

Шифр «Соціальна тривожність»

НАУКОВА РОБОТА

НА ТЕМУ:

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

Вінниця – 2026

АНОТАЦІЯ

Особливості впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді: конкурсна наукова робота. Вінниця: Донецький національний університет імені Василя Стуса, 2026. 45 с.

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

На етапі збору емпіричних даних було залучено 64 здобувача вищої освіти 1-4 курсів ОС бакалавра спеціальності С4 / 053 Психологія ДонНУ імені Василя Стуса. Психодіагностичний комплекс містив питальник соціальної тривожності SPIN, шкалу самотності UCLA, питальник стилів прив'язаності ECR-R та методику діагностики міжособистісних взаємин Т. Лірі. Математично-статистична обробка даних здійснювалася за допомогою програмного забезпечення IBM SPSS Statistics (версія 27) та передбачала застосування кореляційного та порівняльного аналізів.

За результатами емпіричного дослідження визначено, що високий рівень соціальної тривожності пов'язаний із посиленням суб'єктивного відчуття самотності та домінуванням дезадаптивних стратегій міжособистісної взаємодії. Встановлено, що соціальна тривожність виступає важливим чинником деформації міжособистісних стосунків студентів-психологів. На основі виявлених проблемних аспектів автором розвідки розроблені рекомендації щодо психокорекції соціальної тривожності та профілактики її впливу.

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

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ОСМИСЛЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	8
1.1. Визначення змісту та суті поняття «соціальна тривожність» у вітчизняній та зарубіжній науці	8
1.2. Особливості прояву соціальної тривожності в студентській молоді: огляд останніх досліджень з цієї проблематики	10
1.3. Інтегративна теоретична модель впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді	12
Висновки до першого розділу	15
РОЗДІЛ 2. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	17
2.1. Методологія та дизайн емпіричного дослідження особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді	17
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді	22
2.3. Психологічні рекомендації щодо психокорекційної та профілактичної роботи з подолання соціальної тривожності у студентській молоді	29
Висновки до другого розділу	31
ВИСНОВКИ	33
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	35
ДОДАТКИ	39

ВСТУП

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

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

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

Об'єктом дослідження є соціальна тривожність студентської молоді.

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

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

Конкретизують мету такі **завдання дослідження**:

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

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

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

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

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

Наукова новизна результатів дослідження. Уперше встановлено специфічний характер детермінації міжособистісних стосунків студентів-психологів ДонНУ імені Василя Стуса рівнем вираження у них соціальної тривожності, що виявляється у домінуванні підозріло-скептичних та покірно-залежних стратегій як засобів компенсації емоційної нестабільності респондентів.

Уточнено роль соціальної тривожності як чинника соціальної дезадаптації особистості. Встановлено, що діагностована ознака не залежить від раннього досвіду прив'язаності у вибірці студентів, натомість є детермінованою ситуативними факторами.

Набула подальшого розвитку теоретична модель впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді, яка інтегрує у собі когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти у контексті тривалого перебування у ситуації суспільної невизначеності.

Практична значущість результатів дослідження. Розуміння особливостей прояву соціальної тривожності закладає основу для подальшої її діагностики, психокорекції та психологічного консультування студентської молоді, зокрема у контексті запитів, що стосуються труднощів у міжособистісних стосунках. Результати емпіричного дослідження, а також запропоновані нами психологічні рекомендації щодо психокорекційної та

профілактичної роботи з подолання соціальної тривожності у студентської молоді можуть бути використані психологами закладів вищої освіти для розробки тренінгових програм та програм психологічного супроводу націлених на зниження соціальної напруженості та розвиток навичок конструктивної й асертивної взаємодії.

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

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

Емпірична база дослідження. У дослідженні взяли участь 64 здобувача вищої освіти 1-4 курсів ОС бакалавра спеціальності С4 / 053 Психологія Донецького національного університету імені Василя Стуса (віковий діапазон – від 17 до 21 року).

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до них, загальних висновків, списку використаної літератури та додатків. У тексті використано 4 таблиці та 1 рисунок. Список літератури налічує 35 джерел, з яких 24 українською мовою та 11 – англійською. Загальний обсяг роботи становить 45 сторінок, з яких основного обсягу – 31.

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

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

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

Дослідження соціальної тривожності здійснювали в межах різних теоретичних підходів. Одним із найбільш поширених є когнітивно-поведінковий напрям, представлений у працях А. Бека, Г. Емері та Р. Грінберга. Згідно з теоріями цих науковців тривожні переживання виникають унаслідок викривлених когнітивних схем, які формують в особистості переконання про свою соціальну некомпетентність та очікування негативної оцінки з боку інших людей. У результаті цього особистість починає сприймати соціальні ситуації як потенційно загрозові, що викликає у неї підвищене емоційне напруження та сприяє формуванню унікальної поведінки [26].

Подальший розвиток когнітивно-поведінкового підходу представлений у моделі соціальної фобії Д. Кларка та А. Уеллса. Науковці зазначають, що соціально тривожні особи схильні надмірно фокусувати увагу на собі та власній поведінці під час взаємодії з іншими людьми. Такий постійний самоконтроль призводить до викривленого сприйняття соціальних ситуацій та посилює відчуття тривоги, яка ще більше ускладнює ефективне спілкування [28].

Важливий внесок у вивчення феномену соціальної тривожності зробив М. Лібовіц, який запропонував розглядати цю особистісну диспозицію як поєднання двох ключових компонентів – суб'єктивного страху соціальної оцінки та поведінкового уникнення ситуацій, у яких така оцінка можлива [35]. У подальших дослідженнях ученого було встановлено, що структура соціальної тривожності включає фізіологічний, когнітивний та поведінковий компоненти. Фізіологічний компонент проявляється у соматичних реакціях організму (прискорене серцебиття, тремтіння, пітливість), когнітивний пов'язаний із негативними думками про себе та очікуванням осуду, а поведінковий – з униканням соціальних ситуацій.

У своїй теорії стресу Р. Лазарус розглядав соціальну тривожність як результат когнітивного оцінювання соціальної ситуації. Якщо індивід сприймає взаємодію з іншими людьми як загрозу для свого «Я» або соціального статусу, виникає стан тривоги, який активізує захисні механізми психіки [33]. Біологічні передумови цього явища описані у працях Дж. Грея та Н. Макногтона, які пов'язують тривожні реакції з підвищеною активністю системи поведінкового гальмування, що підсилює чутливість людини до сигналів покарання або соціального несхвалення [31].

Поряд із зарубіжними дослідженнями важливий внесок у вивчення соціальної тривожності зробили вітчизняні науковці. Зокрема, Н. Максимова підкреслює, що у підлітковому та юнацькому віці тривожність набуває вираженого соціального характеру, оскільки в цей період активно формуються самооцінка та особистісна ідентичність. При цьому зростає значущість думки референтної групи, через що страх бути неприйнятним або відторгнутим може суттєво підсилювати тривожні переживання підлітка та / або юнака [26].

Соціально-психологічний аспект цього явища розглядає Л. Орбан-Лембрик, яка зазначає, що підвищений рівень тривожності впливає на динаміку міжособистісних взаємин та групових процесів. У таких умовах людина більше зосереджується на тому, яке враження вона справляє на інших, ніж на змісті

спілкування, що призводить до порушення комунікації та ускладнює формування довірливих стосунків [17].

Екзистенційно-психологічне бачення соціальної тривожності представлене у працях Т. Титаренко, яка розглядає її через категорію «життєвого світу особистості». На думку науковиці, страх соціальної оцінки здатний звужувати простір життєвих можливостей людини та обмежувати її здатність до самореалізації [22]. Подібної позиції дотримується О. Власова, яка розглядає соціальну тривожність як складову емоційної сфери особистості та пов'язує її інтенсивність із типом прив'язаності, сформованим у ранньому дитинстві [7].

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

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

Сучасні психологічні дослідження здебільшого зосереджені на вивченні соціальної тривожності у студентської молоді, оскільки для цього вікового періоду є характерними інтенсивні зміни у соціальній, особистісній та професійній сферах життя. Період навчання у закладах вищої освіти (далі ЗВО) пов'язаний із необхідністю активної соціальної взаємодії, встановлення нових міжособистісних контактів, участі у групових формах діяльності та публічних виступах. За таких умов підвищений рівень соціальної тривожності може

виступати суттєвим фактором, що ускладнює процес соціальної адаптації студентів та впливає на ефективність їхньої навчальної діяльності.

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

Зарубіжні дослідження підтверджують, що соціальна тривожність у студентів підтримується низкою когнітивних механізмів. Зокрема, відповідно до когнітивно-поведінкової моделі цього явища С. Гофмана, важливими чинниками його підтримання є надмірна концентрація уваги індивіда на власній поведінці, викривлене сприйняття соціальних ситуацій та схильність перебільшувати ймовірність отримання негативної оцінки з боку оточення. Унаслідок цього формується стійке очікування негативних наслідків соціальної взаємодії, що призводить до унікальної поведінки та зниження соціальної активності студентів [32].

Окремий напрям досліджень пов'язаний із вивченням психологічних чинників, які сприяють виникненню та підтриманню соціальної тривожності у студентської молоді. Зокрема, у працях українських дослідників встановлено, що одним із значущих предикторів цього стану є інтолерантність до невизначеності. Особи, які відчують труднощі у сприйнятті невизначених або непередбачуваних ситуацій, частіше демонструють підвищений рівень соціальної тривожності, що проявляється у страху соціальної оцінки, сумнівах у власній компетентності та прагненні уникати міжособистісної взаємодії [9].

Результати досліджень Т. Пономаренко та Ю. Сидоренко також свідчать про те, що підвищений рівень соціальної тривожності може негативно впливати на різні аспекти життєдіяльності студентів. Науковцями виявлений її зв'язок зі

зниженням академічної мотивації, труднощами у встановленні соціальних контактів та погіршенням загального психологічного благополуччя. Тривале переживання тривоги у ситуаціях соціальної взаємодії може спричиняти відчуття самотності, емоційне виснаження та підвищений рівень психологічного дистресу [18].

Крім цього, І. Стрілецька відзначає наявність взаємозв'язку між рівнем соціальної тривожності та розвитком соціального інтелекту і комунікативних здібностей студентів. Так, підвищена тривожність може ускладнювати процес адекватного сприйняття соціальних сигналів, знижувати здатність до ефективної взаємодії у групі та перешкоджати формуванню конструктивних міжособистісних взаємин. У результаті це може негативно позначатися на соціальній активності здобувачів вищої освіти та ускладнювати їхню адаптацію до освітнього середовища [20].

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

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

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

міжособистісних взаємин через інтеграцію когнітивно-поведінкового, етологічного та інтерперсонального підходів.

Першим базовим рівнем нашої моделі виступає динаміка прив'язаності особистості, що найбільш ґрунтовно досліджена та осмислена в концепції «внутрішніх робочих моделей» британського психіатра та психоаналітика Дж. Боулбі [27]. Спираючись на положення науковця ми визначаємо, що студенти з високим рівнем тривожної прив'язаності мають негативну Я-концепцію, що робить їх надчутливими до відторгнення з боку іншої людини. Натомість прив'язаність за типом уникнення, навпаки, базується на негативній моделі «Іншого», що спонукає до емоційної дистанції як засобу самозахисту. Ці типи є первинними детермінантами, які створюють вразливість до виникнення соціальних страхів. В умовах воєнного стану руйнація звичних соціальних опор загострює ці небезпечні типи прив'язаності, перетворюючи їх на стабільний фундамент для соціальної дезадаптації.

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

- 1) когнітивний, що є центральною ланкою моделі та знаходить своє вираження через страх оцінки. У цьому випадку студенти з тривожним типом прив'язаності фокусуються на очікуванні критики з боку близької людини;
- 2) поведінковий, який проявляється через механізми уникнення, що блокує можливість отримання нового позитивного соціального досвіду;
- 3) фізіологічний, виявом якого стає соматизація тривоги (дискомфорт, тремор), яка виникає як реакція на соціальний виклик. У моделі SPIN цей компонент виступає своєрідним медіатором, що «перекладає» внутрішню незахищеність (прив'язаність) у видимі труднощі в спілкуванні [28] [29].

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

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

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

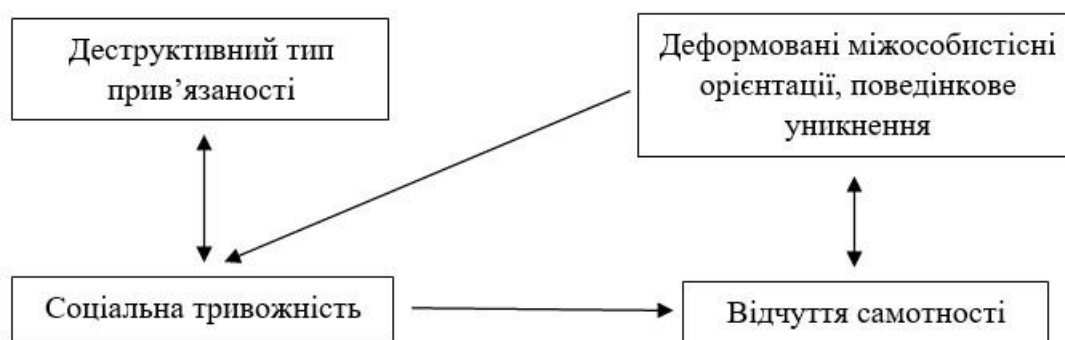


Рис. 1.1. Структурно-функціональна схема впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді.

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

Висновки до першого розділу

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

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

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

РОЗДІЛ 2. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

2.1. Методологія та дизайн емпіричного дослідження особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді

У результаті теоретичного аналізу предмету дослідження нами виокремлено діагностичні критерії, до яких ми віднесли соціальну тривожність, суб'єктивне відчуття самотності, деструктивні типи прив'язаності та характер міжособистісних стосунків. Згідно цього нами сформований психодіагностичний інструментарій, до якого увійшли:

- питальник SPIN (Social Phobia Inventory) [23] [28] [29];
- шкала самотності UCLA (UCLA Loneliness Scale) [5] [24];
- питальник ECR-R (Experiences in Close Relationships – Revised) [21] [30];
- методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі [8] [16].

Опитування проводилося в онлайн форматі за допомогою Google-форм. Участь в емпіричному дослідженні взяли 64 здобувачі вищої освіти 1-4 курсів ОС бакалавра спеціальності С4 / 053 Психологія Донецького національного університету імені Василя Стуса.

Розглянемо діагностичний потенціал кожної із зазначених нами методик більш детально.

Базовим для нашого дослідження став *питальник SPIN (Social Phobia Inventory)*. Це стандартизований психодіагностичний інструмент, розроблений М. Лібовіцом та його колегами у 2000 році для оцінки рівня соціальної тривожності (соціофобії). Вибір цієї методики як основного інструменту вимірювання соціальної тривожності зумовлений її здатністю диференціювати феномен на три складники: фізіологічний (соматичні реакції), когнітивний

(страх оцінки) та поведінковий (уникання). Це дозволяє не лише констатувати рівень соціальної тривожності, а й виявити провідний механізм її підтримання у студентів, що є критичним для розуміння деформації їхніх міжособистісних стосунків.

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

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

Питальник SPIN широко використовують у клінічній практиці, психодіагностиці та наукових дослідженнях для оцінки динаміки стану пацієнтів у процесі психотерапії чи фармакологічного лікування. Його перевагою є простота застосування, коротка тривалість заповнення (приблизно 5–10 хвилин) і можливість використання як у клінічних, так і у не клінічних вибірках (студенти, підлітки, юнаки) [28][29].

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

Основною метою методики є оцінка індивідуального сприйняття недостатності соціальних контактів, невідповідності між бажаними та реальними міжособистісними взаєминами, а також визначення рівня емоційної ізоляції. Початкова версія шкали містила 20 тверджень, які описують різні аспекти соціальної взаємодії, емоційного залучення та почуття відокремленості.

Респондент оцінює, як часто він / вона відчуває кожен стан, за чотирибальною шкалою Лайкерта, де 1 – це «ніколи», 2 – «рідко», 3 – «іноді», 4 – «часто».

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

- низький рівень самотності – від 20 до 34 балів;
- середній рівень – від 35 до 49 балів;
- високий рівень – від 50 і більше балів [5].

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

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

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

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

За інструкцією респондентові необхідно оцінити кожне твердження за 7-бальною шкалою, де 1 означає «зовсім не згоден(-а)», а 7 – «повністю згоден(-а)». На основі отриманих результатів визначають домінування одного або обох

вимірів, що дозволяє класифікувати типи прив'язаності за чотирма основними стилями:

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

Тест широко використовують у дослідженнях романтичних стосунків, міжособистісної довіри, соціальної тривожності, емоційної регуляції та самооцінки [30].

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

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

- домінування – підпорядкування;
- дружність – ворожість.

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

- авторитарно-домінантний;
- егоїстично-агресивний;
- агресивно-конкурентний;
- підозріло-скептичний;
- покійно-залежний;
- залежно-слухняний;

- співробітницький-дружній;
- альтруїстично-відповідальний.

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

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

Питальник Т. Лірі широко використовують у психологічному консультуванні, психотерапії, дослідженні міжособистісних стосунків, професійному доборі та вивченні соціально-психологічного клімату в колективі. Завдяки простоті застосування та інформативності ця методика є одним із найпоширеніших інструментів у вивченні міжособистісних стосунків осіб юнацького віку [8].

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

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді

Психодіагностичний етап дослідження особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді проведений нами протягом жовтня 2025 року. Отримані показники респондентів представлені у зведеній таблиці даних (додаток А), а математично статистична обробка результатів передбачала здійснення таких етапів:

- 1) аналіз показників за усіма діагностичними шкалами методик за допомогою методів описової статистики;
- 2) перевірка нормальності розподілу значень у вибірці, за результатами якої відбувався підбір методів для подальшого аналізу даних;
- 3) кореляційний аналіз між діагностованими показниками;
- 4) порівняння груп респондентів із різним рівнем прояву соціальної тривожності.

Розглянемо результати за кожною психодіагностичною методикою більш детально.

Так, аналіз показників студентів-психологів за питальником SPIN демонструє тенденцію до низького рівня прояву соціальної тривожності (середнє арифметичне за шкалою становить 18,87). Проте у відсотковому співвідношенні діагностичних даних помірний рівень прояву СТ мають 34 % опитаних, а високий – 10 % (таблиця 2.1).

Таблиця 2.1 – Відсоткове співвідношення за рівнями прояву СТ у вибірці студентів-психологів

Рівень соціальної тривожності	% респондентів
Низький рівень	56 %
Помірний рівень	34 %
Високий рівень	10 %

Високий відсоток за мінімальним рівнем вираження СТ свідчить про низьку вираженість симптомів, пов'язаних зі страхом соціальних ситуацій та уникнення контактів. Частково можемо це пояснити специфікою спеціальності, за якою навчаються наші респонденти, оскільки майбутні психологи повинні володіти високим рівнем комунікативної компетентності та здатністю до встановлення соціальних контактів. Проте, значна частина респондентів виявила підвищений рівень СТ, що вимагає нашої уваги.

Студенти з високим рівнем прояву СТ демонструють найвищу вираженість симптомів. Ймовірно, ці особи відчувають інтенсивний страх перед ситуаціями, у яких вони можуть бути оцінені іншими людьми. У їхньому профілі, згідно з діагностичними показниками SPIN, переважають страх перед негативною оцінкою, виражена схильність до уникання соціальних контактів, а також часті фізіологічні прояви тривоги (наприклад, тремтіння або пітливість).

Респонденти з помірною СТ відчувають значний дискомфорт у соціальних ситуаціях, що включає страх публічних виступів, знайомств чи спілкування з незнайомими, хоча ці прояви менш інтенсивні, ніж у групі з високою СТ.

За результатами застосування шкали суб'єктивного відчуття самотності UCLA нами встановлена тенденція до середнього рівня переживання діагностованого стану у вибірці респондентів (середнє арифметичне = 37,03). У відсотковому співвідношенні високий показник самотності мають 13 % студентів, середній – 38 %, а низький – 49 % (таблиця 2.2).

Таблиця 2.2 – Відсоткове співвідношення за рівнями прояву самотності у вибірці студентів-психологів

Рівень суб'єктивного відчуття самотності	% респондентів
Низький рівень	49 %
Середній рівень	38 %
Високий рівень	13 %

Отримані показники свідчать про гетерогенний розподіл суб'єктивного відчуття самотності у досліджуваній вибірці. Група з мінімальним або

відсутнім почуттям самотності демонструє низьку вираженість відчуття соціальної ізоляції. Це вказує на задовільний рівень соціальної інтеграції та сприйняття своїх міжособистісних зв'язків як достатніх і підтримуючих. Натомість група студентів з високим почуттям самотності ймовірно відчуває значний дискомфорт, пов'язаний із соціальною ізоляцією або незадоволеністю якістю своїх соціальних контактів, що може мати негативний вплив на їхній психоемоційний стан.

У групі здобувачів із помірним рівнем суб'єктивного відчуття самотності можемо говорити про наявність відчуття соціальної ізоляції, яке має у них латентний характер і може активізуватися в стресових або перехідних соціальних ситуаціях.

Застосування шкали UCLA дало змогу визначити, що хоча для багатьох респондентів характерними є низькі значення за діагностованою ознакою, половина з них демонструє середній та високі рівні суб'єктивного відчуття самотності, а з нею соціальної ізоляції, що вимагає уваги та, можливо, впровадження заходів соціальної підтримки в освітньому середовищі ЗВО.

У результаті діагностики за методикою ECR-R нами встановлено, що 25 %, 22 % та 9 % респондентів притаманні деструктивні типи прив'язаності, проте 44 % майбутніх психологів мають безпечний тип (таблиця 2.3).

Таблиця 2.3 – Відсоткове співвідношення результатів респондентів за типами прив'язаності

Тип прив'язаності	% респондентів
Безпечний тип	44 %
Тип уникнення	25 %
Тривожний тип	22 %
Тривожно-унікальний тип (дезорганізований / амбівалентний)	9 %

Такі дані демонструють, що домінантним типом прив'язаності у нашій вибірці є безпечний. Особи з таким типом мають низькі показники за шкалами

тривожності та уникання. Вони, як правило, не мають проблем з емоційною близькістю та довірою у стосунках.

Проте, значна частина вибірки (56 %) має схильність до небезпечних (деструктивних) типів прив'язаності. Зокрема студенти-психологи з типом прив'язаності уникнення (25 %) віддають перевагу встановлювати дистанцію у міжособистісних стосунках. Такі люди мають труднощі ділитися своїми почуттями, бути відвертими та не можуть дозволити собі залежати від інших.

Майбутні психологи з тривожним типом прив'язаності (22 %) можуть хвилюватися, що їх недостатньо люблять або, що партнер з міжособистісної взаємодії може їх покинути. Респонденти з тривожно-унікальним типом (9%) демонструють високі показники за обома вимірами ECR-R – тривожінстю та униканням, що свідчить про деструктивні шаблони поведінки та автоматичні реакції у встановлені близькості.

Дослідження типів прив'язаності дає підстави стверджувати, що небезпечні типи прив'язаності є поширеними серед студентів-психологів, охоплюючи більше половини вибірки. Усвідомлення свого типу прив'язаності може стати цінним інструментом для саморефлексії, розуміння причин конфліктів у міжособистісних стосунках та роботи над більш конструктивними паттернами поведінки, зокрема у співпраці з психотерапевтом.

Використання методики діагностики міжособистісних взаємин Т. Лірі дозволило нам встановити домінантні типи ставлення до людей серед респондентів. Відсоткове співвідношення показників за 8 шкалами питальника представлено у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4 – Відсоткове співвідношення показників за методикою діагностики міжособистісних взаємин Т. Лірі

Тип міжособистісних відносин (орієнтація)	% респондентів
1. Авторитарно-домінантний	9 %
2. Егоїстично-агресивний	6 %
3. Агресивно-конкурентний	3 %

4. Підозріло-скептичний	13 %
5. Покірно-залежний	19 %
6. Залежно-слухняний	16 %
7. Співробітницький-дружній	25 %
8. Альтруїстично-відповідальний	9 %

Співробітницький-дружній тип виявився найбільш вираженим у вибірці (25 %), що свідчить про переважання конструктивних, соціально схвалюваних орієнтацій у спілкуванні серед чверті студентів. Така орієнтація часто асоціюється з високим рівнем адаптованості поведінки.

Залежно-підлеглі орієнтації (5 та 6 типи) характерні для значної кількості респондентів (35 %). Це може вказувати на деякі труднощі у прояві самостійності, а також на високу потребу у зовнішній підтримці та допомозі у прийнятті рішень.

Неадаптивні та конфліктні орієнтації (1, 2, 3 та 4 типи) сумарно виявили близько третини студентів (31 %), що може ускладнювати їхній міжособистісні стосунки. Згідно з методикою Т. Лірі, висока вираженість цих типів може асоціюватися зі значною неадаптивністю поведінки. Наприклад, вираженість егоїстично-агресивного або підозріло-скептичного типу може свідчити про потенційну дисгармонію у сфері прийняття рішень або ризи розвитку невротичних порушень.

Аналіз результатів методики діагностики міжособистісних взаємин Т. Лірі виявив, що хоча найбільш поширеною є адаптивна орієнтація (співробітницько-дружній тип), суттєва частка вибірки (понад 60 %) схильна до небезпечних або залежних типів міжособистісних стосунків. Оцінка рівня адаптивності поведінки у цих студентів, особливо у тих, хто демонструє високі бали за агресивними та скептичними орієнтаціями, є критичною для запобігання невротичним порушенням та дисфункції у соціальній взаємодії.

З метою коректного підбору математично-статистичних методів обробки даних нами здійснена перевірка на нормальність розподілу значень за критеріями Колмогорова-Смирнова та Шапіро-Уїлке (додаток Б). Це дало нам

змогу визначити, що нормальним ми можемо вважати розподіл значень лише за 3 діагностичними шкалами, а саме *виміром тривожності* питальника ECR-R та *залежно-слухняною* (№6) і *співробітницько-дружньою* (№7) орієнтаціями методики Т. Лірі. Згідно цього для подальшої обробки даних ми використовували непараметричні критерії математичної статистики.

Для визначення взаємозв'язків між діагностованими показниками ми провели кореляційний аналіз за критерієм Спірмана (додаток В), що дало нам змогу виявити такі основні тенденції:

- шкала соціальної тривожності SPIN має позитивну кореляцію з шкалою суб'єктивного відчуття самотності UCLA ($0,640^{**1}$) та авторитарно-домінантною орієнтацією за Т. Лірі ($0,555^{**}$), а також негативну (обернену) кореляцію з егоїстично-агресивною ($-0,281^{*2}$) та агресивно-конкурентною ($-0,298^{*}$) орієнтаціями;
- шкала суб'єктивного відчуття самотності UCLA обернено корелює з авторитарно-домінантною ($-0,513^{**}$), егоїстично-агресивною ($-0,284^{*}$) та підозріло-скептичною ($-0,268^{*}$) орієнтаціями і має пряму кореляцію з підозріло-скептичною ($0,380^{**}$) і покiрно-залежною орієнтаціями ($0,437^{**}$), а також з виміром уникання за ECR-R ($0,300^{*}$);
- вимір тривожності за ECR-R прямо корелює з підозріло-скептичною орієнтацією за Т. Лірі ($0,261^{*}$);

Узагальнення результатів кореляційного аналізу дозволяє окреслити основні взаємозв'язки між діагностованими показниками. По-перше, рівень соціальної тривожності демонструє виражений позитивний зв'язок із суб'єктивним відчуттям самотності, що свідчить про посилення переживання соціальної ізоляції зі зростанням тривожності у міжособистісних ситуаціях. Водночас СТ прямо пов'язана з авторитарно-домінантною орієнтацією у взаємодії, що може інтерпретуватися як наявність

¹ Позначка «**» у програмі SPSS свідчить про значущість кореляції на рівні 0,01.

² Позначка «*» у програмі SPSS свідчить про значущість кореляції на рівні 0,05.

компенсаторних тенденцій до контролю. Негативні кореляції з егоїстично-агресивною та агресивно-конкурентною орієнтаціями вказують на знижену схильність соціально тривожних осіб до відкритих форм агресії та суперництва.

По-друге, суб'єктивне відчуття самотності обернено пов'язане з домінантними та агресивними формами міжособистісної поведінки, що свідчить про зниження активності та впливовості у соціальній взаємодії. При цьому самотність прямо корелює з підозріло-скептичною та покірною-залежною орієнтаціями, а також показником уникання за типом прив'язаності. Це відображає поєднання соціальної ізоляції з недовірою до інших та водночас підвищеною потребою у підтримці й близькості.

По-третє, параметри прив'язаності виявляють обмежену кількість значущих зв'язків. Принципово важливим є те, що між показниками соціальної тривожності та параметрами прив'язаності не виявлено статистично значущих кореляцій. Це дає підстави розглядати соціальну тривожність у межах досліджуваної вибірки як відносно автономний психологічний феномен. Зокрема, її прояви більше пов'язані з актуальними характеристиками міжособистісної взаємодії та суб'єктивним переживанням самотності, ніж із базовими моделями прив'язаності. У такому випадку можемо стверджувати, що СТ і типи прив'язаності функціонують як відносно незалежні системи, взаємозв'язок між якими може мати опосередкований характер.

З огляду на виявлені кореляційні зв'язки вважаємо за доцільним здійснити аналіз відмінностей між групами респондентів з різним рівнем СТ з використанням Н-критерію Краскела-Уолліса (додаток Г). Так, проведений порівняльний аналіз дав змогу визначити, що існує статистично значуща різниця у показниках суб'єктивного відчуття самотності (р-значення= 0,000), авторитарно-домінантної (р-значення=0,000), егоїстично-агресивної (р-значення=0,044), агресивно-конкурентної (р-значення=0,015) та покірною-залежної (р-значення=0,019) орієнтацій. Це узгоджується з результатами кореляційного аналізу та вказує на системний зв'язок між переважанням ізолюваності та труднощами у соціальній взаємодії.

Виявлені відмінності за авторитарно-домінантною орієнтацією свідчать про зміну стилю міжособистісної взаємодії залежно від рівня СТ, зокрема про можливе посилення компенсаторних тенденцій до контролю у більш тривожних осіб. Різниця за егоїстично-агресивною та агресивно-конкурентною орієнтаціями вказує на те, що рівень СТ пов'язаний зі зниженням або трансформацією відкритих форм агресії та суперництва. Це може проявлятися у більш стриманих або непрямих проявах поведінки в осіб із підвищеною тривожністю.

Крім цього, значущі відмінності за покійно-залежною орієнтацією свідчать про те, що зі зростанням СТ підвищується схильність до залежної поведінки, потреби у підтримці та уникання самостійного прийняття рішень у ситуаціях міжособистісної взаємодії.

Отже, отримані результати підтверджують, що соціальна тривожність виступає важливим чинником, який диференціює як емоційні переживання (самотність), так і особливості міжособистісної взаємодії, зумовлюючи специфічні поведінкові паттерни у групах із різним рівнем її вираженості.

2.3. Психологічні рекомендації щодо психокорекційної та профілактичної роботи з подолання соціальної тривожності у студентської молоді

Аналіз результатів емпіричного дослідження дозволяє обґрунтувати необхідність розробки системи психокорекційних та профілактичних заходів, спрямованих на зниження рівня соціальної тривожності у студентської молоді. Виявлені зв'язки між СТ, суб'єктивним відчуттям самотності та особливостями міжособистісної взаємодії свідчать про комплексний характер цього феномену, що вимагає багатовимірного підходу до психологічного впливу.

Насамперед доцільно зосередити увагу на зниженні рівня суб'єктивного відчуття самотності як одного з ключових чинників, пов'язаних із соціальною тривожністю. У цьому контексті ефективними є заходи, спрямовані на

розширення соціальної залученості студентів, формування підтримуючого освітнього середовища, а також розвиток навичок встановлення та підтримки міжособистісних контактів. Зокрема, доцільним є впровадження групових форм роботи (тренінгів, психоосвітніх занять, груп підтримки), які створюють умови для безпечної соціальної взаємодії та поступового зниження страху оцінювання.

Враховуючи виявлені особливості міжособистісних орієнтацій, важливим напрямом психокорекційної роботи є оптимізація стилів міжособистісної взаємодії. Для студентів із підвищеним рівнем СТ характерним є поєднання тенденцій до залежності, підозрливості та компенсаторної домінантності. У зв'язку з цим доцільно спрямувати корекційну роботу на розвиток асертивності, формування адекватної самооцінки, зниження міжособистісної напруги та недовіри. Ефективними можуть бути тренінги соціальних навичок, рольові ігри, вправи на розвиток емпатії та конструктивної комунікації [4].

Окремої уваги потребує робота зі страхом негативної оцінки та униканням соціальних ситуацій, які є ключовими компонентами СТ. У цьому випадку доцільно застосовувати методи когнітивно-поведінкової терапії, зокрема техніки когнітивної реструктуризації, експозиції до соціальних ситуацій, а також навчання навичкам саморегуляції емоційного стану [6]. Такі підходи сприяють поступовому зниженню тривожності та формуванню більш адаптивних поведінкових стратегій.

Зважаючи на відсутність прямих зв'язків між СТ та типами прив'язаності, психокорекційна робота може бути орієнтована переважно на актуальні міжособистісні труднощі, а не на глибинні емоційні паттерни. У той самий час важливим є розвиток рефлексивних здібностей студентів щодо власних моделей взаємодії, що може опосередковано сприяти гармонізації міжособистісних стосунків.

Профілактична робота має бути спрямована на раннє виявлення здобувачів із підвищеним рівнем соціальної тривожності та створення умов для їх психологічної підтримки. Доречним є впровадження програм розвитку

емоційної компетентності, стресостійкості та комунікативних навичок у межах освітнього процесу. Важливу роль відіграє також формування толерантного та психологічно безпечного освітнього середовища, яке знижує ризик соціального відторгнення та підсилює відчуття приналежності до групи [4].

Отже, система психокорекційної та профілактичної роботи повинна мати комплексний характер і включати, як індивідуальні, так і групові форми впливу, які були б спрямовані на зниження рівня соціальної тривожності, оптимізацію міжособистісної взаємодії та підвищення рівня соціально-психологічної адаптації студентської молоді.

Висновки до другого розділу

У результаті реалізованого емпіричного дослідження особливостей впливу соціальної тривожності на міжособистісні стосунки студентської молоді нами встановлено, що в цілому для вибірки характерний переважно низький рівень соціальної тривожності, однак значна частина респондентів демонструє помірні та високі прояви цієї ознаки, що вказує на актуальність досліджуваної проблеми. Також виявлені гетерогенність показників суб'єктивного відчуття самотності та значна поширеність небезпечних типів прив'язаності серед студентів-психологів, що може ускладнювати їхню соціальну адаптацію та міжособистісну взаємодію.

Результати кореляційного аналізу засвідчують наявність тісного зв'язку між соціальною тривожністю та суб'єктивним відчуттям самотності, а також особливостями міжособистісних орієнтацій. Зокрема, підвищення рівня СТ супроводжується зростанням переживання соціальної ізоляції, посиленням авторитарно-домінантних тенденцій та зниженням відкритих форм агресії й конкуренції. Однак зауважимо, що значущих зв'язків між СТ та параметрами прив'язаності не було виявлено. Це дозволяє нам розглядати соціальну тривожність як відносно автономний психологічний феномен, більш

пов'язаний з актуальними міжособистісними процесами, ніж із базовими моделями.

Здійснений нами порівняльний аналіз підтвердив, що СТ виступає чинником, який диференціює рівень самотності та стилі міжособистісної взаємодії. На основі отриманих результатів ми здійснили спробу обґрунтувати можливу систему психокорекційних і профілактичних заходів, які були б спрямовані на зниження рівня соціальної тривожності, розвиток комунікативних навичок, оптимізацію міжособистісних взаємин і підвищення рівня соціально-психологічної адаптації студентської молоді.

Отже, поставлені завдання дослідження можемо вважати виконаними, а отримані результати можуть бути використані у практиці психологічного супроводу здобувачів вищої освіти.

ВИСНОВКИ

У представленій науковій розвідці нами здійснено теоретичний аналіз та емпіричне дослідження соціальної тривожності як чинника, що впливає на особливості міжособистісної взаємодії студентської молоді. У процесі реалізації поставлених завдань було уточнено сутність соціальної тривожності, її структуру та основні психологічні прояви, а також проаналізовано взаємозв'язок із такими феноменами, як суб'єктивне відчуття самотності, типи міжособистісних орієнтацій та параметри прив'язаності. Теоретичний аналіз проблематики засвідчив, що центральне досліджуване явище є складним багатовимірним утворенням, яке проявляється у страху негативної оцінки, униканні соціальних ситуацій та зниженні ефективності комунікації.

Емпіричне дослідження дозволило нам встановити, що соціальна тривожність має тісний зв'язок із суб'єктивним відчуттям самотності та особливостями міжособистісної поведінки. Зокрема, підвищення рівня соціальної тривожності супроводжується зростанням переживання соціальної ізольованості, зниженням відкритих форм агресії та конкуренції, а також поєднується з суперечливими тенденціями у міжособистісній взаємодії, зокрема із домінантністю та залежністю. Водночас відсутність значущих зв'язків між соціальною тривожністю та типами прив'язаності свідчить про її відносну автономність від глибинних емоційних моделей і більшу залежність від актуальних соціально-психологічних умов. Порівняльний аналіз підтвердив, що рівень соціальної тривожності виступає диференціюючим чинником щодо переживання самотності та стилів взаємодії.

Додатково відзначимо, що виявлена структура зв'язків свідчить про наявність специфічного компенсаторного механізму у студентів із підвищеним рівнем соціальної тривожності, який проявляється у поєднанні прагнення до соціального контакту та одночасного його уникнення. Така амбівалентність може розглядатися як один із ключових психологічних механізмів підтримання тривожного стану, що ускладнює адаптацію в навчальному середовищі. Це

підкреслює необхідність не лише ситуативного зниження тривожності, а й формування стабільних навичок конструктивної соціальної взаємодії.

На основі отриманих результаті нами була обґрунтована система психокорекційних і психопрофілактичних рекомендацій, спрямованих на зниження соціальної тривожності, розвиток комунікативних навичок, підвищення соціальної залученості та оптимізацію міжособистісних взаємин студентів. Разом із тим слід врахувати обмеження нашого дослідження, зокрема те, що вибірка була представлена виключно здобувачами спеціальності С4 / 053 Психологія, що звужує можливості узагальнення результатів на всю студентську молодь. Це може вплинути на специфіку отриманих даних, оскільки респонденти мають вищий рівень психологічної обізнаності та рефлексії. Перспективи подальших досліджень полягають у розширенні вибірки за рахунок студентів різних спеціальностей, порівнянні міжкультурних особливостей соціальної тривожності, а також у вивченні ефективності конкретних психокорекційних програм і довготривалих інтервенцій, спрямованих на її подолання.

Отже, результати дослідження підтверджують багатофакторну природу соціальної тривожності та її значущу роль у формуванні як емоційного стану, так і міжособистісної поведінки студентської молоді. Отримані дані можуть бути використані в практиці психологічного супроводу здобувачів вищої освіти, розробці тренінгових програм та профілактичних заходів у закладах вищої освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Аврамчук О. Розлад соціальної тривожності: актуальність та перспективи. *Психосоматична медицина та загальна практика*, 2019. DOI: [10.26766/pmgp.v3i3.103](https://doi.org/10.26766/pmgp.v3i3.103) URL: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/103> (дата звернення: 24.02.2026)
2. Аврамчук О. Роль впливу соціального уникнення та дистанціювання на схильність до тривожних розладів у період пандемії Covid-19. *Психосоматична медицина та загальна практика*, 2021. № 6(4). DOI: [10.26766/pmgp.v6i4.338](https://doi.org/10.26766/pmgp.v6i4.338) URL: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/338> (дата звернення: 25.02.2026)
3. Амбаслямова Л. Тривожність особистості в умовах війни: теоретичний аналіз. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія. Випуск 72*. URL: <http://journals.hnpu.edu.ua/index.php/psychology/article/view/17122> (дата звернення: 27.02.2026)
4. Асєєва Ю., Возний Д., Волинчук Т. Психічне здоров'я молоді в умовах війни: результати психодіагностики та терапевтичних інтервенцій. *Ментальне здоров'я*, 2024. № 3. DOI: <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2024-3-4>
5. Бедан В.Б. Індивідуально-типологічні особливості схильності особистості до переживання самотності. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук – 19.00.01 – загальна психологія, історія психології (053 Психологія) – Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського», Одеса, 2018. (UCLA)
6. Бек А., Деніз Д. Девіс, Фріман А. Когнітивна психотерапія розладів особистості. Київ: Науковий світ, 2024. 560 с.
7. Власова О. І. Психологія емоційної сфери особистості. Одеса: Астропринт, 2019. 280 с.

8. Дослідження характерологічних тенденцій за методикою Т.Лірі. *Конотопський індустріально-педагогічний фаховий коледж СумДУ* [веб-сайт]. URL: <https://kipt.sumdu.edu.ua/uk/studentam/sotsialno-psykholohichna-sluzhba/item/2470-doslidzhennia-kharakterolohichnykh-tendentsii-za-metodykoiu-tliri> (дата звернення: 10.10.2025)
9. Завязкіна Н., Яценко В. Інтолерантність до невизначеності як чинник соціальної тривожності у студентської молоді. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*, 2021. №52. С. 39–60. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2021-52.39-60>
10. Казанжи М., Вторнікова Ю. Україномовна адаптація комплексу методик діагностики прив'язаності особистості. *Наука і освіта*, 2022. №4. С. 41–48. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2022-4-8>
11. Карабанова О. А. Психологічні особливості соціальної тривожності студентської молоді. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». 2020. №2. С. 45–51
12. Кірева В. Теоретичне осмислення соціальної тривожності як сучасної проблеми юнацького віку. *Актуальні проблеми реалізації адаптаційного потенціалу особистості в сучасних умовах життєдіяльності: матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції, 13–14 листопада 2025 р.* / за ред. проф. В. А. Оверчук. Вінниця: ДонНУ імені Василя Стуса, 2025. С. 302–306.
13. Лапіна Г. В. Психодіагностика та психологічна корекція особистості. Київ: Кондор, 2021. 368 с.
14. Ложкін Г. В., Пов'якель Н. І. Практична психологія: діагностика, корекція, консультування. Київ: Видавництво КНТ, 2017. 368 с.
15. Максимова Н. О. Психологічні особливості тривожності у підлітковому та юнацькому віці. Київ: Видавництво КНУ імені Т. Шевченка, 2018. 216 с.

- 16.Методика діагностики міжособистісних відносин. *Психологічні методики та тести. Автоматичний підрахунок* [веб-сайт]. URL: https://www.eztests.xyz/tests/social_leary/ (дата звернення: 10.10.2025)
- 17.Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: підручник. Київ: Академвидав, 2011. 544 с.
- 18.Пономаренко Т. І., Сидоренко Ю. В. Тривожність і депресія у студентів: виклики для освітнього середовища в умовах війни. *Ментальне здоров'я*, 2025. №2. С. 70-78. DOI <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2025-2.12>
- 19.Співак Л., Османова А. Психодіагностика в клінічній психології. Київ: Університет «Україна», 2023. 228 с.
- 20.Стрілецька І. І. Специфіка та характер взаємозв'язку тривожності та соціального інтелекту студентів різних спеціальностей. *Наука і освіта*, 2017. №1. С.21-28. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2017-1-4>
- 21.Тест на тип прив'язаності у стосунках (ECR-R). *PrismaTest* [веб-сайт]. URL: <https://prismatest.com/uk/tests/ecr-r> (дата звернення: 10.10.2025)
- 22.Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ: Либідь, 2016. 320 с.
- 23.Шкала оцінки соціальної фобії SPIN. *Український інститут когнітивно-поведінкової терапії* [веб-сайт]. URL: <https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2017/11/SPIN-%D0%A8%D0%9A%D0%90%D0%9B%D0%90-%D0%A1%D0%9E%D0%A6%D0%86%D0%90%D0%9B%D0%AC%D0%9D%D0%9E%D0%87-%D0%A4%D0%9E%D0%91%D0%86%D0%87.pdf> (дата звернення: 10.10.2025)
- 24.Шкала самотності UCLA. *Психологічні методики та тести. Автоматичний підрахунок* [веб-сайт]. URL: https://www.eztests.xyz/tests/loneliness_ucla/ (дата звернення: 10.10.2025)
- 25.Avramchuk O. (2023). Pathogenetic mechanisms of comorbid anxiety disorders in persons with social anxiety disorder: the role of dysfunction cognitive schemes. *Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv*.

- Psychology*, 2023. Vol. 2. No 18.
DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).2](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).2)
26. Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety Disorders and Phobias: A Cognitive Perspective*. New York: Basic Books. 368 p.
 27. Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. New-York: BASIC BOOKS.
 28. Clark, D. M., & Wells, A. A Cognitive Model of Social Phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier. (1995). *Social Phobia: Diagnosis, Assessment, and Treatment*. New York: Guilford Press,. P. 69–93.
 29. Connor, K. M., Davidson, J. R., Churchill, L. E., Sherwood, A., Foa, E., & Weisler, R. H. (2000). Psychometric properties of the Social Phobia Inventory (SPIN). New self-rating scale. *The British journal of psychiatry: the journal of mental science*, 176, 379–386. <https://doi.org/10.1192/bjp.176.4.379>
 30. Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350–365. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.350> (тип прив'язаності)
 31. Gray, J. A., & McNaughton, N. *The Neuropsychology of Anxiety: An Enquiry into the Functions of the Septo-hippocampal System*. Oxford: Oxford University Press, 2000. 440 p.
 32. Hofmann, S. G. Cognitive Factors that Maintain Social Anxiety Disorder: A Comprehensive Model and Its Treatment Implications. *Cognitive Behaviour Therapy*, 2007, 36(4), 193–209.
 33. Lazarus, R. S. *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press, 1991. 557 p.
 34. Leahy, R. L. *The Worry Cure: Seven Steps to Stop Worry from Stopping You*. New York: Harmony Books, 2005. 289 p.
 35. Liebowitz, M. R. (1987). Social Phobia. *Modern Problems of Pharmacopsychiatry*, 22, 141–173.

ДОДАТКИ

Додаток А

Зведена таблиця результатів емпіричного дослідження

№ респ.	SPIN	UCLA	ECR-R (Тр)	ECR-R (Ун)	Лірі-1	Лірі-2	Лірі-3	Лірі-4	Лірі-5	Лірі-6	Лірі-7	Лірі-8
1	44,00	43,00	1,00	3,70	8,00	9,00	8,00	2,00	2,00	3,00	6,00	4,00
2	29,00	37,00	2,72	2,17	3,00	4,00	4,00	3,00	11,00	11,00	10,00	12,00
3	36,00	33,00	3,22	1,75	9,00	4,00	6,00	7,00	11,00	10,00	12,00	15,00
4	5,00	31,00	2,94	1,72	14,00	10,00	8,00	4,00	4,00	7,00	9,00	10,00
5	0,00	40,00	4,00	2,50	11,00	8,00	9,00	9,00	14,00	13,00	15,00	11,00
6	1,00	31,00	5,56	2,67	12,00	5,00	9,00	9,00	5,00	10,00	7,00	12,00
7	7,00	36,00	1,50	1,39	9,00	7,00	2,00	1,00	6,00	8,00	13,00	12,00
8	6,00	31,00	3,22	2,33	12,00	8,00	6,00	5,00	10,00	6,00	7,00	9,00
9	21,00	38,00	1,89	1,17	9,00	6,00	10,00	8,00	9,00	5,00	9,00	11,00
10	9,00	26,00	1,94	2,11	6,00	10,00	7,00	4,00	5,00	10,00	12,00	9,00
11	22,00	60,00	3,94	3,72	7,00	6,00	5,00	13,00	6,00	5,00	7,00	5,00
12	34,00	42,00	3,83	3,22	4,00	4,00	4,00	4,00	11,00	11,00	12,00	11,00
13	9,00	32,00	3,28	1,83	12,00	3,00	10,00	6,00	4,00	11,00	7,00	10,00
14	53,00	49,00	3,56	3,22	5,00	5,00	7,00	10,00	5,00	6,00	5,00	5,00
15	32,00	36,00	2,00	2,00	13,00	10,00	10,00	7,00	13,00	11,00	13,00	12,00
16	24,00	30,00	3,50	3,00	9,00	8,00	7,00	5,00	9,00	8,00	10,00	10,00
17	34,00	50,00	5,22	1,72	4,00	7,00	5,00	12,00	13,00	9,00	10,00	9,00
18	5,00	24,00	1,89	1,22	7,00	5,00	6,00	0,00	5,00	7,00	11,00	11,00
19	15,00	33,00	3,28	2,72	11,00	8,00	10,00	13,00	11,00	8,00	9,00	11,00
20	9,00	35,00	3,22	3,06	13,00	7,00	8,00	6,00	14,00	11,00	13,00	12,00
21	24,00	53,00	3,67	4,28	3,00	2,00	5,00	3,00	12,00	14,00	11,00	12,00
22	7,00	24,00	2,39	1,22	12,00	9,00	8,00	6,00	10,00	6,00	9,00	11,00
23	45,00	47,00	3,22	2,06	4,00	2,00	2,00	5,00	15,00	15,00	13,00	13,00
24	11,00	43,00	2,50	3,28	8,00	8,00	8,00	5,00	11,00	9,00	11,00	10,00
25	17,00	32,00	4,06	2,72	10,00	6,00	9,00	5,00	10,00	6,00	8,00	11,00
26	11,00	27,00	2,78	1,28	13,00	7,00	9,00	5,00	10,00	6,00	11,00	11,00
27	9,00	27,00	1,39	1,33	9,00	8,00	8,00	0,00	1,00	3,00	9,00	6,00
28	6,00	28,00	1,50	1,56	12,00	8,00	8,00	5,00	11,00	9,00	11,00	10,00

29	28,00	52,00	4,78	3,72	9,00	11,00	13,00	11,00	12,00	10,00	14,00	10,00
30	7,00	29,00	2,06	1,61	8,00	7,00	10,00	7,00	8,00	7,00	10,00	10,00
31	19,00	38,00	3,39	4,67	10,00	8,00	8,00	8,00	11,00	10,00	12,00	10,00
32	25,00	48,00	1,00	3,70	4,00	3,00	5,00	8,00	11,00	12,00	11,00	13,00
33	44,00	43,00	2,72	2,17	8,00	9,00	8,00	2,00	2,00	3,00	6,00	4,00
34	29,00	37,00	3,22	1,75	3,00	4,00	4,00	3,00	11,00	11,00	10,00	12,00
35	36,00	33,00	2,94	1,72	9,00	4,00	6,00	7,00	11,00	10,00	12,00	15,00
36	5,00	31,00	4,00	2,50	14,00	10,00	8,00	4,00	4,00	7,00	9,00	10,00
37	0,00	40,00	5,56	2,67	11,00	8,00	9,00	9,00	14,00	13,00	15,00	11,00
38	1,00	31,00	1,50	1,39	12,00	5,00	9,00	9,00	5,00	10,00	7,00	12,00
39	7,00	36,00	3,22	2,33	9,00	7,00	2,00	1,00	6,00	8,00	13,00	12,00
40	6,00	31,00	1,89	1,17	12,00	8,00	6,00	5,00	10,00	6,00	7,00	9,00
41	21,00	38,00	1,94	2,11	9,00	6,00	10,00	8,00	9,00	5,00	9,00	11,00
42	9,00	26,00	3,94	3,72	6,00	10,00	7,00	4,00	5,00	10,00	12,00	9,00
43	22,00	60,00	3,83	3,22	7,00	6,00	5,00	13,00	6,00	5,00	7,00	5,00
44	34,00	42,00	3,28	1,83	4,00	4,00	4,00	4,00	11,00	11,00	12,00	11,00
45	9,00	32,00	3,56	3,22	12,00	3,00	10,00	6,00	4,00	11,00	7,00	10,00
46	53,00	49,00	2,00	2,00	5,00	5,00	7,00	10,00	5,00	6,00	5,00	5,00
47	32,00	36,00	3,50	3,00	13,00	10,00	10,00	7,00	13,00	11,00	13,00	12,00
48	24,00	30,00	5,22	1,72	9,00	8,00	7,00	5,00	9,00	8,00	10,00	10,00
49	34,00	50,00	1,89	1,22	4,00	7,00	5,00	12,00	13,00	9,00	10,00	9,00
50	5,00	24,00	3,28	2,72	7,00	5,00	6,00	0,00	5,00	7,00	11,00	11,00
51	15,00	33,00	3,22	3,06	11,00	8,00	10,00	13,00	11,00	8,00	9,00	11,00
52	9,00	35,00	3,67	4,28	13,00	7,00	8,00	6,00	14,00	11,00	13,00	12,00
53	24,00	53,00	2,39	1,22	3,00	2,00	5,00	3,00	12,00	14,00	11,00	12,00
54	7,00	24,00	3,22	2,06	12,00	9,00	8,00	6,00	10,00	6,00	9,00	11,00
55	45,00	47,00	2,50	3,28	4,00	2,00	2,00	5,00	15,00	15,00	13,00	13,00
56	11,00	43,00	4,06	2,72	8,00	8,00	8,00	5,00	11,00	9,00	11,00	10,00
57	17,00	32,00	2,78	1,28	10,00	6,00	9,00	5,00	10,00	6,00	8,00	11,00
58	11,00	27,00	1,39	1,33	13,00	7,00	9,00	5,00	10,00	6,00	11,00	11,00

59	9,00	27,00	1,50	1,56	9,00	8,00	8,00	0,00	1,00	3,00	9,00	6,00
60	6,00	28,00	4,78	3,72	12,00	8,00	8,00	5,00	11,00	9,00	11,00	10,00
61	28,00	52,00	2,06	1,61	9,00	11,00	13,00	11,00	12,00	10,00	14,00	10,00
62	7,00	29,00	3,39	4,67	8,00	7,00	10,00	7,00	8,00	7,00	10,00	10,00
63	19,00	38,00	3,39	4,67	10,00	8,00	8,00	8,00	11,00	10,00	12,00	10,00
64	25,00	48,00	4,17	3,72	4,00	3,00	5,00	8,00	11,00	12,00	11,00	13,00

Додаток Б

**Результати перевірки на нормальність розподілу значень за критеріями
Колмогорова-Смирнова та Шапіро-Уїлке**

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
SPIN	,184	64	,000	,918	64	,000
UCLA	,137	64	,004	,939	64	,003
Лірі_1	,124	64	,015	,931	64	,002
Лірі_2	,151	64	,001	,950	64	,012
Лірі_3	,173	64	,000	,951	64	,013
Лірі_4	,131	64	,008	,961	64	,040
Лірі_5	,195	64	,000	,926	64	,001
Лірі_6	,114	64	,038	,970	64	,116
Лірі_7	,127	64	,012	,967	64	,088
Лірі_8	,239	64	,000	,868	64	,000
ECR_R_тр	,128	64	,011	,968	64	,093
ECR_R_ун	,119	64	,024	,931	64	,002

a. Lilliefors Significance Correction

Додаток В

Результати кореляційного аналізу за критерієм Спірмана

		Correlations					
			SPIN	UCLA	Лірі 1	Лірі 2	Лірі 3
Spearman's rho	SPIN	Correlation Coefficient	1,000	,640**	-,555**	-,281*	-,298*
		Sig. (2-tailed)	.	,000	,000	,025	,017
		N	64	64	64	64	64
	UCLA	Correlation Coefficient	,640**	1,000	-,513**	-,284*	-,268*
		Sig. (2-tailed)	,000	.	,000	,023	,032
		N	64	64	64	64	64
	Лірі_1	Correlation Coefficient	-,555**	-,513**	1,000	,484**	,633**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000	.	,000	,000
		N	64	64	64	64	64
	Лірі_2	Correlation Coefficient	-,281*	-,284*	,484**	1,000	,449**
		Sig. (2-tailed)	,025	,023	,000	.	,000
		N	64	64	64	64	64
	Лірі_3	Correlation Coefficient	-,298*	-,268*	,633**	,449**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,017	,032	,000	,000	.
		N	64	64	64	64	64
	Лірі_4	Correlation Coefficient	,157	,380**	,134	,018	,372**
		Sig. (2-tailed)	,215	,002	,289	,889	,002
		N	64	64	64	64	64
	Лірі_5	Correlation Coefficient	,297*	,437**	-,087	-,092	-,098
		Sig. (2-tailed)	,017	,000	,496	,469	,440
		N	64	64	64	64	64
	Лірі_6	Correlation Coefficient	,149	,313*	-,185	-,332**	-,193
		Sig. (2-tailed)	,238	,012	,143	,007	,127
		N	64	64	64	64	64
	Лірі_7	Correlation Coefficient	,043	,123	-,047	,088	-,120
		Sig. (2-tailed)	,737	,333	,709	,491	,344
		N	64	64	64	64	64
	Лірі_8	Correlation Coefficient	,048	,025	,022	-,472**	-,149
		Sig. (2-tailed)	,706	,844	,865	,000	,240
		N	64	64	64	64	64
	ECR_R_тр	Correlation Coefficient	-,038	,168	,025	,000	,016
		Sig. (2-tailed)	,765	,186	,847	,997	,900
		N	64	64	64	64	64
	ECR_R_ун	Correlation Coefficient	,123	,300*	-,119	,014	-,007
		Sig. (2-tailed)	,333	,016	,348	,911	,953
		N	64	64	64	64	64

		Correlations					
			Лірі 4	Лірі 5	Лірі 6	Лірі 7	Лірі 8
Spearman's rho	SPIN	Correlation Coefficient	,157	,297*	,149	,043	,048
		Sig. (2-tailed)	,215	,017	,238	,737	,706
		N	64	64	64	64	64
	UCLA	Correlation Coefficient	,380**	,437**	,313*	,123	,025
		Sig. (2-tailed)	,002	,000	,012	,333	,844
		N	64	64	64	64	64
	Лірі_1	Correlation Coefficient	,134	-,087	-,185	-,047	,022
		Sig. (2-tailed)	,289	,496	,143	,709	,865
		N	64	64	64	64	64
	Лірі_2	Correlation Coefficient	,018	-,092	-,332**	,088	-,472**
		Sig. (2-tailed)	,889	,469	,007	,491	,000
		N	64	64	64	64	64
	Лірі_3	Correlation Coefficient	,372**	-,098	-,193	-,120	-,149
		Sig. (2-tailed)	,002	,440	,127	,344	,240
		N	64	64	64	64	64
	Лірі_4	Correlation Coefficient	1,000	,321**	,084	-,064	-,037
		Sig. (2-tailed)	.	,000	,000	,000	,000
		N	64	64	64	64	64

	Sig. (2-tailed)	.	,010	,507	,614	,769
	N	64	64	64	64	64
Лipi_5	Correlation Coefficient	,321**	1,000	,658**	,663**	,500**
	Sig. (2-tailed)	,010	.	,000	,000	,000
	N	64	64	64	64	64
Лipi_6	Correlation Coefficient	,084	,658**	1,000	,644**	,596**
	Sig. (2-tailed)	,507	,000	.	,000	,000
	N	64	64	64	64	64
Лipi_7	Correlation Coefficient	-,064	,663**	,644**	1,000	,494**
	Sig. (2-tailed)	,614	,000	,000	.	,000
	N	64	64	64	64	64
Лipi_8	Correlation Coefficient	-,037	,500**	,596**	,494**	1,000
	Sig. (2-tailed)	,769	,000	,000	,000	.
	N	64	64	64	64	64
ECR_R_тp	Correlation Coefficient	,261*	,210	,285*	,124	-,010
	Sig. (2-tailed)	,037	,095	,022	,329	,936
	N	64	64	64	64	64
ECR_R_уH	Correlation Coefficient	,196	,157	,280*	,156	-,039
	Sig. (2-tailed)	,121	,214	,025	,217	,759
	N	64	64	64	64	64

Correlations

			ECR_R_тp	ECR_R_уH
Spearman's rho	SPIN	Correlation Coefficient	-,038	,123
		Sig. (2-tailed)	,765	,333
		N	64	64
UCLA		Correlation Coefficient	,168	,300*
		Sig. (2-tailed)	,186	,016
		N	64	64
Лipi_1		Correlation Coefficient	,025	-,119
		Sig. (2-tailed)	,847	,348
		N	64	64
Лipi_2		Correlation Coefficient	,000	,014
		Sig. (2-tailed)	,997	,911
		N	64	64
Лipi_3		Correlation Coefficient	,016	-,007
		Sig. (2-tailed)	,900	,953
		N	64	64
Лipi_4		Correlation Coefficient	,261*	,196
		Sig. (2-tailed)	,037	,121
		N	64	64
Лipi_5		Correlation Coefficient	,210	,157
		Sig. (2-tailed)	,095	,214
		N	64	64
Лipi_6		Correlation Coefficient	,285*	,280*
		Sig. (2-tailed)	,022	,025
		N	64	64
Лipi_7		Correlation Coefficient	,124	,156
		Sig. (2-tailed)	,329	,217
		N	64	64
Лipi_8		Correlation Coefficient	-,010	-,039
		Sig. (2-tailed)	,936	,759
		N	64	64
ECR_R_тp		Correlation Coefficient	1,000	,568**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	64	64
ECR_R_уH		Correlation Coefficient	,568**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	64	64

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

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

Додаток Г

Порівняння груп респондентів з різним рівнем вираження соціальної тривожності

Kruskal-Wallis Test

		Ranks	
	Соц_тривожність	N	Mean Rank
UCLA	висока_СТ	6	51,83
	помірна_СТ	22	45,23
	низька_СТ	36	21,50
	Total	64	
Ліпі_1	висока_СТ	6	15,17
	помірна_СТ	22	21,68
	низька_СТ	36	42,00
	Total	64	
Ліпі_2	висока_СТ	6	24,83
	помірна_СТ	22	26,32
	низька_СТ	36	37,56
	Total	64	
Ліпі_3	висока_СТ	6	21,50
	помірна_СТ	22	26,05
	низька_СТ	36	38,28
	Total	64	
Ліпі_4	висока_СТ	6	29,50
	помірна_СТ	22	38,14
	низька_СТ	36	29,56
	Total	64	
Ліпі_5	висока_СТ	6	26,50
	помірна_СТ	22	41,41
	низька_СТ	36	28,06
	Total	64	
Ліпі_6	висока_СТ	6	26,50
	помірна_СТ	22	39,14
	низька_СТ	36	29,44
	Total	64	
Ліпі_7	висока_СТ	6	20,50
	помірна_СТ	22	36,86
	низька_СТ	36	31,83
	Total	64	
Ліпі_8	висока_СТ	6	22,17
	помірна_СТ	22	38,14
	низька_СТ	36	30,78
	Total	64	
ECR_R_тр	висока_СТ	6	23,50
	помірна_СТ	22	35,20
	низька_СТ	36	32,35
	Total	64	
ECR_R_ун	висока_СТ	6	39,67
	помірна_СТ	22	31,98
	низька_СТ	36	31,63
	Total	64	

Test Statistics^{a,b}

	UCLA	Лірі 1	Лірі 2	Лірі 3	Лірі 4	Лірі 5	Лірі 6
Kruskal-Wallis H	29,395	22,330	6,242	8,418	3,118	7,876	4,451
df	2	2	2	2	2	2	2
Asymp. Sig.	,000	,000	,044	,015	,210	,019	,108

Test Statistics^{a,b}

	Лірі 7	Лірі 8	ECR_R_тр	ECR_R_ун
Kruskal-Wallis H	3,816	4,342	1,874	,988
df	2	2	2	2
Asymp. Sig.	,148	,114	,392	,610

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Соц_тривожність