей студентів залежно курсу подані на рис. 2.3.

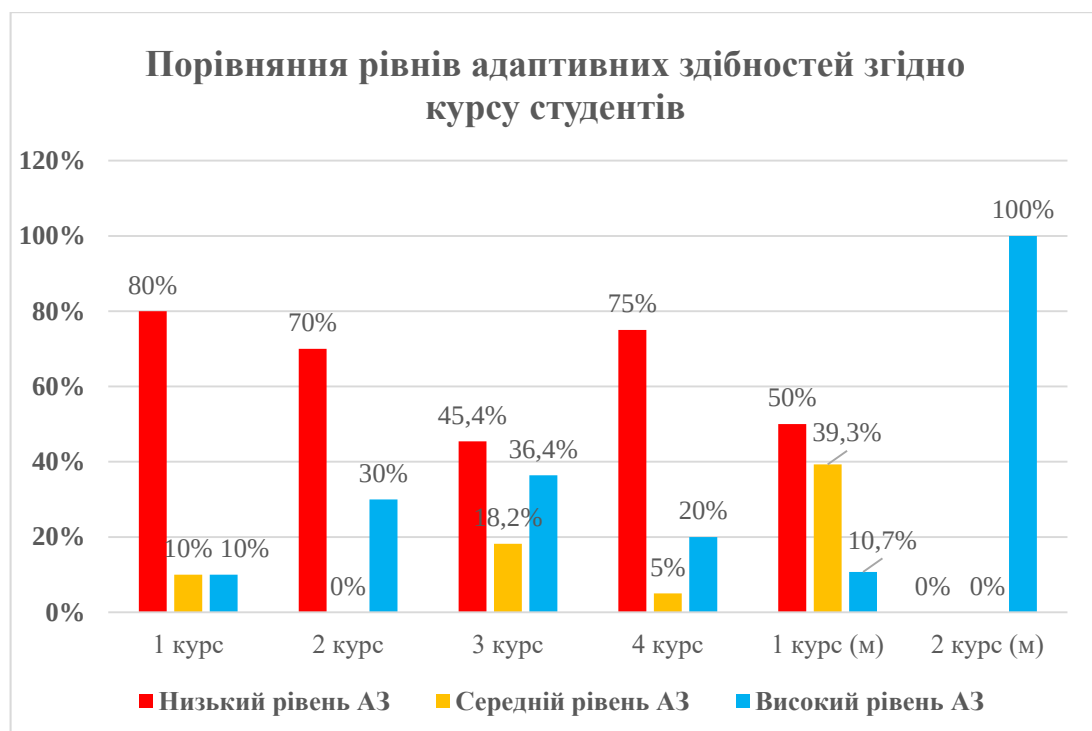


Рисунок 2.3. Результати дослідження адаптивних здібностей залежно від курсу студентів

Таким чином, аналіз результатів багаторівневого опитувальника «Адаптивність» (БОО-АМ) показав, що більшість студентів мають низький рівень адаптивних здібностей та нервово-психічної стійкості, а також середній рівень комунікативних здібностей та моральної нормативності. Узагальнюючи все вище сказане, ми можемо вважати, що наша вибірка студентів мають певну схильність до нервово-психічних зривів, конфліктів та асоціальної поведінки. Але оскільки вони мають середній рівень комунікативних здібностей, що дає змогу їм будувати стосунки із іншими членами групи, та вони стараються в більшості випадків дотримуватися загальноприйнятих норм поведінки, що може полегшувати їх адаптацію.

Для того, щоб дослідити соціально-психологічну адаптацію студентів в умовах війни, ми використали методику «Дослідження соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса – Р. Даймонд. Отримані результати ми представили у таблиці 2.5. та рис. 2.4.

Таблиця 2.5 – Результати дослідження соціально-психологічної адаптації (методика Роджерса-Даймонда)

Шкали	Низький		Середній		Високий	
	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
Адаптація	8	10	35	43,75	37	46,25
Самоприйняття	3	3,75	13	16,25	64	80,00
Прийняття інших	4	5	35	43,75	41	51,25
Емоційна комфортність	12	15	36	45,00	32	40,00
Інтернальність	1	1,25	35	43,75	44	55,00
Прагнення до домінування	10	12,5	45	56,25	25	31,25



Рисунок 2.4. Результати за методикою соціально-психологічної адаптації Роджерса-Даймонд

За результатами дослідження, 10% респондентів продемонстрували низький рівень адаптації, тоді як середній рівень мали 43,75%, а високий — 46,25% учасників. Якщо аналізувати інтегральний показник самоприйняття, ми бачимо, що велика частина вибірки (80%) виявили високий рівень самоприйняття, що може свідчити про високий рівень самооцінки та позитивне ставлення студентів даної

вибірки до себе. Середній рівень самоприйняття зафіксований у 16,25% респондентів, а низький — у 3,75%.

Аналіз даних виявив, що 51,25% опитаних мають високий рівень прийняття інших, що вказує на їхню готовність та здатність до ефективної взаємодії у соціальному середовищі. Такий високий рівень прийняття інших є важливим, оскільки він сприяє кращій соціально-психологічній адаптації особистості. Менше половини студентів, 43,75%, демонструють середній рівень, тоді як 5% мають низький рівень прийняття інших.

Емоційна комфортність нашої вибірки знаходиться на високому рівні у 40% учасників, що підтверджує їхню спроможність адекватно реагувати на емоційні виклики в соціальних інтеракціях, особливо в умовах конфлікту. Це важлива ознака, оскільки емоційна комфортність є ключем до успішної адаптації студентів під час війни. Середній рівень мають 45% учасників, а низький – 15%.

Рівень інтернальності, який відображає ступінь контролю людини над своїм життям та подіями, був високим у 55% респондентів, що може свідчити про те, що залежно ситуації, вони приписують відповідальність за скоєні події або своїм силам, або зовнішнім обставинам. На противагу цьому, середній рівень становив 43,75%, що свідчить про те, що відповідальність за події можна віднести на власну силу або на зовнішні обставини, залежно від ситуації. Крім того, 1,25% студентів мають низький рівень за цим інтегральним показником.

Окремої уваги заслуговує показник прагнення до домінування. Результати показують, що 31,25% респондентів отримали високий рівень бажання контролю, що може відображати амбіції або бажання бути лідером у соціальній групі. Середній рівень отримали 56,25% студентів. Найменша кількість учасників (12,5%) мають низький рівень, тобто це можна інтерпретувати, як їх меншу агресивність у соціальній взаємодії та менший інтерес до соціального домінування.

В аналізі гендерних відмінностей в соціально-психологічній адаптації за використанням методики Роджерса-Даймонд видно значні розбіжності між чоловіками та жінками. Отримані результати ми зобразили в таблиці 2.6. та таблиці 2.7.

Таблиця 2.6 – Гендерні відмінності в інтегральних показниках соціально-психологічної адаптації (методика Роджерса-Даймонд) (у %)

Шкали	Адаптація			Самоприйняття			Прийняття інших		
	Низький	Середній	Високий	Низький	Середній	Високий	Низький	Середній	Високий
Жінки	11,29	37,1	51,61	4,84	12,90	82,26	6,46	37,1	56,45
Чоловіки	5,56	66,67	27,78	0	27,78	72,22	0	66,67	33,33

Таблиця 2.7 – Гендерні відмінності в інтегральних показниках соціально-психологічної адаптації (методика Роджерса-Даймонд) (у%)

Шкали	Емоційна комфортність			Інтернальність			Прагнення до домінування		
	Низький	Середній	Високий	Низький	Середній	Високий	Низький	Середній	Високий
Жінки	11,29	41,94	46,77	1,61	35,48	62,9	11,29	53,23	35,48
Чоловіки	7,78	55,56	16,67	0	72,22	27,78	16,67	66,67	16,67

Для категорії адаптації, високий рівень адаптації має 51,61% жінок порівняно з 27,78% чоловіків, що може свідчити про більш високу здатність жінок адаптуватися до змін або стресових ситуацій. Водночас, лише 1,29% жінок нашої вибірки мають низький рівень, тоді як серед чоловіків цей показник вищий і становить 5,56%. Ці дані можуть вказувати на загальну стабільність і психологічну гнучкість жінок у порівнянні з чоловіками в даній вибірці.

Що стосується самоприйняття, 82,26% жінок нашої вибірки отримали високий рівень, що значно вище, ніж 72,22% серед чоловіків. Ці високі показники можуть свідчити про більшу внутрішню упевненість і позитивне сприйняття себе серед жінок. Також 4,84% жінок отримали низький рівень самоприйняття, в той час як у чоловіків низький рівень самосприйняття сягає 0%.

При аналізі прийняття інших, дані показують, що 56,45% жінок виявляють високий рівень, в той час як серед чоловіків цей показник становить 33,33%. Це вказує на більшу соціальну відкритість і сприйняття інших у жіночій групі.

Емоційна комфортність також має високі показники серед жінок (46,77%) у порівнянні з чоловіками (16,67%), що може свідчити про кращу здатність жінок керувати своїми емоціями у соціальних контекстах. Середній рівень мають 41,94% жінок, в той час як у чоловіків цей відсоток сягає 55,56%.

Інтернальність також має високі показники серед жінок нашої вибірки (62,9%) у порівнянні з чоловіками (27,78%). Низький рівень інтернальності серед жінок зустрічається рідко (1,61%), а в чоловіків найбільший відсоток саме в середньому рівні (72,21%) порівняно із жінками (35,48%).

Наостанок, 35,48% жінок мають високий рівень порівняно з 16,67% чоловіків, якщо аналізувати інтегральний показник прагнення до домінування. Це може відображати більшу амбітність і лідерські нахили серед жінок у даній вибірці.

Підсумовуючи, дослідження соціально-психологічної адаптації за методикою Роджерса-Даймонд виявило, що більшість учасників мають середній та високий рівні адаптації. Це свідчить про те, що здатність студентів адаптуватися до мінливих умов та стресів в умовах війни є досить високою. Високий рівень самоприйняття, який спостерігається у значної кількості респондентів, може свідчити про високу самооцінку й загальне добре ставлення студентів до себе, що є критичним для особистісного розвитку та психологічного добробуту. Також, багато учасників показали високі показники емоційної комфортності, що може свідчити про їх здатність ефективно керувати емоціями у складних соціальних інтеракціях. Результати вказують на значний рівень інтернальності серед студентів, що підкреслює їхню переконаність у здатності контролювати власне життя. Водночас, прагнення до домінування у вибірці також має високі показники, що може свідчити про лідерські амбіції серед учасників.

Аналізуючи отримані результати за методикою «Шкала оцінки рівня реактивної та особистісної тривожності» Ч. Спілбергера-Ю. Ханіна, ми отримали результати, які представили у таблиці 2.8, а також зобразили графічно на рис. 2.5.

Таблиця 2.8 – Результати дослідження реактивної тривоги та особистісної тривожності (за методикою Ч. Спілбергера-Ю. Ханіна), у %

Рівень прояву	Реактивна тривога (РТ)		Особистісна тривожність (ОТ)	
	К-сть	%	К-сть	%
Низький	14	17,5	10	12,5%
Середній	24	30	24	30%
Високий	42	52,5	46	57,5%

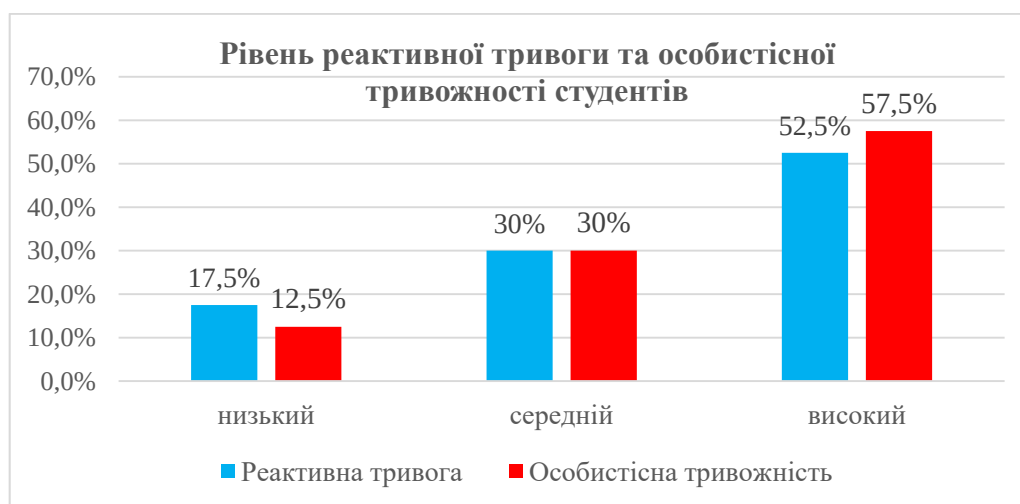


Рисунок 2.5. Рівень реактивної тривоги та особистісної тривожності студентів

Низький рівень реактивної тривоги було виявлено у 14 осіб (17,5%), тоді як низький рівень особистісної тривожності – у 10 осіб (12,5%). Середній рівень реактивної тривоги та особистісної тривожності виявлено у 24 осіб (30%) для обох показників. Високий рівень реактивної тривоги та особистісної тривожності було виявлено відповідно у 42 (52,5%) та 46 (57,5%) осіб.

Додатково, в нашому дослідженні ми отримали результати в залежності від статі учасників. Серед жінок низький рівень реактивної тривоги мали 20% респонденток, середній – 32%, а високий – 46%. Для чоловіків ці показники становили відповідно 5,6%, 22% та 72%. Така ж тенденція спостерігалася й у розподілі рівнів особистісної тривожності: низький рівень серед жінок мали 11%, середній – 33% та високий – 54%. Тоді як серед чоловіків низький рівень отримали

16%, середній – 16%, а високий – 66%. Отримані результати рівнів реактивної тривоги залежно від статі студента, ми графічно зобразили на рис. 2.6. та рис. 2.7.

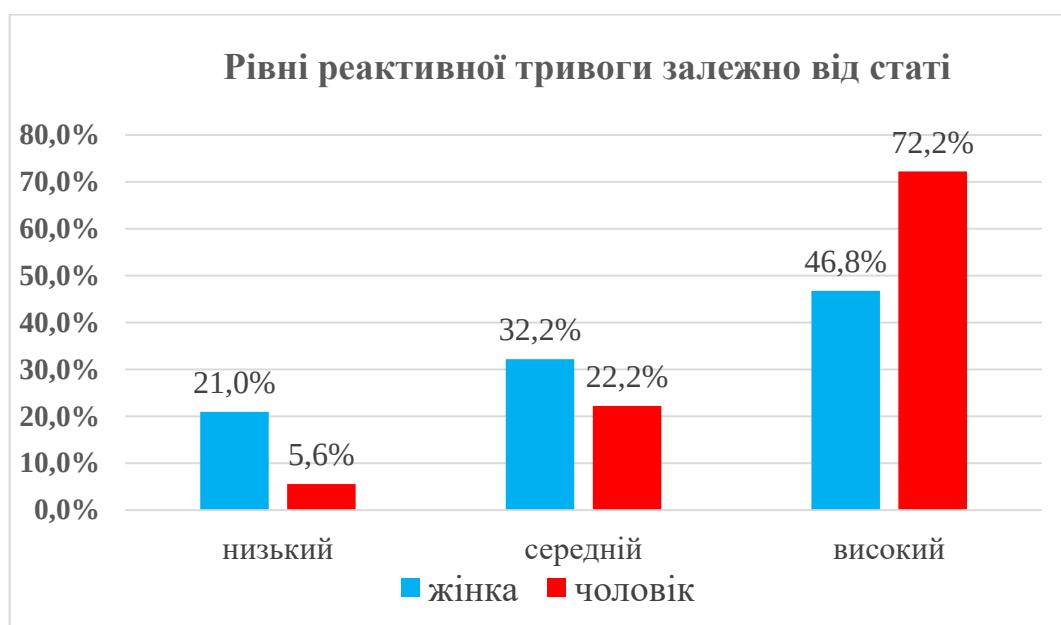


Рисунок 2.6. Рівні реактивної тривоги залежно від статі

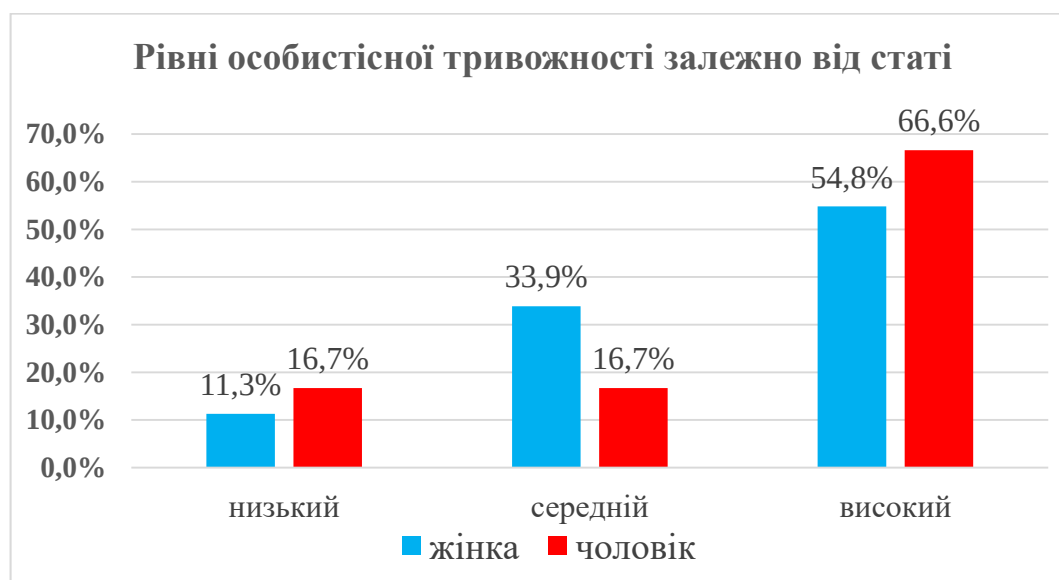


Рисунок 2.7. Рівні особистісної тривожності залежно від статі

Також, при зборі даних, ми запитували у респондентів-студентів, на якому курсі вони навчаються, тож можемо зробити аналіз за цим критерієм. На рисунку 2.8. представлено розподіл рівнів реактивної тривоги в залежності від курсу, на якому навчаються студенти.

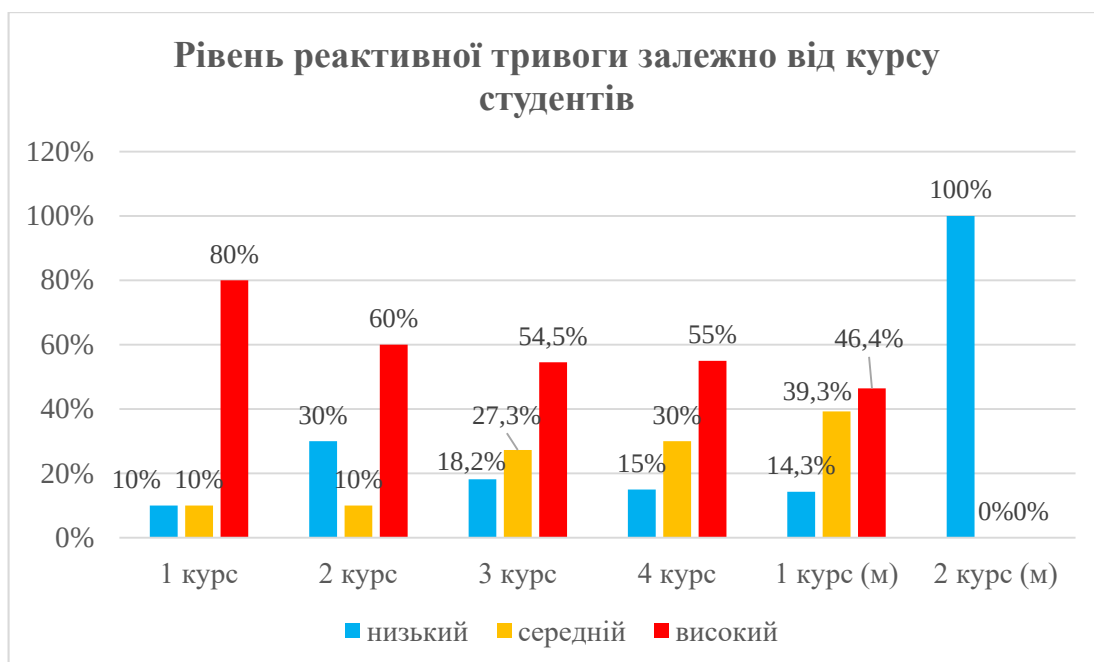


Рисунок 2.8. Рівні реактивної тривоги залежно від курсу студентів

Як ми бачимо, найвищий відсоток студентів з високим рівнем реактивної тривоги спостерігається серед студентів 1-го курсу бакалаврату (80%). Це може бути пов'язано з переходом до нового соціального та академічного середовища, що є значним стресовим фактором. На 2-му курсі відсоток студентів з високим рівнем тривоги знижується до 60%, що може свідчити про адаптацію до умов навчання та зниження впливу первісного стресу. З 3-го курсу бакалаврату по 1-2 курси магістратури відсоток студентів із високим рівнем реактивної тривоги коливається в межах 46-55%, що може бути пов'язано з академічним навантаженням та стресом, що супроводжує підготовку до іспитів та випускних кваліфікаційних робіт. Значною є відсутність високого рівня тривоги серед студентів-магістрів 2-го курсу (0%), що може свідчити про їх відсутність серед респондентів або ж про ефективну адаптацію до умов навчання та менший вплив стресових чинників.

На рисунку 2.9. представлено розподіл рівнів особистісної тривожності серед студентів залежно від курсу.

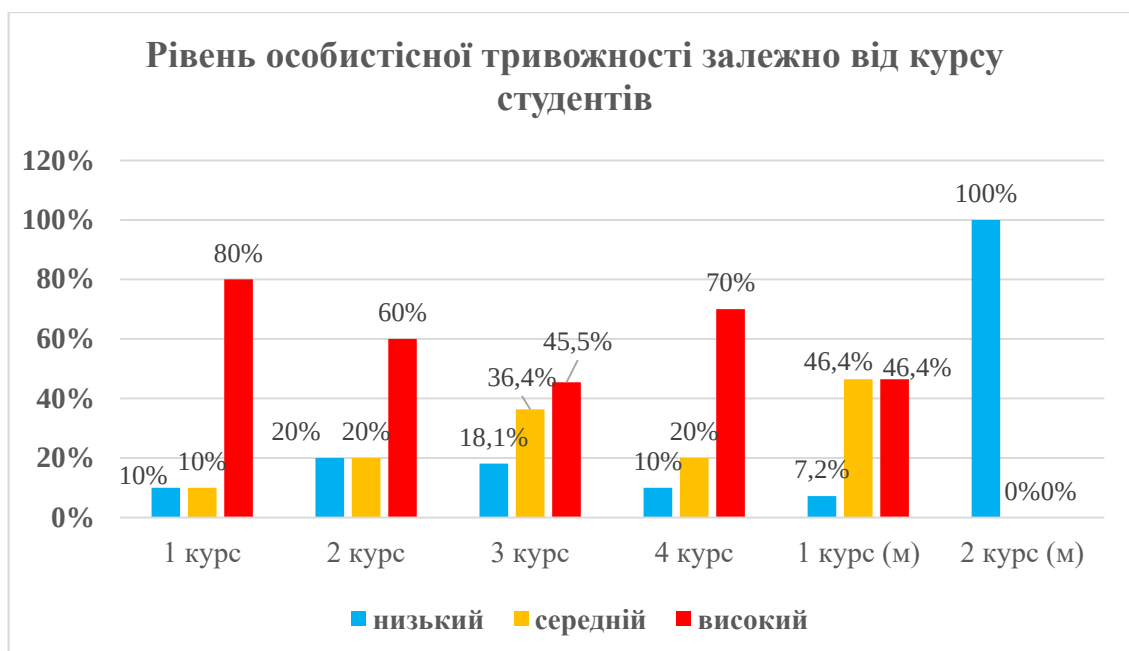


Рисунок 2.9. Рівні особистісної тривожності залежно курсу студентів

Аналогічно реактивній тривозі, високий рівень особистісної тривожності найчастіше зустрічається серед студентів-бакалаврів 1-го курсу (80%), що може вказувати на вплив адаптації до нового середовища на особистісну тривожність. Втім, відмінність полягає у вищому відсотку високої особистісної тривожності серед студентів 4-го курсу (70%). На 2-му та 3-му курсах рівень високої особистісної тривожності становить 60% та 45% відповідно, коли ж серед студентів 2-го курсу магістратури відсоток високої особистісної тривожності (46%) знижується.

Отже, проаналізувавши результати методики, що діагностує особистісну тривожність та реактивну тривогу, ми побачили, що в основному у студентів переважає високий рівень двох видів тривожності. Люди з високим рівнем особистісної тривожності часто мають підвищену сприйнятливність до можливих загроз, що призводить до постійного відчуття тривоги і стресу в різних життєвих ситуаціях, обмежуючи їхню здатність до адаптації. Дана висока тривожність є наслідком схильності індивіда бачити в різних обставинах потенційну загрозу для самооцінки та благополуччя особистості.

Також додатково, ми провели дослідження за допомогою методики «Особистісна шкала прояву тривоги» Дж. Тейлор. Отримані результати ми зобразили у таблиці 2.9. та на рис. 2.10. Як ми бачимо, ніхто з респондентів не має низького рівня тривоги, що може вказувати на загальну тенденцію впливу високого рівня стресу в умовах війни. Водночас, 30% студентів нашої вибірки отримали середній рівень тривоги з тенденцією до низького, тобто ці люди доволі впевнені у собі та не схильні до безпричинної та необґрунтованої тривоги так само, як і ті, що мають низький рівень.

Таблиця 2.9 – Результати дослідження прояву тривожності (за методикою Дж. Тейлор)

	Низький рівень	Середній рівень (з тенденцією до низького)	Середній рівень (з тенденцією до високого)	Високий рівень	Дуже високий рівень
К-сть	0	24	27	27	2
%	0	30	33,8	33,8	2,4

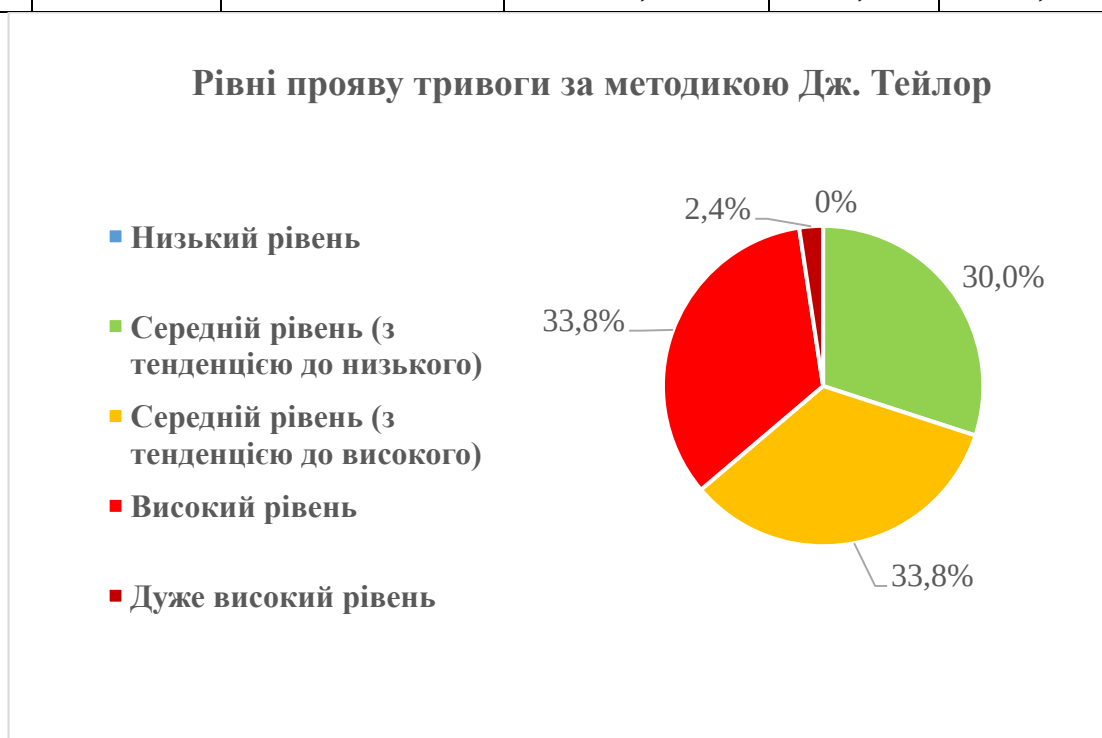


Рисунок 2.10. Рівні прояву тривоги за методикою Дж. Тейлор

Значна частина респондентів (33,8%) має середній рівень тривоги з тенденцією до високого, а також ідентична кількість студентів (33,8%) має високий

рівень тривоги. Тобто значний відсоток респондентів можуть зазнавати високого рівня емоційного дискомфорту, занепокоєння, що може бути пов'язано з академічними викликами, соціальними очікуваннями, занепокоєнням щодо війни тощо. Дуже високий рівень тривоги, зафіксований лише у 2,4% випадків.

Подальший аналіз рівнів тривоги за статевою ознакою показав, що серед жінок середній рівень тривоги з тенденцією до низького спостерігався у 28% випадків, тоді як серед чоловіків – у 33%. Така ж кількість чоловіків і жінок (33%) мала середній рівень тривоги з тенденцією до високого та високий рівень тривоги. Однак, дуже високий рівень тривоги був виявлений лише серед жінок (3,2%). Отримані результати ми зобразили графічно на рис. 2.11.

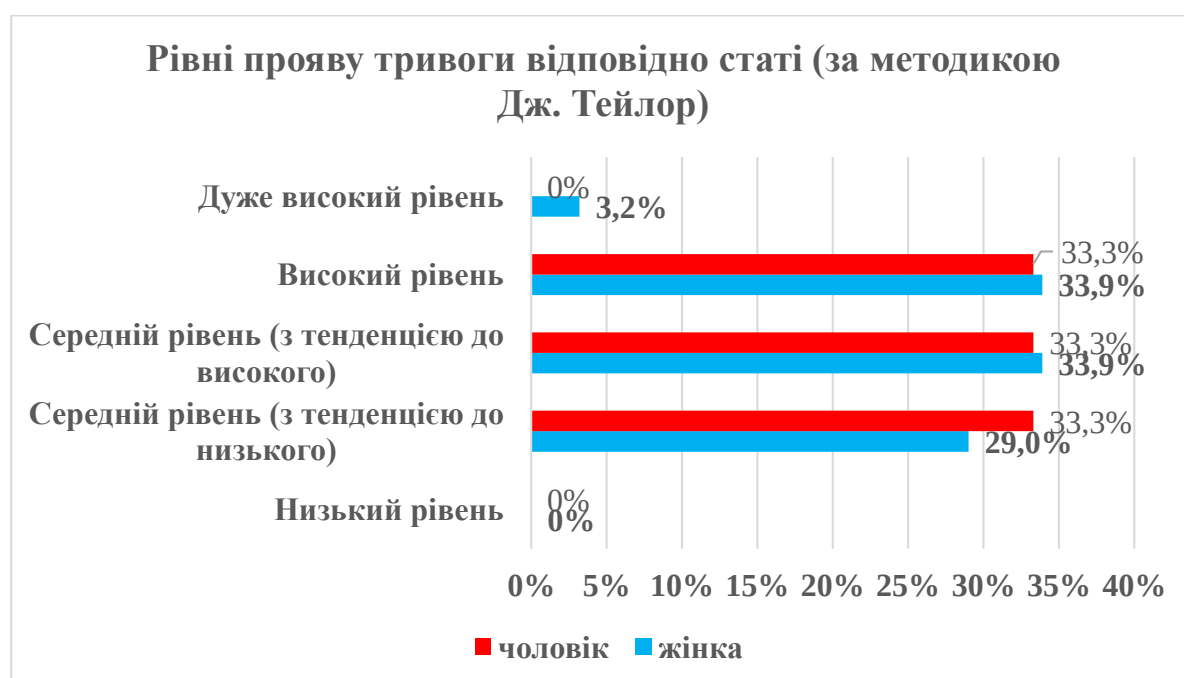


Рисунок 2.11. Рівні прояву тривоги залежно від статі (за методикою Дж. Тейлор)

На рис. 2.12. можна побачити розподіл рівнів тривоги за методикою Дж. Тейлор залежно від курсів студентів.

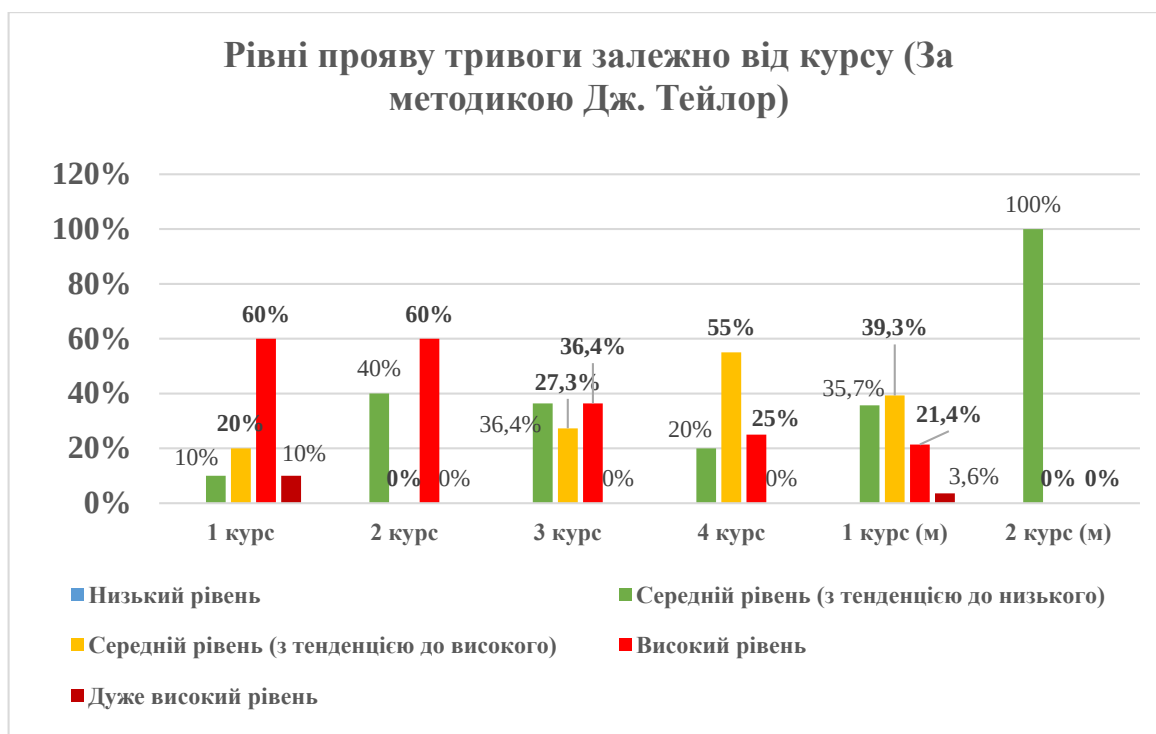


Рисунок 2.12. Рівні прояву тривоги залежно від курсу студентів (за методикою Дж. Тейлор)

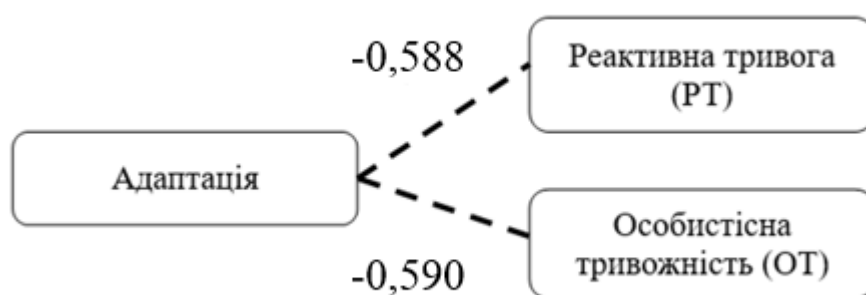
Деталізований аналіз розподілу тривоги залежно від курсу навчання виявив, що найвищий рівень високої тривоги спостерігається серед студентів 1-го та 2-го курсів бакалаврату (60% для кожного курсу), що може свідчити про вплив стресових факторів, пов'язаних з початком навчання в університеті та адаптацією до нового навчального та соціального середовища. Цікаво, що дуже високий рівень тривоги був виявлений не тільки у 10% першокурсників, а також серед студентів-магістрів 1-го курсу (3,6%), що може відображати стрес від майбутнього випуску та переходу в професійне життя.

З метою визначення кореляційних зв'язків між особистісною тривожністю, ситуативною тривогою та шкалами соціально-психологічної адаптації була проведена математична обробка даних за критерієм Спірмена за допомогою програми jamovi (див. Додаток А).

Зважаючи на показники реактивної тривоги (РТ) та особистісної тривожності (ОТ), ми отримали високий позитивний кореляційний зв'язок ($r=0,854$, $p \leq 0,001$), що вказує на тісний зв'язок між цими двома показниками. Іншими словами, люди з більш високим рівнем реактивної тривоги схильні також мати

високий рівень особистісної тривожності. Кореляція в даному випадку є очікувана, оскільки це підтверджено показниками валідності та надійності даної методики.

За результатами обрахунку кореляційного зв'язку бачимо, що наявний статистично значимий обернений зв'язок між рівнем адаптації та реактивною тривогою на рівні значущості $p \leq 0,001$ ($r = -0,588$), а також від'ємної (оберненої) кореляції між рівнем адаптації та особистісної тривожності на рівні значущості $p \leq 0,001$ ($r = -0,590$). Це може означати, що чим вища у студентів реактивна тривога та особистісна тривожність, тим нижчий рівень адаптації. Або навпаки – якщо у студента нижчий рівень тривожності, відповідно рівень адаптації буде вищий. Результати ми зобразили графічно на рис. 2.13.



Від'ємна кореляція на рівні $p \leq 0,01$ — — — —

Рисунок 2.13. Графічне зображення кореляційного зв'язку між рівнем адаптації та реактивною тривогою та особистісною тривожністю

(за методикою «Дослідження соціально-психологічної адаптації»

К. Роджерса - Р. Даймонд)

Розглядаючи інші показники соціально-психологічної адаптації, ми бачимо, що згідно критерію Спірмена за всіма шкалами існує обернений кореляційний зв'язок на рівні значущості $p \leq 0,001$, окрім шкали «Прийняття інших», де рівень значущості $p \leq 0,01$. Тобто це означає, що підвищення рівнів реактивної та особистісної тривожності пов'язане зі зниженням самоприйняття ($r = -0,521$ та $r = -0,5497$ відповідно), прийняття інших ($r = -0,382$ та $r = -0,347$), емоційної комфортності

($r=-0,679$ та $r=-0,588$), інтернальності ($r=-0,612$ та $r=-0,559$) та домінування ($r=-0,511$ та $r=-0,404$). Таким чином, ми припускаємо, що підвищена тривожність негативно впливає на всі аспекти соціально-психологічної адаптації студентів, знижуючи їх здатність до адаптації, самоприйняття, прийняття інших, емоційної комфортності, інтернальності та прагнення до домінування. Результати ми зобралили у таблиці 2.10.

Таблиця 2.10 – Кореляційні зв'язки між шкалами соціально-психологічної адаптації та «Реактивною тривогою», та «Особистісною тривожністю»

Шкали	«Реактивна тривога»		«Особистісна тривожність»	
	г	р	г	р
«Адаптація»	-0,588	<.001	-0,590	<.001
«Самоприйняття»	-0,521	<.001	-0,497	<.001
«Прийняття інших»	-0,382	<.001	-0,347	0.002
«Емоційна комфортність»	-0,679	<.001	-0,588	<.001
«Інтернальність»	-0,612	<.001	-0,559	<.001
«Домінування»	-0,511	<.001	-0,404	<.001

Також, в нашому дослідженні ми використали процедуру дисперсійного аналізу задля визначення значущості зв'язку між тривожністю та соціально-психологічною адаптацією особистості в умовах війни. Цей метод дозволяє зрозуміти, чи існують статистично значимі розбіжності між факторами, що дає можливість зрозуміти наявність впливу одного фактора на інші.

Розпочнемо наш аналіз із дослідження впливу «Реактивної тривоги» та «Особистісної тривожності» на всі фактори соціально-психологічної адаптації за методикою «Шкала оцінки рівня реактивної та особистісної тривожності» Ч. Спілбергера - Ю. Ханіна.

Тест Левене, який оцінює рівність дисперсій, показав, що такі фактори, як «АЗ», «НПС», «МН» та «Інтернальність» мають нерівний розподіл, ($p<0,05$). Перевіривши нормальний розподіл за цими 4 факторами за допомогою тесту

Шاپіро-Вілка, ми виявили ненормальний розподіл в АЗ, НПС, МН ($p < 0,05$) та нормальний – за шкалою «Інтернальність» ($p > 0,05$).

Однофакторний дисперсійний аналіз за допомогою t-критерію Велча, показав, що існують розбіжності між «Інтернальністю» залежно рівня «Реактивної тривоги» ($p < 0,05$), тому можемо зробити висновок про вплив реактивної тривоги на інтернальність, як один із факторів соціально-психологічної адаптації. Тобто ми припускаємо, що високий рівень реактивної тривоги може призводити до зниження інтернальності, оскільки людина відчуває себе менш спроможною контролювати події свого життя і більше схильна приписувати успіхи та невдачі зовнішнім факторам. Це може відбуватися через підвищену невпевненість у власних силах та здібностях, що характерно для людей з високою тривогою. Отримані результати ми представили на таблиці 2.11.

Таблиця 2.11 – Однофакторний дисперсійний аналіз за критерієм Велча між показниками «Реактивна тривога» та «Інтернальність»

	F	df ¹	df ²	p
Інтернальність	24.5	2	27.4	<.001

Однофакторний дисперсійний аналіз за допомогою непараметричного критерію Крускала-Уолліса показав, що «Реактивна тривога» впливає на «Адаптаційні здібності», «Нервово-психічну стійкість», «Комунікативні особливості», «Моральну нормативність», «Адаптацію», «Самосприйняття», «Прийняття інших», «Емоційний комфорт» та «прагнення до домінування». Отримані результати представлено в таблиці 2.12.

Таблиця 2.12 – Однофакторний дисперсійний аналіз за непараметричним критерієм Крускала-Уолліса між показниками «Реактивна тривога» та факторами соціально-психологічної адаптації

Шкали	X ²	df	p
A3	51.0	2	<.001
НПС	45.3	2	<.001
МН	13.2	2	0.001
КО	29.4	2	<.001
Адаптація	27.3	2	<.001
Самоприйняття	21.8	2	<.001
Емоційна комфортність	37.1	2	<.001
Прийняття інших	11.5	2	0.003
Прагнення до домінування	20.7	2	<.001

Тобто, аналізуючи вищесказане, ми бачимо, що Високий рівень реактивної тривоги може ускладнювати здатність адаптуватися до нових або стресових ситуацій, тоді як низький рівень тривоги може сприяти кращій адаптації. Також особи з високим рівнем тривоги можуть мати нижчу нервово-психічну стійкість, що виражається в підвищеній схильності до стресу і меншій здатності до емоційного самоконтролю. Додатково, реактивна тривога може впливати на комунікативні особливості, спричиняючи труднощі у взаємодії з іншими, зокрема через невпевненість або страх негативних оцінок з боку інших.

Також, тривога може сприяти тому, що особистість буде приділяти більшу увагу моральним нормам та правилам, оскільки буде прагнути уникати помилок і осуду соціуму. При цьому індивід при підвищеному рівні тривоги може мати більш негативне самосприйняття, оскільки піддаватиме сумніву власні здібності й цінності. Реактивна тривога може знижувати здатність приймати інших людей, оскільки вона підвищує підозрілість і недовіру до інших і міжособистісних стосунках.

Також високий рівень тривоги викликати загальний дискомфорт, що може негативно впливати на загальний психологічний стан. Люди з високою реактивною тривогою можуть мати менше бажання домінувати в соціальних ситуаціях через страх невдачі або негативної оцінки, тому вони можуть уникати лідерських ролей і відповідальності.

Аналізуючи вплив «Особистісної тривожності», тест гомогенності Левене, показав, що «АЗ», «МН» та «Інтернальність», нерівномірно розподілені, ($p < 0,05$). Перевіряючи нормальний розподіл за цими 3 факторами за допомогою тесту Шапіро-Вілка, ми виявили ненормальний розподіл в «АЗ» та «Інтернальність» ($p < 0,05$) та нормальний – за шкалою «КО» ($p > 0,05$).

Однофакторний дисперсійний аналіз по t-критерію Велча показав, що існують розбіжності між «КО» залежно рівня «Особистісної тривожності» ($p < 0,05$), їх ми зобразили на таблиці 2.13. Тобто це означає, що високий рівень особистісної тривожності може призводити до більшої невпевненості в соціальних ситуаціях, що ускладнює ефективне спілкування. Такі люди можуть уникати соціальних взаємодій, бути менш відкритими та більш схильними до переживання негативних емоцій під час комунікації. З іншого боку, люди з низьким рівнем особистісної тривожності, ймовірно, мають кращі комунікативні навички, відчувають себе більш комфортно у соціальних ситуаціях і здатні легше встановлювати та підтримувати контакти.

Таблиця 2.13 – Однофакторний дисперсійний аналіз за критерієм Велча між показниками «Особистісна тривожність» та «КО»

	F	df ¹	df ²	p
КО	18.6	2	24.5	<.001

Дисперсійний аналіз за допомогою непараметричного критерію Краскела-Уолліса показав, що особистісна тривожність впливає на «АЗ», «НПС», «МН», «Адаптацію», «Самосприйняття», «Прийняття інших», «Емоційну комфортність», «Інтернальність» та «Прагнення до домінування». Ці результати свідчать про те, що високий рівень особистісної тривожності може ускладнювати адаптаційні

здібності та знижувати нервово-психічну стійкість, що призводить до більшої схильності до стресу та меншої здатності до емоційного самоконтролю.

Також, тривожні люди можуть приділяти більшу увагу моральним нормам і правилам, намагаючись уникати помилок і соціального осуду. Вони можуть мати більш негативне самосприйняття, сумніваючись у власних здібностях та цінності. Особистісна тривожність може знижувати здатність приймати інших людей, підвищуючи підозрілість і недовіру під час інтеракцій із іншими. Високий рівень тривожності також може викликати загальний дискомфорт і зменшувати прагнення до домінування через страх невдачі або негативної оцінки. Отримані результати представлено в таблиці 2.14.

Таблиця 2.14 – Однофакторний дисперсійний аналіз за непараметричним критерієм Крускала-Уолліса між показниками «Особистісна тривожність» та факторами соціально-психологічної адаптації

Шкали	X ²	df	p
АЗ	53.7	2	<.001
НПС	48.4	2	<.001
МН	19.6	2	<.001
Адаптація	29.6	2	<.001
Самоприйняття	21.1	2	<.001
Емоційна комфортність	27.4	2	<.001
Прийняття інших	16.3	2	<.001
Інтернальність	27.4	2	<.001
Прагнення до домінування	13.3	2	0.001

Також, ми використовували «Особистісна шкала прояву тривоги» Дж. Тейлор (в модифікації В.Г. Норакідзе), тому тепер розглянемо вплив фактору тривоги на всі показники адаптації.

Провівши тест гомогенності Левене, ми побачили, що в 4 факторах, а саме шкалах «АЗ», «НПС», «Адаптація» та «Інтернальність» є нерівний розподіл

дисперсій ($p < 0,05$). Після виконання тесту нормальності (Шاپіро-Вілка) за цими факторами, ми побачили, що «АЗ» і «НПС» мають ненормальний розподіл ($p < 0,05$), а інші – нормальний розподіл ($p > 0,05$).

Однофакторний дисперсійний аналіз за t-критерієм Велча показав значимі розбіжності за факторами «Адаптація» та «Інтернальність» залежно рівня тривоги ($p < 0,05$), тому можемо зробити висновок про вплив тривоги на ці фактори. Тобто, високий рівень тривоги може ускладнювати адаптацію, знижуючи здатність індивіда успішно пристосовуватися до нових або стресових ситуацій. Крім того, тривога може зменшувати інтернальність, роблячи людей менш схильними брати на себе відповідальність за свої дії і більше покладатися на зовнішні обставини. Результати ми зобразили в таблиці 2.15.

Таблиця 2.15 – Однофакторний дисперсійний аналіз за критерієм Велча між показниками «Особистісна тривожність», «Адаптація», «Інтернальність»

Шкали	F	df ¹	df ²	p
Адаптація	10.4	3	4.82	0.015
Інтернальність	17.0	3	5.05	0.005

Також, дисперсійний аналіз за допомогою непараметричного критерію Краскела-Уолліса показав, що тривога впливає на «АЗ», «НПС», «Самоприйняття», «Прийняття інших», «Емоційний комфорт» та «Прагнення до домінування» ($p < 0,05$). Результати ми представили в таблиці 2.16.

Таблиця 2.16 – Однофакторний дисперсійний аналіз за непараметричним критерієм Крускала-Уолліса між показниками «Тривога» (за Дж. Тейлор) та факторами соціально-психологічної адаптації

Шкали	X ²	df	p
АЗ	52,4	3	<.001
НПС	55,6	3	<.001
МН	18,6	3	<.001

КО	28,8	3	<.001
Самоприйняття	27,4	3	<.001
Емоційна комфортність	30,0	3	<.001
Прийняття інших	14,8	3	0.002
Прагнення до домінування	14,1	3	0.003

Отже, результати дисперсійного аналізу показали, що реактивна тривога (РТ), особистісна тривожність (ОТ) та тривога за методикою Дж. Тейлор мають значний вплив на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни.

Висновки до другого розділу

У другому розділі нашої дипломної роботи ми дослідили вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію студентів в умовах війни. Нами було встановлено наступне:

1. Аналіз опитувальника «Адаптивність» (БОО-АМ) показав, що більшість студентів мають низький рівень адаптивних здібностей та нервово-психічної стійкості. Вони також демонструють середній рівень комунікативних здібностей та моральної нормативності, що полегшує їхню адаптацію до загальноприйнятих норм поведінки.

2. Практично у всіх показниках соціально-психологічної адаптації переважають середні або високі рівні інтегральних показників. Це свідчить про те, що значна частина студентів здатна ефективно взаємодіяти з оточенням та адаптуватися до соціальних умов.

3. Великий відсоток студентів нашої вибірки мають високі рівні як і реактивної тривоги, так і особистісної тривожності особистості в умовах війни.

4. Кореляційний аналіз підтвердив існування значущого зв'язку між рівнем тривожності та показниками соціально-психологічної адаптації. Високий рівень особистісної тривожності пов'язаний з низьким рівнем адаптації, що може свідчити про те, що тривожність значно впливає і ускладнює процес адаптації, знижуючи емоційний комфорт та здатність до ефективної взаємодії з оточенням.

5. Однофакторний дисперсійний аналіз показав, що тривога і тривожність впливають на усі фактори соціально-психологічної адаптації.

ВИСНОВКИ

У результаті проведеного теоретичного й емпіричного дослідження впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умовах війни, ми прийшли до наступних висновків:

1. На основі теоретичного аналізу літератури встановлено, що соціально-психологічна адаптація особистості є складним процесом. Вона включає формування внутрішнього образу інтеграції в суспільство, прийняття норм і установок відповідної групи, здійснення внутрішніх змін на основі цих установок та ідентифікацію із соціальною групою. Особливу увагу було приділено вивченню соціально-психологічної адаптації в умовах війни, яка передбачає пристосування до екстремальних змін, що становлять пряму загрозу життю особистості, а також необхідність швидкого реагування на непередбачувані обставини та збереження психологічної рівноваги.

2. Ми також розкрили прояви тривожності особистості в умовах війни, яка має багатогранний характер і проявляється через підвищений рівень емоційного напруження та страху. Тривожність не обмежується лише безпосередньою реакцією на загрозу, а й включає тривале відчуття невизначеності, побоювання за майбутнє та безпеку близьких. Ключовим аспектом є те, що в умовах війни тривожність часто супроводжується постійним відчуттям загрози та небезпеки. Це може включати страх перед обстрілами, терористичними актами, втратою дому чи близьких. Крім того, тривожність може ускладнювати процес прийняття рішень, підвищувати схильність до імпульсивної поведінки та знижувати здатність до раціонального мислення, що, на нашу думку, може негативно впливати на успішність адаптації особистості в умовах війни.

3. Для дослідження впливу тривожності на соціально-психологічну адаптацію нами було розроблено методику, яка включала використання 2 психодіагностичні методики для безпосереднього дослідження адаптації, і 2 на вивчення тривожності особистості.

4. Результати дослідження показали, що більшість студентів мають низький рівень адаптивних здібностей та нервово-психічної стійкості. Це свідчить про їх

вразливість до стресових ситуацій та труднощі в пристосуванні до нових умов. Водночас, середній рівень комунікативних здібностей та моральної нормативності допомагає студентам підтримувати соціальні зв'язки та адаптуватися до соціальних норм, що може частково компенсувати їх низькі адаптивні здібності.

5. Безпосереднє кількісне і якісне дослідження соціально-психологічної адаптації студентів в умовах війни показало, що більшість опитаних студентів мають середній або високий рівень за шкалами «Адаптація», «Прийняття інших», «Емоційна комфортність» та «Інтернальність». При цьому, переважна більшість респондентів мають високий рівень «Самоприйняття», а також у більшості переважає середній рівень «Прагнення до домінування». Ці результати вказують на те, що студенти здатні пристосовуватися до складних умов війни і зберігати емоційну стабільність. Високий рівень самоприйняття допомагає їм краще розуміти та приймати себе, що сприяє успішнішій адаптації. Середній рівень прагнення до домінування свідчить про наявне бажання до лідерства залежно від обставин, що дозволяє їм ефективно взаємодіяти з іншими.

6. Ми зафіксували, що дещо більше половини студентів нашої вибірки має високі рівні реактивної тривоги та особистісної тривожності. В умовах війни це може свідчити про значний рівень стресу та невизначеності, з якими стикаються студенти. Високі показники тривожності вказують на те, що багато студентів відчують постійну напругу і хвилювання, що негативно впливає на їхню психологічну стабільність. Цей стан може ускладнювати їхнє навчання та соціальні взаємодії, а також впливати на їхнє загальне самопочуття.

7. На додачу до вищезгаданого, за допомогою однофакторного дисперсійного аналізу ми виявили вплив тривожності та тривоги на усі фактори соціально-психологічної адаптації на високому рівні статистичної значущості.

Встановлено, що високий рівень тривожності ускладнює адаптаційні здібності, знижуючи здатність індивіда ефективно пристосовуватися до стресових ситуацій і викликів воєнного часу. Також тривожність впливає на нервово-психічну стійкість, що призводить до підвищеної вразливості до стресу та меншої здатності до емоційного самоконтролю. Вплив тривожності на комунікативні особливості

спричиняє труднощі у взаємодії з іншими, що може виражатися у невпевненості та страху негативних оцінок з боку оточуючих. Додатково, підвищена тривожність може призводити до більш негативного самоприйняття, індивід частіше сумнівається у власних здібностях і цінності. Це також може знижувати здатність приймати інших людей, підвищуючи рівень підозрілості та недовіри у міжособистісних стосунках. Високий рівень тривожності викликає загальний психологічний дискомфорт, зменшує прагнення до домінування в соціальних ситуаціях і лідерських ролях через страх невдачі або негативної оцінки.

Тому, відповідно до цього, можна зробити висновок, що високий рівень тривожності значно ускладнює процес соціально-психологічної адаптації особистості в умовах війни. Це підтверджує необхідність розробки та впровадження психологічних інтервенцій, спрямованих на зниження рівня тривожності та покращення адаптивних здібностей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1.Блажівський, М. І. Поняття адаптації у сучасній науковій літературі. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна, 2014. С. 234–244.

2.Острова В. Д. Проспективна ідентичність як чинник соціально-психологічної адаптації студентської молоді : дис. Канд. Псих. Наук : 19.00.05. Київ, 2015. 193 с.

3.Hartmann, Heinz. Ego Psychology and the Problem of Adaptation. Organization and Pathology of Thought: Selected Sources, edited by, New York Chichester, West Sussex: Columbia University Press, 1951, pp. 362-398. URL: <https://doi.org/10.7312/rapa92214-022>

4.Гаврилюк Н., Кульчицька А. Психологічні особливості соціальної адаптації особистості. URL: <https://www.inforum.in.ua/conferences/19/46/317> (дата звернення: 02.02.2024).

5.Адаптація / О. М. Міхеєв, М. О. Шульга, Н. Г. Ничкало, О. В. Лавренко, В. І. Волович, П. В. Білошицький // Енциклопедія Сучасної України [Електронний ресурс] / Редкол.: І. М. Дзюба, А. І. Жуковський, М. Г. Железняк [та ін.] ; НАН України, НТШ. – К. : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2001. URL: <https://esu.com.ua/article-42642> (дата звернення: 02.02.2024).

6.Корольчук, О. Л. Посттравматичний стресовий розлад як новий виклик сучасній Україні. Інвестиції: практика та досвід, 2016. № 17. С. 104–111.

7.Бриндіков Ю. Л. Теорія та практика реабілітації військовослужбовців учасників бойових дій в системі соціальних служб: дис. ... доктор пед. Наук: 13.00.05. Хмельницький, 2018. 559 с.

8.Литвинчук Л. М. Соціально-психологічні чинники адаптації сільської молоді до навчання у вищих навчальних закладах I та II рівнів акредитації. 2021. 213 с.

9.Особистість студента та соціокультурне середовище університету в суспільному контексті. Збірник наукових праць III Всеукраїнської науково-практичної конференції. 23 травня 2019 р., м. Київ / Наук. Ред. В.І. Рябченко. Київ, 2019. 100 с.

10. Приб Г. А., Бегеза Л. Є., Раєвська Я. М. Соціально-психологічна адаптація військовослужбовців/ветеранів: проблематика вивчення. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. 2022. № 35. С. 159–163. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2022/35-2022/23.pdf> (дата звернення: 02.02.2024).
11. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
12. Буряк О. О., Гіневський М. І. Соціальна адаптація армії України до нових умов існування. Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил, 2014. № 4. С. 160–166.
13. Шклярська О. Психологічна пружність – запорука виживання під час війни. URL: http://www.aratta-ukraine.com/text_ua.php?Id=3373 (дата звернення: 02.02.2024).
14. Блохіна І. О. Психологічні причини виникнення тривожності. Науковий вісник Ужгородського національного університету. № 4. 2021. С. 82-86.
15. Макарова В. В. Тривожність як індикатор психологічного благополуччя дорослих в умовах війни. URL: <https://elibrary.kdpu.edu.ua/bitstream/123456789/8088/1/%d0%9c%d0%b0%d0%ba%d0%b0%d1%80%d0%be%d0%b2%d0%b0%20%d0%bc%d0%b0%d0%b3%d1%96%d1%81%d1%82%d0%b5%d1%80%d1%81%d1%8c%d0%ba%d0%b0%20%d1%80%d0%be%d0%b1%d0%be%d1%82%d0%b0.pdf>. Дата звернення: 02.02.2024).
16. Галієва О.М. Диференціація понять «тривога» та «тривожність». Психологія та соціальна робота. Київ, 2019. Т. 24. № 1 (49). С. 32–48.
17. Халік О. О. Тривожність як чинник дезадаптації практичних психологів-початківців: автореф. Дис. На здобуття наук. Ступеня канд. Псих. Наук : 19.00.07. Київ, 2010. 20 с.
18. Міхеєва Л., Кулешова О. Гендерні особливості прояву тривожності в студентів-першокурсників в умовах війни. Psychology Travelogs. 2023. № 3. С. 28–39. URL: <https://doi.org/10.31891/PT-2023-3-3> (дата звернення: 02.02.2024).

19. Пов'якель Н. І. Психологічні передумови виникнення стресових реакцій особистості. Психологічні науки. 2012. № 37(61). С. 89–195.
20. Стрілецька І. І. Тривожність як індивідуальна властивість особистості (теоретичний аспект). Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Сер. Психологічні науки. Вип. 1 (46). Київ : Видавництво НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2015. С. 266–272.
21. Lundgren D.C., Schwab M.R. Perceived appraisals by others, self-esteem, and anxiety. *Journal of Psychology*. 1977. Vol. 97. P. 205-213.
22. Davidson, W.Z., Andrews, J. W., & Ross, S. Effects of stress and anxiety on continuous high-speed color naming. *Journal of Experimental Psychology*. 2002. P.13-17.
23. Заушнікова М.Ю., Тонкопей Ю.Л., Петухова І.О. Динаміка рівня тривожності здобувачів вищої освіти у прикордонному регіоні в умовах війни. *Габітус*. 2023. №45. С. 59–63. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2023/45-2023/9.pdf>
24. Кожина Г. М. Тривожність під час війни: шляхи терапії. *Неврологія. Психіатрія. Психотерапія* № 3 (66) : Матеріали Науково-практичної конференції з міжнародною участю «Псих. Та психол. Розлади під час війни: лікування й реабілітація» (24-25 трав. 2023 р.) / за заг. Ред. О. Загора. 2023. URL: https://health-ua.com/multimedia/userfiles/files/2023/Nevro_3_2023/Nevro_3_2023_st29.pdf (дата звернення: 02.02.2024).
25. Пріб Г. А., Бегеза Л. Є., Раєвська Я. М. Соціально-психологічні особливості адаптації особистості в умовах бойових дій. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Т. 33 (72), № 2. С. 105–109.
26. Психологічна допомога особистості в складних обставинах життєдіяльності : зб. Тез доп. Всеукр. Наук.-практ. Семінару «Психологічна допомога особистості в складних обставинах життєдіяльності» / за ред. Т. М. Титаренко. Чернівці : ЧНУ ім. Ю. Федьковича, 2018. 154 с.
27. Яценко Т.С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання: навч. Посіб. Київ: Вища школа, 2004. 679с.

28. КОРОБКА, Лариса Миколаївна. Соціально-психологічна адаптація спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту: теоретичні засади дослідження. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2015. №4. С. 76–82.

29. Мельник М. М. Тренінг як ефективний метод адаптації студентів-першокурсників до навчання у Вищому навчальному закладі. URL: <http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/23170/1/МЕЛЬНИК%20М.М..pdf> (дата звернення: 02.02.2024).

30. Неведюк К. А. Адаптивність як предиктор психологічного благополуччя особистості. URL: https://elibrary.kdpu.edu.ua/bitstream/0564/2633/1/Nevedyuk_2018.kv..pdf (дата звернення: 02.02.2024).

31. PLOYHART, Robert E.; BLIESE, Paul D. Individual adaptability (I-ADAPT) theory: Conceptualizing the antecedents, consequences, and measurement of individual differences in adaptability. In: Understanding adaptability: A prerequisite for effective performance within complex environments. Emerald Group Publishing Limited, 2006. P. 3-39.

32. Aktop A. Relationship between achievement motivation, trait anxiety and self-esteem. Antalya: Biology of sport., 2006. P. 127-141.

33. ZHYLIN, Mykhailo, et al. The Impact of Students' Social Identity on Psycho-Social Adaptation during the Period of a Difficult Educational Transition. Journal of Intellectual Disability-Diagnosis and Treatment, 2022, 10: 293-302.

34. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Копаниця О.В., Малхазов О.Р. Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів: Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2011. 281 с

35. Лемак М.В., Петрище Ю.В. Психологу для роботи: діагностичні методики. Методичне видання. Ужгород, Видавництво А. Гаркуші. 2012. 616 с.

36. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В.. Загальна психологія: Практикум: Навч. Посібн. К.: Каравела, 2005. 280 с.

37. Ставицька С. О. Соціальні та психолого-педагогічні джерела виникнення і закріплення особистісної тривожності молодших школярів. /Збірник “Проблема особистості в сучасній науці: результати та перспективи досліджень”. К.: Київський національний університет імені Т.Г.Шевченка, 1999.

ДОДАТКИ

Додаток А

Correlation Matrix		адаптація	самоприйняття	прийняття інших	емоційний комфорт	інтернальність	прагнення до домінування	Реактивна тривога	Особистісна тривожність
адаптація	Spearman's rho	—							
	df	—							
	p-value	—							
самоприйняття	Spearman's rho	0.811 ***	—						
	df	78	—						
	p-value	< .001	—						
прийняття інших	Spearman's rho	0.637 ***	0.729 ***	—					
	df	78	78	—					
	p-value	< .001	< .001	—					
емоційний комфорт	Spearman's rho	0.752 ***	0.630 ***	0.495 ***	—				
	df	78	78	78	—				
	p-value	< .001	< .001	< .001	—				
інтернальність	Spearman's rho	0.762 ***	0.756 ***	0.655 ***	0.629 ***	—			
	df	78	78	78	78	—			
	p-value	< .001	< .001	< .001	< .001	—			
прагнення до домінування	Spearman's rho	0.573 ***	0.455 ***	0.285 *	0.529 ***	0.465 ***	—		
	df	78	78	78	78	78	—		
	p-value	< .001	< .001	0.010	< .001	< .001	—		
Реактивна тривога	Spearman's rho	-0.588 ***	-0.521 ***	-0.382 ***	-0.679 ***	-0.612 ***	-0.511 ***	—	
	df	78	78	78	78	78	78	—	
	p-value	< .001	< .001	< .001	< .001	< .001	< .001	—	
Особистісна тривожність	Spearman's rho	-0.590 ***	-0.497 ***	-0.347 **	-0.588 ***	-0.559 ***	-0.404 ***	0.794 ***	—
	df	78	78	78	78	78	78	78	—
	p-value	< .001	< .001	0.002	< .001	< .001	< .001	< .001	—

Note. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Рисунок. А. 1. Дослідження кореляційного зв'язку між показниками соціально-психологічної адаптації та РТ, ОТ (за методикою «Дослідження соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса - Р. Даймонд)

Correlation Matrix		АЗ	НПС	КО	МН	Реактивна тривога	Особистісна тривожність
АЗ	Spearman's rho	—					
	df	—					
	p-value	—					
НПС	Spearman's rho	0.927 ***	—				
	df	78	—				
	p-value	< .001	—				
КО	Spearman's rho	0.750 ***	0.678 ***	—			
	df	78	78	—			
	p-value	< .001	< .001	—			
МН	Spearman's rho	0.605 ***	0.568 ***	0.420 ***	—		
	df	78	78	78	—		
	p-value	< .001	< .001	< .001	—		
Реактивна тривога	Spearman's rho	-0.803 ***	-0.753 ***	-0.606 ***	-0.409 ***	—	
	df	78	78	78	78	—	
	p-value	< .001	< .001	< .001	< .001	—	
Особистісна тривожність	Spearman's rho	-0.824 ***	-0.782 ***	-0.579 ***	-0.497 ***	0.794 ***	—
	df	78	78	78	78	78	—
	p-value	< .001	< .001	< .001	< .001	< .001	—

Note. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Рисунок. А. 2. Дослідження кореляційного зв'язку між показниками адаптації та РТ, ОТ (за методикою «Адаптивність» Малаклова-Чермяніна)

Додаток Б

Таблиця Б.1 – Результати обробки даних за методиками багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (БОО-АМ) А. Г. Маклакова і С. В. Чермяніна; «Дослідження соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса - Р. Даймонд; «Шкала оцінки рівня реактивної та особистісної тривожності» Ч. Спілбергера - Ю. Ханіна; «Особистісна шкала прояву тривоги» Дж. Тейлор (в модифікації В.Г. Норакидзе).

№	стать	Вік	Курс	АЗ	НПС	КО	МН	Адаптація	Самоприйняття	Прийняття інших	Емоційна комфортність	Інтернальність	Прагнення до домінування	РТ	ОТ	Тривога (за Тейлор)
1	ж	18-21 р	4 курс	5	6	6	5	73,8	90,2	87,3	75,0	88,0	40,0	33	32	7
2	ж	18-21 р	3 курс	4	5	5	6	75,5	92,5	58,1	68,2	84,6	75,9	33	28	14
3	ж	18-21 р	4 курс	1	1	5	4	38,6	55,6	63,2	35,0	74,5	24,0	47	51	25
4	ж	18-21 р	4 курс	1	2	3	5	48,7	64,6	47,8	50,0	51,0	48,5	51	55	23
5	ж	18-21 р	4 курс	1	1	4	5	46,9	35,0	43,8	50,0	46,3	59,5	49	48	17
6	ж	18-21 р	4 курс	4	5	8	5	36,6	89,8	72,7	47,5	69,0	84,8	40	45	15
7	ч	18-21 р	4 курс	2	3	3	5	32,6	72,2	64,3	45,2	61,8	40,0	45	46	20
8	ж	18-21 р	4 курс	6	7	6	3	85,3	96,8	57,3	92,0	90,4	88,9	26	26	9
9	ч	22-24 р	4 курс	1	1	3	2	54,0	71,7	52,6	35,6	53,8	52,2	53	49	23
18	ч	18-21 р	4 курс	1	1	4	4	65,2	87,1	66,7	55,8	60,0	55,3	65	60	24
11	ж	18-21 р	4 курс	1	1	5	3	57,1	78,5	55,7	51,0	62,5	58,8	35	59	27
12	ж	18-21 р	4 курс	2	3	5	3	59,9	72,9	54,5	70,0	52,1	70,3	46	52	26
13	ж	18-21 р	4 курс	5	4	8	7	73,0	74,6	49,0	58,3	55,6	68,6	24	29	16

14	ж	18-21 p	4 курс	1	1	3	5	53,3	68,9	64,3	35,6	54,2	56,6	60	66	30
15	ж	18-21 p	4 курс	2	3	5	5	54,9	91,7	78,3	29,5	75,8	27,6	47	44	17
16	ж	18-21 p	3 курс	2	4	4	5	74,7	84,3	61,5	81,5	68,5	81,5	40	38	17
17	ч	18-21 p	3 курс	3	4	5	6	62,6	75,5	62,0	47,5	70,7	56,3	47	40	12
10	ж	18-21 p	3 курс	1	1	5	3	48,4	56,3	42,6	51,2	52,0	56,5	51	48	28
19	ж	22-24 p	3 курс	1	1	2	2	44,1	58,5	46,2	40,0	51,2	51,9	65	62	38
20	ж	18-21 p	3 курс	5	5	6	6	67,9	67,7	73,7	65,9	75,6	72,7	47	51	21
21	ж	18-21 p	4 курс	2	4	5	3	26,3	72,7	32,0	63,3	57,5	50,0	34	49	24
22	ж	18-21 p	5 курс	4	5	6	5	92,9	100,0	87,8	93,9	90,4	50,0	26	33	11
23	ч	25+ p	5 курс	2	3	6	4	68,3	90,7	65,3	59,0	71,4	69,6	50	46	18
24	ж	25+ p	5 курс	1	3	1	4	61,2	82,0	62,2	54,0	64,5	60,0	50	46	23
25	ж	25+ p	1 курс	1	1	3	4	46,5	63,2	38,6	57,6	51,3	42,4	51	47	28
26	ж	25+ p	5 курс	1	1	3	6	54,9	67,1	58,6	41,8	64,3	59,6	62	64	32
27	ж	25+ p	1 курс	5	7	8	5	73,0	82,8	63,8	69,0	75,2	66,7	26	28	11
28	ч	25+ p	5 курс	3	5	4	5	68,1	76,8	58,1	65,1	77,3	65,0	35	33	14
29	ж	22-24 p	5 курс	4	4	6	5	91,1	98,2	83,3	92,9	95,5	92,9	40	34	8
30	ж	18-21 p	5 курс	2	3	5	5	84,2	93,8	69,7	93,9	92,9	78,8	28	36	21
31	ж	25+ p	5 курс	3	5	5	5	70,9	81,5	72,2	67,6	73,3	61,1	41	33	15
32	ж	25+ p	5 курс	6	4	8	4	81,8	88,1	65,3	93,8	79,7	80,0	30	30	9
33	ж	25+ p	1 курс	2	2	4	6	36,6	71,2	72,4	52,2	56,5	45,7	47	52	25
34	ж	25+ p	5 курс	6	8	6	5	84,5	96,6	94,7	74,3	95,1	69,8	30	32	6
35	ж	25+ p	5 курс	4	5	6	5	73,4	83,3	73,5	74,3	76,3	52,9	36	41	19
36	ж	25+ p	4 курс	2	2	7	5	66,8	84,8	46,2	47,5	71,1	56,6	37	44	19

37	ж	25+ p	5 курс	1	1	4	5	38,5	75,4	62,3	51,2	59,3	61,5	48	55	29
38	ж	18-21 p	5 курс	2	2	6	4	72,0	83,3	60,0	62,8	83,1	58,5	33	46	23
39	ж	25+ p	5 курс	2	3	4	5	73,1	89,3	69,8	50,0	65,7	51,4	48	43	17
40	ж	25+ p	5 курс	4	4	6	5	46,5	59,1	58,6	41,8	75,2	29,4	44	38	14
41	ж	25+ p	5 курс	1	1	3	3	26,3	32,0	12,1	35,2	51,3	21,6	47	55	31
42	ж	25+ p	5 курс	1	1	4	6	46,9	58,2	49,0	34,5	50,0	42,3	66	65	28
43	ж	25+ p	5 курс	3	4	7	5	80,8	100,0	76,7	90,9	64,4	50,0	49	46	21
44	ж	22-24 p	5 курс	2	4	4	4	73,7	90,0	61,5	64,6	77,2	86,7	41	33	22
45	ж	25+ p	5 курс	1	1	4	3	51,9	59,1	58,3	47,7	49,8	46,7	69	70	41
46	ж	25+ p	5 курс	4	5	6	7	89,3	100,0	67,2	95,7	79,6	64,5	36	41	11
47	ж	25+ p	5 курс	1	2	3	3	58,8	83,6	48,8	52,5	68,6	27,6	47	49	22
48	ж	25+ p	5 курс	3	3	6	5	74,2	79,3	84,4	76,5	72,8	50,0	43	43	29
49	ж	25+ p	5 курс	1	1	4	5	58,8	85,2	63,8	50,0	58,0	51,1	46	60	26
50	ж	25+ p	6 курс	6	8	6	6	95,7	98,5	87,8	100,0	100,0	75,6	20	23	7
51	ж	25+ p	5 курс	3	4	5	5	76,0	90,0	69,0	83,3	100,0	51,4	42	49	21
52	ж	25+ p	5 курс	1	2	4	5	66,5	77,9	65,6	57,4	67,9	63,8	33	58	19
53	ж	25+ p	5 курс	4	5	6	5	72,5	91,1	78,9	77,1	72,1	44,4	36	40	8
54	ж	25+ p	1 курс	3	4	5	5	65,1	81,9	71,4	66,0	61,3	57,1	35	42	21
55	ж	18-21 p	1 курс	1	1	2	2	26,3	32,0	12,1	35,2	38,8	21,6	74	78	41
56	ч	16-17 p	1 курс	1	1	2	4	45,0	63,0	46,8	29,5	51,0	27,6	67	64	31
57	ч	25+ p	5 курс	7	7	7	6	83,9	100,0	68,4	96,3	89,6	78,8	33	28	7
58	ч	18-21 p	2 курс	1	1	2	3	44,4	66,0	49,8	34,5	45,9	29,4	58	66	35
59	ч	18-21 p	2 курс	2	3	5	2	46,8	51,8	40,9	60,0	50,7	50,0	36	35	13

60	ж	18-21 p	2 курс	1	1	3	4	50,6	68,8	57,8	42,5	57,1	56,4	58	57	26
61	ж	18-21 p	2 курс	1	2	4	2	47,5	56,3	50,4	40,0	50,5	66,7	51	46	25
62	ж	18-21 p	2 курс	6	7	4	7	52,3	64,1	54,5	83,3	100, 0	53,7	30	30	12
63	ж	18-21 p	2 курс	1	1	6	3	52,6	64,3	67,7	44,4	55,6	51,1	53	61	31
64	ж	18-21 p	2 курс	5	4	5	5	68,4	87,5	67,7	67,5	65,0	59,1	28	36	9
65	ж	18-21 p	2 курс	2	2	5	7	54,6	75,0	59,4	36,4	58,1	0,0	60	73	34
66	ч	18-21 p	3 курс	1	1	2	3	45,0	65,3	53,6	31,4	50,0	25,8	68	64	35
67	ч	18-21 p	3 курс	1	1	4	2	50,4	65,6	50,5	50,0	56,1	56,0	60	62	33
68	ч	18-21 p	1 курс	1	1	3	2	46,8	51,8	40,9	60,0	50,7	50,0	53	62	30
69	ч	18-21 p	1 курс	1	1	4	2	44,5	62,3	46,2	37,8	50,8	45,5	52	64	34
70	ж	18-21 p	4 курс	6	6	7	6	81,7	91,7	93,5	73,2	89,4	68,1	20	31	12
71	ж	18-21 p	4 курс	2	3	6	4	61,7	80,0	66,1	48,8	59,7	44,4	56	53	24
72	ч	18-21 p	3 курс	6	7	7	6	46,8	51,8	40,9	60,0	50,7	50,0	34	26	11
73	ж	18-21 p	4 курс	2	3	4	5	64,6	74,1	67,0	66,7	62,0	60,0	38	52	27
74	ж	18-21 p	3 курс	5	3	4	3	56,6	64,3	54,5	40,0	61,5	71,4	27	41	23
75	ч	18-21 p	4 курс	1	1	5	2	52,2	59,8	45,8	57,8	57,6	56,4	51	55	21
76	ж	16-17 p	1 курс	1	2	5	2	47,4	57,1	49,0	54,5	50,0	56,3	52	52	25
77	ж	18-21 p	3 курс	6	4	6	7	70,7	81,8	70,6	67,9	73,7	61,5	30	41	13
78	ч	18-21 p	2 курс	7	6	7	6	48,5	87,5	67,7	67,5	48,8	55,0	20	23	7
79	ж	18-21 p	2 курс	1	2	4	4	53,6	70,0	56,4	56,6	53,3	46,5	47	53	25
80	ч	16-17 p	1 курс	1	1	3	3	48,9	50,8	59,7	55,8	49,8	47,6	47	53	20

Короткий звіт подібності



Ім'я користувача:
Педагогіки та психології Кучерява Катерина

ID перевірки:
1016334233

Дата перевірки:
08.06.2024 08:00:20 EEST

Тип перевірки:
Doc vs Internet + Library

Дата звіту:
08.06.2024 08:03:33 EEST

ID користувача:
100005735

Назва документа: Тарасова А. В. Вплив тривожності на соціально-психологічну адаптацію особистості в умо...

Кількість сторінок: 55 Кількість слів: 11731 Кількість символів: 89000 Розмір файлу: 157.63 KB ID файлу: 1016134666

6.89%
Схожість

Найбільша схожість: 0.95% з джерелом з Бібліотеки (ID файлу: 1012611881)

5.11% Джерела з Інтернету	318		Сторінка 57
5.93% Джерела з Бібліотеки	425		Сторінка 60

0% Цитат

- Вилучення цитат вимкнене
- Вилучення списку бібліографічних посилань вимкнене

0%
Вилучень

Немає вилучених джерел

Модифікації

Виявлено модифікації тексту. Детальна інформація доступна в онлайн-звіті.

Замінені символи	2
------------------	---