

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
Навчальний-науковий інститут управління, психології та безпеки
Кафедра загальної та соціальної психології

**ВПЛИВ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ НА МІЖОСОБИСТІСНУ
ВЗАЄМОДІЮ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

Кваліфікаційна робота
здобувача вищої освіти
другого (магістерського)
рівня вищої освіти
спеціальності 053 «Психологія»
Альони ШАТАЛОВОЇ

Науковий керівник:
завідувач кафедри загальної та
соціальної психології, доктор
психологічних наук, професор
Зоряна КОВАЛЬЧУК

Рецензент:
професор кафедри загальної та
соціальної психології, кандидат
психологічних наук, доцент
Олена ВАВРИНІВ

Кваліфікаційна робота допущена до захисту
«__» _____ 2025 р., протокол № ____
Завідувач кафедри загальної та соціальної психології
доктор психологічних наук, професор
_____ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

Львів 2025

Анотація

Штаталова А.О. Вплив психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію в юнацькому віці

У роботі розглянуто вплив психоемоційних станів на особливості міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. На основі теоретичних підходів сучасних українських дослідників обґрунтовано, що емоційна сфера є ключовим чинником соціальної адаптації, формування самосвідомості та регуляції поведінки юнаків. Проаналізовано основні психоемоційні характеристики юнацького віку, зокрема підвищену емоційну чутливість, імпульсивність, нестійкість настрою та гендерні відмінності у способах емоційного вираження. За результатами емпіричного дослідження встановлено збалансований профіль емпатії та агресивності, визначено специфіку емоційної регуляції та варіативність емоційної емпатії. Виявлено кореляційні зв'язки між рівнем соціальної підтримки, емпатією та проявами агресивності, які визначають якість соціальної взаємодії юнаків. Показано, що високий рівень підтримки й розвинена емпатійність пом'якшують вплив негативних емоційних станів, тоді як емоційна нестабільність та дефіцит підтримки підвищують ризики конфліктності та соціальної ізоляції. Зроблено висновок про важливість упровадження психологічних та освітніх програм, спрямованих на розвиток емоційної культури та комунікативних навичок молоді.

Ключові слова: психоемоційні стани, юнацький вік, емпатія, агресивність, соціальна підтримка, міжособистісна взаємодія.

Annotation

Shatalova A.O. The Influence of Psycho-Emotional States on Interpersonal Interaction in Adolescence

The paper examines the influence of psycho-emotional states on the characteristics of interpersonal interaction in adolescence. Based on theoretical approaches of contemporary Ukrainian researchers, it is substantiated that the emotional sphere is a key factor in social adaptation, the formation of self-awareness, and the regulation of adolescent behavior. The main psycho-emotional characteristics of adolescence are analyzed, including heightened emotional sensitivity, impulsivity, mood instability, and gender differences in emotional expression. The results of the empirical study reveal a balanced profile of empathy and aggressiveness, identify the specifics of emotional regulation, and demonstrate variability in emotional empathy. Correlation links are found between levels of social support, empathy, and manifestations of aggressiveness, which determine the quality of adolescents' social interaction. It is shown that high levels of support and developed empathy mitigate the impact of negative emotional states, whereas emotional instability and lack of support increase the risks of conflict and social isolation. The study concludes that psychological and educational programs aimed at developing emotional culture and communication skills among youth are essential.

Keywords: psycho-emotional states, adolescence, empathy, aggressiveness, social support, interpersonal interaction.

ЗМІСТ

ВСТУП	5
1.РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ТА МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ЮНАЦТВА	10
1.1 Психологічні особливості юнацького віку	10
1.2 Формування психологічної взаємодії в юнацькому віці	13
1.3 Психоемоційні стани та їх вплив на міжособистісну взаємодію в юнаків та дівчат	20
1.4 Висновки до розділу I	24
2.РОЗДІЛ II ЕМПІРИЧНА ЧАСТИНА: ВПЛИВ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ НА МІЖОСОБИСТІСНУ ВЗАЄМОДІЮ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	
Емпіричне вивчення впливу психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію в юнацькому віці	27
2.1 Організація емпіричного дослідження та обґрунтування вибірки	27
2.2 Обґрунтування вибору методичного інструментарію	28
2.3. Аналіз результатів дослідження	30
2.4 Рекомендації для психологічної підтримки молоді у стабілізації психоемоційних станів.	60
Висновки до розділу II	64
ЗАГАЛЬНИЙ ВИСНОВОК	68
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	71

ВСТУП

Актуальність. У сучасних умовах соціальної нестабільності, спричиненої війною та інформаційним перенасиченням, психоемоційні стани юнацтва зазнають глибинних трансформацій. Повномасштабне вторгнення в Україну актуалізувало проблему життєвих криз, що проявляються у комплексних емоційних реакціях: від тривожності та страху до апатії й агресивності. Ці реакції безпосередньо позначаються на якості соціальних зв'язків, рівні довіри та здатності молоді адаптуватися в навчальному середовищі. У контексті академічних колективів емоційна стабільність студентів виступає гарантом продуктивної взаємодії та запобігання конфліктам. Аналітичні дані свідчать, що високий рівень емоційної регуляції сприяє формуванню довірливого мікроклімату, зміцненню соціальної згуртованості та підвищенню ефективності навчальної діяльності [5].

Таким чином, дослідження психоемоційних станів молоді набуває не лише теоретичного, а й практичного значення для освітньої та соціальної політики. До прикладу закордонні вчені активно досліджують вплив кризових ситуацій на психіку молоді. Зокрема, у працях з психології травми та посттравматичного стресового розладу (PTSD) розглядаються механізми емоційної регуляції, роль соціальної підтримки та колективної згуртованості. Вивчається вплив інформаційного середовища, медіа та цифрових технологій на психоемоційний стан юнацтва.

Українські дослідники (наприклад, Басенко О. та інші) аналізують психоемоційні стани підлітків і студентів, які проживають у зоні бойових дій або зазнали впливу воєнного конфлікту. В їхніх роботах висвітлено прояви психологічного стресу, емоційних порушень та адаптаційних труднощів, а також запропоновано практичні рекомендації щодо психосоціальної підтримки молоді. Попри значний науковий інтерес, маловивченими залишається ще багато питань.

Особливості міжособистісної взаємодії в академічних колективах, де поєднуються різні рівні стресостійкості та досвіду переживання криз.

Розробка інтегрованих програм психоемоційної підтримки у навчальних закладах, які враховують як міжнародний досвід, так і специфіку нашого українського контексту.

Таким чином, актуальність дослідження психоемоційних станів юнацтва в умовах війни полягає у необхідності комплексного аналізу трансформацій емоційної сфери, їхнього впливу на соціальні зв'язки та навчальну адаптацію. Уже існує значна база досліджень як в Україні, так і за кордоном, проте потребують глибшого вивчення питання довготривалої адаптації, впливу інформаційного середовища та практичних механізмів підтримки молоді. Це відкриває перспективи для подальших наукових пошуків і практичних рішень у сфері психології та освіти.

Об'єкт дослідження: Психоемоційні стани в юнацькому віці.

Предмет дослідження: Вплив психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію в юнацькому віці

Мета дослідження: Визначити, яким чином різні психоемоційні стани впливають на особливості міжособистісної взаємодії в юнацькому віці.

Для реалізації поставленої мети визначені наступні **завдання**:

1. Проаналізувати сучасні теоретичні підходи до вивчення психоемоційних станів та міжособистісної взаємодії юнаків.
2. Визначити основні психоемоційні індикатори, притаманні юнацькому віку.
3. Провести емпіричне дослідження між вираженістю психоемоційних станів і показниками якості спілкування (довіра, відкритість, конфліктність).
4. Розробити рекомендації для психологічної підтримки молоді з урахуванням виявлених закономірностей.

Теоретичне значення Дане дослідження направлене на поглиблення наукового розуміння впливу психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію в юнацькому віці, зокрема:

Доповнено вітчизняні концепції емоційної регуляції, соціальної адаптації та розвитку емоційного інтелекту та збагачено психолого-педагогічні знання про динаміку формування міжособистісних зв'язків у молодіжному середовищі.

Теоретичне значення полягає у поглибленні наукових уявлень про вплив психоемоційних станів і соціальної поведінки юнаків та юнок у період інтенсивного особистісного становлення. Дослідження розкриває специфіку впливу емоційної насиченості, напруження, нестабільності чи гармонійності внутрішнього стану на якість міжособистісних контактів, характер комунікації та особливості побудови стосунків у юнацькій групі. Робота уточнює роль емоційних компонентів у процесах соціальної перцепції, емпатії та виборі стратегій міжособистісної взаємодії.

Теоретична цінність полягає також у систематизації сучасних підходів до вивчення психоемоційних станів у контексті вікової психології та психології спілкування. Здійснене дослідження уточнює зміст і структуру психоемоційного стану як чинника соціальної активності молоді, розширює існуючі теоретичні моделі, а також пропонує узагальнену схему впливу емоційних переживань на механізми міжособистісної взаємодії. У результаті поглиблюється теоретичне розуміння закономірностей становлення емоційної компетентності юнацтва та її ролі у формуванні конструктивних соціальних зв'язків.

Практична значущість дослідження полягає у тому, що результати можуть бути застосовані у практиці освітніх закладів, служб психологічної підтримки, молодіжних центрів сприяти розробці корекційних програм, спрямованих на розвиток емоційної стабільності та соціальних навичок у молоді; допомогти вчителям, батькам, психологам краще розуміти поведінкові особливості юнаків та підлітків у стресових ситуаціях; стати основою для проведення тренінгів з емоційної грамотності, конфліктології та командоутворення; використані в рамках викладання курсів з «Вікової

психології», «Загальної психології», «Педагогічної психології» при підготовці фахівців-педагогів та психологів.

Теоретико-методологічна база дослідження теми впливу психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію в юнацькому віці ґрунтується на комплексному аналізі вітчизняних і зарубіжних наукових джерел, що охоплюють психологічні, соціальні та педагогічні аспекти емоційного розвитку молоді. Питанням «психологічної взаємодії» присвячені праці таких учених, як Ковальчук З.Я., Католик Г.В., Галян І.М., Зазимко О.В., Злівков В.Л., К. Левін, Дж. Морено, С. Кожушко. Їхні дослідження розкривають механізми міжособистісних зв'язків, групової динаміки, комунікативної культури та соціально-психологічних процесів, що визначають ефективність взаємодії між людьми. Особливості «юнацького віку» висвітлювали Д. Гоулман, К. Ізард, Р. Мей, Е. Фромм, Е. Еріксон, Ж. Піаже, а також українські дослідники Р.В. Павелків, Н.П. Берегова, Л.М. Джигун. У їхніх працях розглядаються проблеми емоційного інтелекту, диференціальних емоцій, екзистенційних криз, гуманістичних аспектів розвитку, формування ідентичності, когнітивного мислення та ціннісних орієнтацій у юності.

Таким чином, у дослідженні враховано всі ключові позиції теми: від теорій психологічної взаємодії до вікових особливостей юності, що забезпечує комплексне розуміння впливу психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію в юнацькому віці.

Методи та методики дослідження. Надійність та вірогідність отриманих результатів забезпечувалася використанням валідних і апробованих психодіагностичних методик, що мають високі показники внутрішньої узгодженості та ретестової стабільності (MSPSS, Buss-Perry Aggression Questionnaire, IRI, шкала довіри, опитувальник сталості емоційних станів). Для підвищення достовірності даних застосовувалася кількісні методи аналізу, що дозволило здійснити багатовимірну оцінку досліджуваних явищ.

Статистична обробка результатів проводилася за допомогою методів математичної статистики (кореляційний, факторний, дисперсійний аналіз), що дало змогу перевірити гіпотези та підтвердити значущість отриманих висновків. Використання програмного забезпечення Microsoft Excel забезпечило точність розрахунків і можливість візуалізації даних.

Таким чином, комплексність методів збору та аналізу інформації, а також застосування стандартизованих психодіагностичних інструментів гарантують надійність і вірогідність результатів дослідження, що відповідають сучасним вимогам психологічної науки.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів та загальних висновків, додатків.

1.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ТА МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ЮНАЦТВА

1.1 Психологічні особливості юнацького віку

Перш ніж розкривати вплив психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію слід більш детально розглянути вікову категорію юнацький вік. Юнацький вік – це перехідний період від дитинства до дорослості, що триває приблизно з 15-17 до 23 років, хоча точні межі можуть варіюватися залежно від класифікації. Він характеризується формуванням самосвідомості, прагненням до незалежності та самоствердження, розвитком професійних інтересів та формуванням власного світогляду.

Розвиток особистісних переживань у підлітковому віці залежить від низки суб'єктивних і об'єктивних умов, внутрішніх і зовнішніх. Вплив різних впливів на формування досвіду молодих людей можна побачити в їх плануванні майбутнього та постановці життєвих цілей, розглядаючи їх через призму розуміння та інтерпретації індивідуального досвіду. Життєві плани структурують майбутнє за смисловим змістом, визначаючи вектор розвитку особистості сьогодні, у сьогоденні, окреслюючи сюжет особистого майбутнього [12].

Психоемоційні стани юнацького віку розглядаються як динамічні утворення, що безпосередньо впливають на комунікативну поведінку. Такі психологи як: (Ковальчук З., Католик Г., Костюк Г., Максименко С., Титаренко Т., Чебикін О., Галян І., Зазимко О., Боришевським М., Гоулман Д., Ізард К., Мей Р., Фромм Е., Пьюселика Ф., Бехом І. та інші) наголошують на: емоційній мінливості юнаків, зростанні потреби в автономії, формуванні рефлексивності, високій чутливості до соціальної оцінки, залежності комунікації від емоційного регулювання. Міжособистісна взаємодія в цьому віці формується на основі: емпатійності, рівня довіри, здатності до саморегуляції, схильності до конфліктності та ін.

Хронологічні межі юнацтва в психологічній літературі визначаються по-

різному. Найчастіше психологи виділяють ранню юність, або старший шкільний вік (14-15 - 17-18) і пізню юність (від 18 до 23-25 років).

Юнацький вік характеризується формуванням світогляду. Спрямованість саморозвитку визначається самопізнанням, яке з цього віку проходить не в рамках «Я і Інший», а в рамках «Я і Я». Старшим школярам притаманна не завжди помітна складна внутрішня робота: прагнення управляти собою, розвиток почуття відповідальності, пошук життєвої перспективи та спроби «приміряти» її на себе. У цей період юність постає як етап становлення особистості, коли формується здатність до саморефлексії та усвідомлення власного місця у світі [21].

Розвиток особистості в юнацькому віці відбувається у двох взаємопов'язаних площинах: у ставленні людини до навколишнього світу та у ставленні до інших людей. Саме ці взаємодії відкривають можливості для глибшого розуміння внутрішнього «Я» та його ідентичності.

Для старшокласників характерна потреба зайняти внутрішню позицію дорослої людини, що передбачає суттєву перебудову особистості. Вона спрямована на вироблення нової ідентичності, яка дозволяє відповісти на ключове питання: «Який Я?». Це питання стає центральним у процесі самопізнання та визначення життєвих орієнтирів, а також впливає на формування ціннісних установок і соціальних зв'язків [13].

Юність – час формування світогляду як системи поглядів на суспільство, природу, на принципи і правила поведінки. Формування досвіду в юнацтві залежить від поєднання суб'єктивних і об'єктивних чинників, внутрішніх і зовнішніх впливів, що проявляється у плануванні майбутнього та виборі життєвих завдань [13].

Широко поширена думка, що повноцінний розвиток особистості живиться дослідженням і сумнівами, характерними для підліткового віку. Люди, які переживають цей період, стають більш незалежними, креативними та володіють глибшими навичками мислення, що дозволяє їм приймати самостійні рішення в складних ситуаціях, порівняно з тими, чий особистісний

розвиток просувається плавно протягом цього періоду.

Юнацький вік – це період усталення ціннісних орієнтацій, які є однією з важливих психологічних характеристик зрілої особистості. Фактично – це проблема сенсу людського існування.

Ціннісні орієнтації – це важливий елемент внутрішньої структури особистості, який мотивує діяльність, визначає й спрямовує поведінку особистості. Ціннісно-смилова сфера пов'язана із внутрішньою діяльністю людини, з її переживаннями, які надалі трансформуються в зовнішнє життя. Особливості соціальної ситуації розвитку визначають ієрархію ціннісних орієнтацій особистості [29].

Основними завданнями в юнацькому віці є вибір професії, життєвого шляху, соціального та особистісного самовизначення. У порівнянні з підлітками інтерес до навчання в юнацькому віці підвищується. Провідною діяльністю в умовах закладів вищої освіти стає професійне навчання. До навчання юнаки ставляться свідомо, як до необхідної передумови майбутньої професійної діяльності. Юнацький вік є сенситивним для формування життєвих цінностей, світогляду, релігійних поглядів людини. Основною спрямованістю юнаків є зосередження в майбутнє[29].

Для юнаків більшість ціннісних орієнтацій були важливішими, ніж для людей старшого віку, а саме: «Приємні розваги, відпочинок», «Високий матеріальний стан», «Любов», «Пізнання нового про світ, природу, людей», «Високий соціальний статус і управління людьми», «Спілкування», «Здоров'я». Для учасників підліткового дослідження такі ціннісні орієнтації, як «Допомога та милосердя до інших», «Визнання та повага людей і вплив на інших», «Соціальна активність для досягнення позитивних змін у суспільстві» були значно важливішими, ніж для опитаної молоді. Для підлітків важливішими, ніж для учасників підліткового дослідження, були такі ціннісні орієнтації: «Пошук насолоди красою», «Допомога та доброзичливість до інших», «Визнання та повага людей та вплив на інших», «Соціальна активність для досягнення позитивних змін у суспільстві» [29].

Структура ціннісних орієнтацій учасників дослідження різного віку істотно відрізнялася. Подібним в різних за віком груп було місто в системі ціннісних орієнтацій наступних: «Високе матеріальне становище», «Пошуки насолоди прекрасним» «Любов» та «Соціальна активність для досягнення позитивних змін в суспільстві». Ціннісна орієнтація «Високий соціальний статус и управління людьми» мала однакове місце в групі підлітків та в юнацькій групі[29].

Функціональне дозрівання нервової та ендокринної системи завершується досягненням рівноваги, властивої дорослим, що позначається зникненням підліткової збудливості, підвищенням фізичної сили й витривалості.

Інтелектуальне дозрівання характеризується формуванням абстрактного та узагальнювального мислення, здатністю оперувати науковими поняттями як інструментом пізнання, розвитку логічних операцій і критичного ставлення до інформації.

Мовленнєва компетентність старшокласників ускладнюється: збагачується новими науковими й технічними термінами, удосконалюються стилістичні засоби, посилюється відповідність нормам літературної мови. Наростає спостережливість і самоспостереження, відбувається глибокий аналіз власних переживань і поведінки з порівнянням досвіду інших, що сприяє самопізнанню й самовихованню. Розвиваються репродуктивна та творча уява зі здатністю реалістично зіставляти мрії з можливостями [25].

Пам'ять переходить від мимовільного до довільного запам'ятовування, продуктивність якого зростає завдяки виявленню логічних зв'язків і раціональним прийомам, а емоційна сфера збагачується внаслідок нових соціальних ролей і обов'язків, що стимулює особистісне зростання[8].

1.2 Формування психологічної взаємодії в юнацькому віці

Один з найважливіших чинників, які впливають формування відносин людини є виховання. Виховання людини, є передусім, виховання його

відносин. Моральне формування особистості ґрунтується як на вимогах, так і у знанні зразків і процесі зіставлення своїх діянь та вчинків із зразками, з оцінкою. Цей внутрішній процес призводить до утворення оціночних відносин, цих у зв'язку з етичними, естетичними, юридичними та іншими критеріями вчинків і переживань людини. З формуванням відносин людини також пов'язані педагогіка і управління всієї психодинамікою і дорослого, і підростаючої популяції [26].

Зміни у становищі підлітка в юнацькому віці тягнуть у себе, крім функціонального розвитку, збагачення досвіду й багатоманітності відносин, новий момент – поза сімейні обов'язки, і навчально-професійну працю. На новий щабель піднімається управління своїми діями і структура відносин, обумовлена вимогами об'єктивної необхідності. Формування принципів, принципових відносин також поведінки, переконання і ідеалів характеризує розвиток відносин в юнацькому віці. Вищий рівень розвитку ідейної і принципової поведінки є наслідком як функціонального розвитку, так і громадської структури, умов спілкування, і громадського виховання [8].

Для періоду юності характерна специфічна емоційна чутливість -характерологічна особливість людини, що виявляється в підвищеній чутливості до пов'язаних з нею подій. У цей період інтенсивно реалізуються і розцвітають за сприятливих умов всі ті потенційні емоційності людини, закладені у його натурі. «Юнацька гарячість», «юнацька палкість» - не випадкові слова, а виразна характеристика особливостей життя молодих людей роки. Емоційна сприйнятливості молоді обумовлює їх високий інтерес до світу іншої людини. У в юнаків та вродливих дівчат спостерігається досконаліше володіння вираженням своїх почуттів та настроїв. Якщо підліток може приховувати свої переживання під личиною байдужості, то юнак вміє як приховувати переживання ним почуття, так і маскувати їх. З іншого боку, період юності є періодом формування основи емоційної культури – рівня розвитку емоцій, який передбачає емоційну чуйність й за переживання собі і оточуючими. Основними рисами емоційної культури, створених в юнацькому

віці, є: здатність розуміти, самі та цінувати почуття іншим людям, виявляти увагу до них, здатність співпереживати почуттям іншим людям, вміння ділити свої переживання з близькими, емоційна чуйність явищ, які у житті, поширювати на світ моральних цінностей, почуття відповідальності за переживання собі і оточуючим [2].

Виокремлюючи основні риси емоційної культури, створювані в юнацькому віці не можна забувати тому, що успішний розвиток афективної сфери особистості, як будь-який інший, йде суворо індивідуально. Характерологічні особливості особистості, темперамент, спрямованість, особливості мотиваційної сфери тощо. багато чому визначають формування відносин із на інших людей. Особливості відносин кохання тривалістю у юнацькому віці, підкреслює, що кожного любов індивідуальна як за часом прояву (віком), та й у силі її переживання. Одні відчують глибоке почуття, інші - поверхневі емоції. Саме духовних якостей особистості юності залежить, як поводить себе особа у романтичних відносинах, якою мірою гідно він розв'язує проблеми, пов'язані з і неуспіхом у коханні. Багато чого під час вирішення проблем залежить від розвитку моральної самосвідомості.

Одне з найважливіших чинників, які впливають формування взаємин у юнацькому віці, є сім'я. Сімейні умови, включаючи соціальне становище, рід занять, матеріальний рівень культури й рівень освіти наявний у батьків, значною мірою визначають життєвий шлях дитини. Крім свідомого, цілеспрямованого виховання, що дають йому батьки, на дитину впливає вся внутрішньо сімейна атмосфера, причому ефект цього впливу накопичується із віком, переломлюючи у структурі особистості [2].

Є кілька щодо автономних психологічних механізмів, якими батьки впливають на своїх дітей. По-перше, підкріплення: заохочуючи поведінку, яку дорослі вважають правильною, і караючи порушення встановлених правил, батьки впроваджують у свідомість юнака певну систему норм, дотримання яких поступово стає для нього звичкою і внутрішньої потребою. По-друге, ідентифікація: особа наслідує батькам, орієнтується на їхній приклад,

намагається стати такими ж, як вони. На думку сучасних психологів, зокрема Френка Пьюселика, такого роду ідентифікація не закінчується ніколи. Людина копіює поведінку батьків не тільки у дитинстві, а й у протязі усього життя, зокрема й у юнацькому віці. Юнак копіює характер відносин між членами сім'ї. Дуже важливим чинником є емоційний тон сімейних взаємин і переважний у ній тип контролю та дисципліни [27].

Сімейна соціалізація не зводиться до безпосереднього «парному» взаємодії дитини поруч із батьками. Так, ефект ідентифікації то, можливо нейтралізований зустрічної рольової взаємодоповненістю: наприклад, у сім'ї, де батько й мати уміє добре вести господарство, дитина може виробити ці здібностей. Так само важливий механізм психологічного протидії: юнак, свободу якого жорстко обмежують, може виробити підвищену потяг до самостійності, а той, кому все дозволяють, вирости залежним[8].

Висновок у тому, що це перелічене, саме характеристики сімейного клімату, такі як емоційний тон сімейних взаємин, переважний у ній тип контролю та дисципліни, використовуваний тип виховання, механізм ідентифікації з батьком впливають протягом усього процесу становлення особистості людини, дозволяє висунути і перевірити експериментально гіпотезу у тому, що соціальний клімат батьківської сім'ї та ставлення до романтичних стосунків у юнацькому віці перебувають у взаємозв'язку[8].

Людина взаємодіє з іншою людиною ще перебуваючи в утробі матері. Звісно, це не може розглядатися як повноцінна міжособистісна взаємодія, оскільки дитина на етапі пренатального розвитку ще не є особистістю. Проте існують дослідження, які демонструють вплив такої взаємодії на подальший розвиток дитини. Оскільки виявлення такого впливу не є метою даної роботи і ми не можемо його ні підтвердити, ні заперечити, залишимо це твердження як гіпотетично можливе.

Незабаром після народження дитина починає опановувати елементарні способи взаємодії з дорослими. Серед них - реакція зосередження, що виникає

під час контакту з дорослими в перші дні життя, а згодом - захоплення. Зазвичай коло взаємодії дитини в цей період обмежується родиною.

У процесі соціалізації (ігровий майданчик, дитячий садок, початкова школа) коло спілкування дитини розширюється. З'являються нові способи та форми взаємодії, здебільшого у вигляді міжособистісних взаємодій та відносин. Міжособистісні зв'язки зазвичай пов'язані із сімейними відносинами [12].

У підлітковому віці (з 11–12 до 14–15 років) соціальні пріоритети особистості змінюються. Хоча цей період все ще належить до етапу первинної соціалізації, проблема міжособистісної взаємодії постає особливо гостро. Згідно з одностайною думкою науковців, цей віковий період характеризується передусім почуттям дорослості. Саме це почуття, ймовірно, зумовлює прагнення змінити соціальні ролі та розширити поле міжособистісної взаємодії. Основною діяльністю підлітків вважається інтимно-особистісне спілкування з ровесниками, яке зберігає актуальність і в юнацький період.

У вітчизняній психології юнацтво поділяється на два періоди: рання юність (14-15-18 років) і зріла юність (18-21 – 23 роки). Юність – це завершальний етап як біологічного дозрівання, так і первинної соціалізації. Він характеризується професійним, життєвим і соціальним самовизначенням, переосмисленням світогляду, формуванням рефлексії та самоконцепції. В емоційній сфері відбувається поступова стабілізація, яка проявляється в рівновазі та вибірковості. Моральний розвиток проходить через перехід від конвенціональної моралі до автономної. Вольова сфера демонструє зростання рівня саморегуляції та самоконтролю.

У ранній юності відбувається активна соціалізація: особистість стає сформованим суб'єктом і засвоює соціальний досвід, перетворюючи його на власне надбання. Розширення кола значущих міжособистісних зв'язків пов'язане з розвитком так званих «вищих почуттів». Засвоєння певних систем моральних норм та принципів перетворюється на складну гаму різноманітних моральних переживань[1].

За Боришевським, у цей період людина досягає найвищого рівня моральної саморегуляції, який стає досить дорослим і стабільним. Це зумовлює критичніше ставлення до себе й інших, а також зростання вимог до морального образу однолітків і дорослих. Очевидно, такі трансформації свідомості призводять до змін у діяльності, поведінці та стосунках особистості [22].

Духовне самовизначення юнака відбувається у контексті активного розвитку і формування моральної свідомості. Як довела Л. Пилипенко, саме міжособистісна взаємодія є важливим детермінантом розвитку духовності в підлітковому віці [1].

Однією з головних характеристик підліткового і юнацького віку є зміна значущих осіб та перебудова міжособистісної взаємодії з дорослими. Це, хоч і важливо для молоді, не завжди передбачає повну саморозкритість.

Щоб усвідомити відносність будь-якої незалежності, щоб посправжньому оцінити спорідненість, авторитет і досвід старшого покоління, молодь має пройти духовний шлях біблійного блудного сина - через важкі, нестерпно болючі переживання відчуження від кола близьких, через глибокі рефлексивні страждання і пошук істинних цінностей, щоб повернутися в новому втіленні - вже як дорослі, здатні ототожнити себе з дорогими людьми і прийняти їх такими, якими вони є».

Описаний процес відчуження, крізь муки маргіналізації до переосмислення, розуміння і прийняття, також притаманний взаємодії з ровесниками, але в цьому випадку він рухається у протилежному напрямку. Такі складні, емоційно насичені і водночас протилежні процеси відбуваються майже одночасно - протягом підліткового віку.

Процес реконструкції міжособистісної взаємодії з ровесниками має певні особливості. За Бехом, «Потреба в глибокому особистісному контакті особливо гостро проявляється в ранній юності, коли прагнення молодої людини усвідомити свою індивідуальність вимагає вираження у вигляді

дзеркала (іншого «Я») і прояву співучасті. Ймовірно, це пояснює потяг юнаків і дівчат до дружнього спілкування» [1].

Ширшова називає цей період піком розвитку потреби в міжособистісній взаємодії. Саме тому молоді люди докладають значних зусиль для задоволення цієї потреби. При цьому особистісний розвиток юнака значною мірою залежить від способу, обраного для її реалізації, та його результату.

Розвиток ціннісно-сислової сфери у підлітковій особистості породжує нову, раніше невідому, диференціацію взаємодій – дружні та романтичні стосунки. Посилення вибірковості та ускладнення вимог до дружби свідчать, що значна кількість взаємодій не має продовження дружби припиняється або залишається на рівні погодженої взаємодії (відносин).

Дружба займає особливе місце в житті юнака. Це перша самостійно обрана глибока емоційна прив'язаність особистості. Для підліткової дружби характерний високий ступінь взаєморозуміння, внутрішньої спорідненості та відвертості. Її інтеріоризація дозволяє зберігати взаємини на відстані, що було неможливо на попередніх етапах онтогенезу. Проте з появою закоханості емоційна напруга дружби знижується. Любов розглядається як специфічна форма міжособистісної взаємодії, яка передбачає максимальну інтимність та близькість. Як бачимо, найбільш розвинені форми міжособистісної взаємодії стають доступними людині лише з підліткового віку. Найвищий рівень міжособистісної взаємодії, що вперше повноцінно досягається в юності, не обмежується лише дружбаю та закоханістю. На цьому ж рівні з'являються й антиподи – ненависть, ворожнеча тощо [15].

Природа ранньої юності полягає саме в таких крайнощах і амбівалентності. У підлітковому віці індивід отримує можливість прояву всього спектру можливих форм міжособистісної взаємодії. Актуалізація потреби в міжособистісних зв'язках у підлітковому віці сприяє пошуку та розвитку різних шляхів її реалізації. Ефективність особистісної самореалізації на всіх наступних життєвих етапах залежить від вибору стратегії міжособистісної взаємодії саме в цьому віковому періоді [14].

1.3 Психоемоційні стани та їх вплив на міжособистісну взаємодію в юнаків та дівчат

Психоемоційні стани являють собою періодичні зміни в емоційному стані особи, які, як правило, є реакцією на різноманітні впливи, такі як життєві обставини, стан здоров'я та інші чинники. Ці стани, аналогічно до інших психічних явищ, проявляються у вигляді внутрішніх переживань та ідей у свідомості особи, а також можуть існувати у несвідомому рівні психіки. Важливо враховувати, що їх природу не завжди можна повністю сприйняти за допомогою органів відчуттів та вивчати методами природничих наук. Деякі науковці наголошують на тому, що психоемоційні стани можуть бути охарактеризовані як прояви різних психічних процесів, таких як емоції, настрої, афекти та тривога (емоційні стани), рішучість та розгубленість (вольові стани), а також замисленість (пізнавальні стани). Дослідниками зазначається, що психоемоційні стани можуть відрізнятися за глибиною і тривалістю. Кожний стан є тимчасовим, його швидко може змінити інший. З практичною метою виокремлюють стани миттєві (нестійкі), довготривалі і навіть хронічні, або оперативні, поточні та перманентні. Психоемоційні стани формуються залежно від сприйняття і розуміння обставин і подій, в яких опиняється людина [5; 19].

Юнацький вік характеризується значною емоційною чутливістю, інтенсивним розвитком самосвідомості та формуванням соціальної поведінки, що зумовлює особливу роль психоемоційних станів у міжособистісній взаємодії. Відповідно до сучасних українських та зарубіжних досліджень, саме емоційна регуляція, рівень зрілості афективної сфери та здатність до емпатії визначають успішність соціальних контактів юнаків та юнок.

До ключових емоційних особливостей цього періоду належать:

Емоційна нестабільність. Юнаки часто демонструють коливання настрою, імпульсивність реакцій та підвищену чутливість до зовнішніх оцінок, що обумовлено як фізіологічними змінами, так і соціальними

чинниками сучасності (війна, економічна нестабільність, інформаційні перевантаження) [20].

Прагнення до самостійності. Емоційні переживання часто пов'язані з боротьбою за автономію та внутрішнім конфліктом між потребою у незалежності й залишками дитячої залежності [10].

Пошук ідентичності. Афективна сфера активізується у зв'язку з формуванням власних життєвих смислів, світогляду та соціальної ролі. Це спричиняє амбівалентні переживання, що позначаються на міжособистісних стосунках [2,44].

У підлітковому та юнацькому віці соціальна спрямованість поволі зміщується від батьків до ровесників, саме близькі приятельські й романтичні зв'язки формують самооцінку, емоційну впорядкованість і соціальні уміння. Дослідження, котрі аналізують вплив ровесників на емоційний добробут, наголошують на їхній прогностичній ролі у вибудовуванні психічного здоров'я в подальшому житті.

Емоційний відгук ровесників реалізується через декілька взаємопов'язаних механізмів: соціальна допомога(емоційна, практична), соціальна оцінка (схвалення/відкидання), імітація поведінки та емоційних відгуків, а також формування співчуття й умінь керування. Позитивні контакти сприяють зменшенню занепокоєння й депресивних проявів, тоді як негативні – збільшують загрозу емоційних порушень поведінки [17,42].

Позитивна емоційна регуляція сприяє розвитку емпатійності, толерантності та здатності до прийняття іншого. Дослідження свідчать, що емоційна зрілість на пряму корелює з рівнем соціальної згуртованості в групах юнацького віку[11].

Нестабільні або негативні емоційні стани зумовлюють підвищену конфліктність, схильність до імпульсивних реакцій та труднощі у підтриманні тривалих соціальних контактів. У студентських колективах це проявляється у частіших міжособистісних суперечках та емоційному виснаженні [2,24].

Соціальна згуртованість

Позитивні емоції, такі як підтримка, оптимізм і радість, зміцнюють групову єдність, знижують напругу та сприяють конструктивній взаємодії. Міжнародні дослідження наголошують, що емоційна підтримка ровесників є провідним чинником психологічної стійкості молоді [42].

Високий рівень тривожності знижує ефективність навчальної діяльності, комунікативну відкритість та рівень академічної співпраці. Натомість позитивні емоційні стани активізують пізнавальну діяльність, підвищують увагу та комунікабельність[10].

Актуальні наукові дослідження засвідчують стійку гендерну диференціацію в царині емоційних відгуків та соціальних моделей поведінки в молодому віці: хлопці, як правило, виявляють більш зовнішнє вираження почуттів, підвищену схильність до дій із підвищеним ризиком, пряму ворожість та посилену чутливість у стресових обставинах, тоді як у дівчат частіше фіксуються приховані внутрішні переживання (зокрема занепокоєння, пригніченість настрою [16]

Сучасні емпіричні дослідження, що аналізують кореляцію між антисоціальними ознаками та формами агресії в молоді, вказують на наявність статевих розбіжностей у маніфестації агресивної поведінки та її функціональному наповненні: у хлопців агресія здебільшого має відкриту, зовнішню форму і корелює з ризикованими соціальними тактиками. Цей факт підкреслює необхідність розгляду статевої приналежності як модифікатора при інтерпретації даних щодо ворожості та схильності до конфліктів у юнацькій когорті [19].

Аналіз реакцій на стрес у міжособистісних взаємодіях демонструє, що в підлітковому періоді виявляються відмінності в механізмах емоційного саморегулювання: хлопці частіше обирають зовнішні, поведінкові способи реагування на напругу, тоді як дівчата схильні демонструвати внутрішню симптоматику (підвищену тривожність, пригнічений стан). Посилена чутливість хлопців у стресових ситуаціях може виявлятися у спонтанних або

ворожих відповідях, що, своєю чергою, підвищує ймовірність виникнення соціальних колізій і конфліктів[44].

Молоді дівчата в пубертатному періоді характеризуються підвищеною здатністю до емпатії та більшою емоційною чутливістю, що проявляється як на когнітивному рівні - у здатності розуміти чужу точку зору, так і на афективному рівні - у схильності до співпереживання; ці компоненти емпатійної здатності сприяють точнішій ідентифікації емоційних підказок, як вербальних, так і невербальних, дозволяють своєчасно надавати емоційну підтримку та адекватно вербалізувати власні переживання. [45].

Окрім вербального компоненту взаємодії, в юнацькому віці не менш важливу роль відіграють і інші компоненти:

Комунікативний компонент розглядають як систему вербальних і невербальних засобів передавання інформації, що забезпечують донесення змісту, намірів та емоцій між учасниками взаємодії. Основними параметрами виступають точність лексико-семантичного оформлення висловлювань, логічна узгодженість дискурсу, відповідність невербальних сигналів змісту повідомлення, а також рівень наданого зворотного зв'язку й розвиток навичок активного слухання. У дослідженнях цей компонент оцінюють за допомогою контент-аналізу комунікації, шкал невербальної узгодженості та опитувальників комунікативної компетентності.

Перцептивний аспект охоплює процеси соціального сприймання та інтерпретації поведінки партнера: ідентифікацію його емоційних станів, приписування мотивів, формування уявлень щодо його надійності та намірів. Ключовими показниками є точність розпізнавання емоцій, домінування внутрішніх чи зовнішніх атрибутів, рівень стереотипності оцінок і вираженість емпатичного розуміння. Методично цей компонент вимірюють за допомогою завдань на розпізнавання емоцій, шкал атрибутивних тенденцій та інструментів оцінки соціального сприйняття, що дають змогу виявити системні викривлення інтерпретації поведінки іншої особи.

Інтерактивний компонент стосується реальних поведінкових дій та рольової структури взаємодії, включно з послідовністю дій, розподілом ініціативи, способами координації та механізмами врегулювання конфліктів. До його основних змінних належать частота ініціювання контактів, ефективність кооперації, стабільність рольових позицій, здатність до компромісу й конфліктної регуляції. Дослідження цього аспекту здійснюється через спостереження, аналіз поведінкових послідовностей (turn-taking), моделювання групових ситуацій та шкали оцінки кооперативних умінь [20].

Інтеграція компонентів та методологічні висновки. Усі три компоненти формують взаємопов'язану систему: перцептивні процеси визначають інтерпретацію комунікативних сигналів, комунікативні засоби забезпечують реалізацію намірів, а інтерактивні дії трансформують передані сигнали в конкретні поведінкові результати. Емпіричний аналіз потребує комплексного, мультиметодного підходу: поєднання самооцінкових інструментів, спостереження та експериментальних процедур дозволяє розмежувати кореляційні та причинно-наслідкові зв'язки й точніше виявити механізми впливу психоемоційних станів на якість міжособистісної взаємодії [19].

Висновки до I розділу

Отже, молодість постає як надзвичайно складний і багатовимірний етап формування особистості, що охоплює фізичне дозрівання, розвиток інтелектуальних здібностей, вироблення системи життєвих орієнтирів та світоглядних засад. У цей період відбувається інтенсивна внутрішня робота, спрямована на пізнання себе, утвердження власної значущості та окреслення особистих життєвих перспектив. Молоді люди поступово відмовляються від дитячої залежності та переходять до прийняття дорослої відповідальності, що проявляється у прагненні до незалежності, виборі майбутньої професії та визначенні власної ролі в суспільстві.

Ключовим результатом цього етапу є становлення нової ідентичності, яка дозволяє особистості знайти відповіді на фундаментальні запитання: «Хто я?»

і «Ким прагну стати?». Саме у юності формуються основи майбутнього життєвого шляху, вибудовується система цінностей і світоглядних смислів, що надалі визначатимуть поведінку, вибір і характер міжособистісних стосунків.

Таким чином, юнацький вік слід розглядати як особливо чутливий період становлення особистості, у якому емоційно-психологічний стан набуває визначального значення. Психоемоційні переживання в цей час виступають не лише відображенням внутрішніх суперечностей, а й важливим чинником, що формує якість взаємин з іншими, здатність до співпраці та рівень соціальної адаптації. З огляду на це, подальше дослідження впливу емоційно-психологічної сфери на міжособистісну комунікацію є критично важливим для розуміння механізмів розвитку молодшої особистості та для створення ефективних рекомендацій щодо підтримки юнацтва в умовах сучасних суспільних викликів.

Юнацький вік є ключовим етапом становлення особистості, під час якого інтенсивно формуються самосвідомість, система цінностей, емоційна культура, соціальні ролі та моделі міжособистісної взаємодії. Хронологічні межі цього періоду (приблизно 15-23 роки) охоплюють перехід від пізнього підліткового віку до ранньої дорослості, що супроводжується як біологічним дозріванням, так і ускладненням соціальної поведінки.

У цей час відбувається становлення внутрішньої позиції дорослої людини, зростає потреба в автономії, самоствердженні та самовизначенні. Самопізнання і рефлексія стають провідними механізмами розвитку, сприяючи перегляду власного місця у світі, формуванню життєвих планів та орієнтирів. Структура ціннісних орієнтацій юнаків та юнок формується під впливом як зовнішніх соціальних факторів, так і суб'єктивного досвіду; для цього віку характерні підвищена значущість навчання, соціального статусу, міжособистісних стосунків та прагнення до майбутніх досягнень.

Соціальна взаємодія у юнацькому віці зазнає суттєвої трансформації. Зростає роль спілкування з ровесниками, ускладнюються моделі дружби та

романтичних стосунків, які вперше набувають глибоко особистісного характеру. Паралельно з цим визначальним залишається вплив сім'ї: стиль виховання, емоційний клімат та моделі поведінки батьків формують засадничі елементи емоційної та моральної регуляції молодого людини.

Усі ці процеси відбуваються в контексті підвищеної емоційної сенситивності та динамічності психоемоційних станів, які можуть швидко змінюватися залежно від життєвих обставин, соціального оточення та індивідуальних характеристик. Юнаки демонструють як імпульсивність і нестабільність емоцій, так і здатність до глибоких емоційних переживань, рефлексії та усвідомленого емоційного реагування. Саме психоемоційні стани, їхня глибина, тривалість та якість визначають особливості міжособистісної взаємодії: рівень довіри, емпатійності, соціальної підтримки, конфліктності та комунікативної ефективності.

Важливим є і гендерний аспект: юнаки частіше проявляють зовнішню емоційну експресію, імпульсивність та агресивність, тоді як дівчата характеризуються вищою емпатійністю, емоційною чутливістю та комунікативною гнучкістю. Ці відмінності зумовлюють різні стилі міжособистісної взаємодії та специфіку соціальних зв'язків.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що юнацький вік є сенситивним періодом розвитку, у якому психоемоційні стани відіграють провідну роль у формуванні міжособистісних взаємин. Розуміння психологічних особливостей цього віку – від змісту ціннісно-сислової сфери до механізмів емоційної регуляції – є необхідним для аналізу тих закономірностей, що визначають якість спілкування, соціальну адаптацію та становлення особистості в дорослому житті. Це створює методологічне підґрунтя для подальшого емпіричного вивчення взаємозв'язку психоемоційних станів і міжособистісної взаємодії в юнацькому віці.

РОЗДІЛ II.

ЕМПІРИЧНА ЧАСТИНА: ВПЛИВ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ НА МІЖОСОБИСТІСНУ ВЗАЄМОДІЮ

В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2.1 Організація емпіричного дослідження та обґрунтування вибірки

Дослідження проводилося на базі Львівського державного університету внутрішніх справ, серед студентів першого курсу спеціальності «Психологія». Для збору емпіричних даних застосовувалися стандартизовані психодіагностичні методики, спрямовані на оцінку емоційних станів та особливостей міжособистісної взаємодії. Зокрема, використовувалися опитувальники та шкали, адаптовані до українського контексту, а також соціометричні методи для аналізу структури міжособистісних відносин у групі. Анкетування здійснювалося у форматі Google Forms, що забезпечувало анонімність, зручність та оперативність обробки даних. Отримані результати підлягали статистичному аналізу із застосуванням кореляційних та порівняльних методів, що дозволило виявити взаємозв'язки між психоемоційними станами та характеристиками міжособистісної взаємодії.

У дослідженні взяли участь 48 студентів першого курсу спеціальності «Психологія» Львівського державного університету внутрішніх справ. Вибірка є цілеспрямованою та обґрунтованою з огляду на такі чинники:

Вікові межі: респонденти перебувають у юнацькому віці (17–19 років), що відповідає завданням дослідження, оскільки саме цей період характеризується інтенсивним становленням емоційної та соціальної сфери особистості.

Однорідність вибірки: усі учасники навчаються на одній спеціальності та перебувають на однаковому етапі освітнього процесу (перший курс), що мінімізує вплив зовнішніх змінних і забезпечує порівнянність результатів.

Соціально-психологічна значущість: перший курс є періодом активної адаптації до нових умов навчання та соціального середовища, що робить дослідження особливо актуальним для виявлення впливу психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію.

Кількісний склад: чисельність вибірки (48 осіб) є достатньою для застосування базових статистичних методів аналізу та дозволяє отримати валідні результати, які відображають групові тенденції.

Таким чином, вибірка є репрезентативною для поставлених завдань і забезпечує можливість узагальнення отриманих результатів у межах досліджуваної категорії студентської молоді.

2.2. Обґрунтування вибору методичного інструментарію

Вибір психодіагностичного інструментарію зумовлений необхідністю комплексного аналізу психоемоційних станів та їхнього впливу на міжособистісну взаємодію в юнацькому віці. Кожна методика виконує специфічну функцію, доповнюючи інші та забезпечуючи багатовимірність дослідження.

Використані методики:

1. Авторська анкета «Вплив психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію в юнацькому віці»

Анкета дає змогу врахувати індивідуальні особливості переживань респондентів та їх вплив на соціальні контакти. Анкета адаптована до контексту юнацького віку та відображає специфіку емоційних станів молоді в сучасних умовах.

2. Шкала інтенсивності психоемоційних станів (2-тижневий період) - дає можливість простежити динаміку емоційних переживань у короткостроковій перспективі. Це особливо важливо для аналізу актуальних емоційних станів та їхнього безпосереднього впливу на соціальну поведінку.

3. Багатовимірна шкала сприйняття соціальної підтримки(MSPSS). MSPSS вимірює суб'єктивне сприйняття соціальної підтримки від трьох джерел: Family, Friends, Significant Other. Кожен джерело оцінюється окремо, що дозволяє виявити, яке джерело підтримки виконує буферну роль у регуляції емоцій і зниженні ризику соціальної ізоляції або депресивних реакцій у юнаків. Опитувальник оцінювання якості міжособистісної взаємодії.

Опитувальник оцінки довіри у міжособистісній взаємодії спрямований на визначення рівня відкритості, готовності до співпраці, емоційної врівноваженості та здатності формувати стабільні соціальні зв'язки.

4. Шкала агресивності (Buss–Perry Aggression Questionnaire - коротка адаптація). Шкала агресивності оцінює чотири компоненти агресивної поведінки: фізичну агресію, вербальну агресію, ворожість (внутрішнє негативне ставлення) і імпульсивність/злість. Короткі форми зберігають цю структуру, даючи змогу швидко профілювати агресивні тенденції, які прямо корелюють із ризиком конфліктів і зниженням якості міжособистісних контактів у молоді.

5. Шкала емпатії (IRI - Interpersonal Reactivity Index, адаптована форма). IRI вимірює емпатію як багатовимірну рису, розділену на чотири компоненти: Perspective Taking (схильність приймати точку зору іншого), Empathic Concern (співчуття й турбота про інших), Fantasy (тенденція ідентифікуватися з вигаданими персонажами) і Personal Distress (власний емоційний дистрес у відповідь на чужі страждання). Ці підшкали дозволяють розрізняти когнітивну емпатію (розуміння) і емоційну емпатію (співпереживання), а також виявляють, чи емпатія супроводжується власним дистресом, що може ускладнювати конструктивну взаємодію.

Таким чином, застосований психодіагностичний інструментарій забезпечує комплексність та наукову обґрунтованість дослідження.

По-перше, він дозволяє здійснити багатовимірний аналіз, що охоплює ключові параметри міжособистісної взаємодії: емоційні стани, рівень соціальної підтримки, показники агресивності, емпатійні характеристики та якість соціальних контактів.

По-друге, використання адаптованих і стандартизованих методик гарантує валідність та надійність отриманих результатів, що відповідає сучасним вимогам до психодіагностичних досліджень.

По-третє, обрані інструменти враховують вікові та соціальні особливості студентської молоді, що забезпечує релевантність даних у

контексті юнацького періоду розвитку. Нарешті, методики дозволяють здійснити інтеграцію кількісних та якісних показників, що створює підґрунтя для формування цілісних і комплексних висновків щодо впливу психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію.

2.3 . Аналіз результатів дослідження

Варто зазначити що опитування проводилося серед студентів 1 - ого курсу освітнього рівня бакалавр, спеціальності «Психологія». Середній вік серед респондентів ~19 років.

Оскільки дослідження проводилося на вибірці студентів першого курсу, за результатами застосування шкали емоційних станів було визначено узагальнений емоційний профіль групи.(Табл. 2.1)

Загалом у студентів переважають позитивні емоційні стани, серед яких найвищий середній показник має емоція радості – 7,5 за наявності відхилення (SD=1.9). Досить високим виявився й рівень емоції «захоплення» – 6,5(SD=2.1), що свідчить про загалом позитивний емоційний тонус більшості респондентів протягом двотижневого періоду.

Таблиця.2.1

Шкала інтенсивності психоемоційних станів (2-тижневий період)

Змінна	Середнє	Медіана	Мінімум	Максимум	Стандартне відхилення
Страх	4.7	5.0	1	10	2.5
Гнів	6.0	6.0	1	10	2.3
Сум	5.7	6.0	1	10	2.2
Радість	7.5	8.0	2	10	1.9
Натхнення	5.6	5.0	2	10	2.1
Апатія	5.2	5.0	1	10	2.6
Тривога	6.0	6.0	1	10	2.3
Захоплення	6.5	7.0	2	10	2.1
Розчарування	4.9	5.0	1	10	2.3
Емоційна стабільність	5.6	6.0	2	10	2.2

Інтерпретуючи ці результати в контексті міжособистісної взаємодії, можна припустити, що підвищений рівень позитивних емоцій сприятиме формуванню довірливих стосунків у групі, зростанню відкритості, залученості до комунікації та готовності до співпраці.

Подальший аналіз стосується негативних емоцій. Їхні показники загалом є помірними, однак присутні окремі підвищені значення. Зокрема, емоція страху має середнє значення 4,7 ($SD=2.5$), гнів та тривога - по 6,0 ($SD=2.3$), розчарування - 4,9 ($SD=2.3$).

Варто врахувати, що на двотижневий період дослідження припадав епізод обстрілу міста, що вплинуло на респондентів додавши зовнішні стресові обставини.

Попри те, що негативні емоції поступаються за інтенсивністю позитивним, їхня наявність свідчить про регулярне переживання студентами стресових станів, які, своєю чергою, можуть впливати на якість взаємодії в групі. Зокрема, це може проявлятися у формуванні бар'єрів до відкритості, підвищеному ризику непорозумінь або виникненні конфліктних ситуацій у моменти емоційного напруження.

Показник загальної емоційної стабільності групи становить 5,6 ($SD=2.2$), що можна розглядати як стабільний рівень. Водночас він не свідчить про рівномірну стабільність серед усіх студентів: у частини з них виявляються періодичні епізоди підвищеної емоційної реактивності, що проявлятиметься у більшій комунікативній активності, тоді як інші студенти, навпаки, демонструватимуть тенденцію до тимчасового емоційного «закриття».

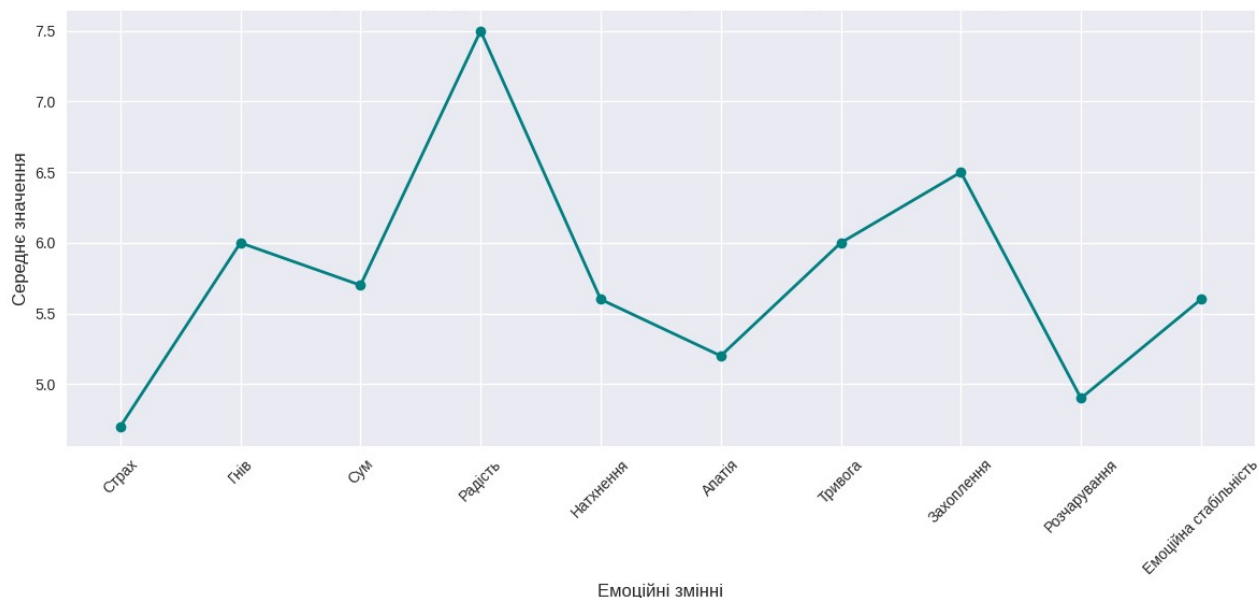


Рис.2.2 Профіль середніх значень психоемоційних станів за 2-ох тижневий період

Отримані дані за шкалою психоемоційних станів дозволяють окреслити узагальнений емоційний профіль студентів першого курсу та проаналізувати його у контексті мети дослідження - визначення впливу психоемоційних станів на особливості міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. Графічне відображення середніх значень психоемоційних змінних подано на Рис.2.2

Серед позитивних емоцій провідне місце займає радість, середнє значення якої становить 7,5, що є найвищим показником серед усіх вимірних емоційних змінних. Такий результат свідчить про домінування позитивного емоційного фону, який сприяє підвищенню рівня відкритості, формуванню довірливих стосунків та активному включенню студентів у комунікативні й навчальні процеси. Дещо нижчі, але також високі значення продемонструвала емоція захоплення (6,5), що вказує на стійку пізнавальну мотивацію, підвищену соціальну активність та готовність до співпраці.

Показники гніву та тривоги (по 6,0) свідчать про їхню помірну інтенсивність. У контексті міжособистісної взаємодії такі емоції є амбівалентними: вони можуть як підвищувати мобілізацію та адаптивну активність, так і загострювати імпульсивність, сприяти виникненню

конфліктів або знижувати ефективність емоційної регуляції, що є характерним для юнацького віку.

Найнижчі значення серед негативних емоційних станів отримано для страху (4,7) та розчарування (4,9). Хоча їхня інтенсивність є невисокою, вони можуть впливати на комунікативну поведінку, зокрема провокуючи уникання, зниження впевненості або тимчасове відсторонення в міжособистісних контактах.

Показники апатії (5,2) та емоційної стабільності (5,6) наближаються до середнього рівня, що засвідчує відносний баланс емоційних станів у групі. Водночас це може свідчити про нерівномірність у здатності до емоційної саморегуляції, що проявляється у чергуванні періодів підвищеної реактивності та емоційного виснаження.

Узагальнюючи, можна зазначити, що переважання позитивних емоцій забезпечує сприятливі умови для конструктивної міжособистісної взаємодії, тоді як помірні та низько інтенсивні негативні стани залишають ймовірність виникнення емоційних бар'єрів, ситуативної напруженості та непорозумінь у комунікації. Представлений на рис. 1 емоційний профіль дає підстави для подальшого аналізу чинників, що посилюють позитивні емоційні стани або спричиняють зростання негативних емоційних проявів у соціальній поведінці юнаків.

Помірні коливання / залежність від обставин

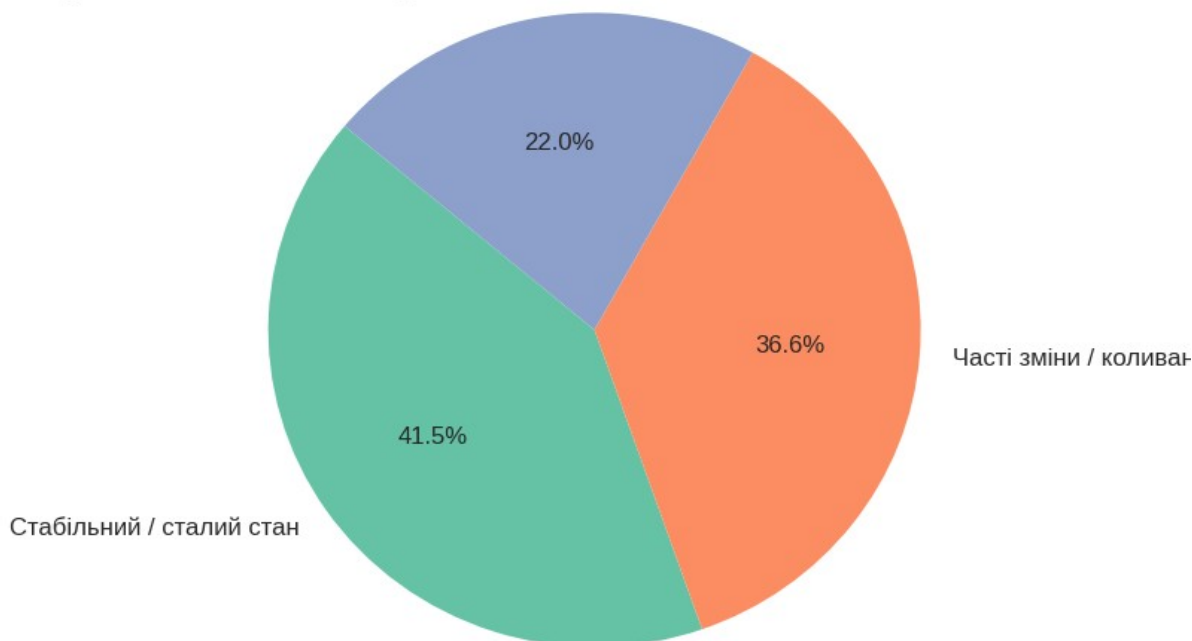


Рис. 2.3. Думка респондентів щодо стабільності їх емоційного стану

Також важливо було дослідити думку самих респондентів. Чи вважали вони свій емоційний стан сталим? Як він змінювався? Чи був він досить сталим протягом цих двох тижнів? І на основі цього питання, ми отримали наступну думку: 42% респондентів зазначили, що їх стан був стабільний і досить так часто не змінювався. Тобто вони були в такій рівновазі з собою і своїми емоціями. 37% респондентів зазначили різкі і часті зміни коливання у власному емоційному стані. Тобто вони були не в порядку. І також 21% зазначили їх емоційний стан або в помірних коливаннях, або в залежності від ситуації, яка відбувалася в їхньому житті. Тим чином, наша група поділяється на дві основні тенденції. На стабільність у значної частині респондентів і на частинку з частими змінами в емоційному стані, що може бути пов'язане з навантаженням соціальними чи навчальними факторами, що є досить актуально для студентів з першого курсу.

**Результати багатовимірної шкали сприйняття соціальної підтримки
(MSPSS)**

Пункт	Середнє значення	Медіана	Мінімум	Максимум	Стандартне відхилення
1. Є хтось поряд, коли я в біді	~4.7	5	2	6	1.3
2. Є хтось, з ким я можу розділити біди й радощі	~4.8	5	0	6	1.5
3. Моя сім'я хоче мені допомогти	~5.0	5	1	6	1.2
4. Отримую емоційну підтримку від сім'ї	~4.6	5	0	6	1.4
5. Є хтось, з ким я відчуваю себе добре	~5.0	5	1	6	1.2
6. Друзі намагаються допомогти	~4.4	5	0	6	1.6
7. Можу розраховувати на друзів, коли мені погано	~4.3	4	0	6	1.7
8. Можу говорити про проблеми з сім'єю	~4.5	5	0	6	1.5
9. Є друзі, з якими можна розділити біди й радощі	~4.7	5	1	6	1.4
10. Є хтось особливий, кого турбують мої почуття	~4.8	5	0	6	1.5
11. Сім'я допомагає у прийнятті рішень	~4.6	5	0	6	1.5
12. Можу говорити про проблеми з друзями	~4.3	4	0	6	1.6

У межах дослідження було проаналізовано показники за багатовимірною шкалою сприйняття соціальної підтримки MSPSS. Що дозволяє оцінити рівень суб'єктивного переживання підтримки з боку сім'ї, друзів та інших людей з соціального кола. Інтерпретація цих даних є важливою для розуміння того, як соціальна підтримка модерує вплив цих емоційних станів на місцеві

статистичні взаємодії. Підтримка з боку сім'ї є великим ресурсом емоційної стабільності та соціальної взаємодії. Найвищі середні показники – приблизно ($\approx 5-6$).

Зокрема, у пунктах «Моя сім'я хоче мені допомогти», «Є хтось, з ким я відчуває себе добре», «Є ті, з якими можна розділити біди, і радощі», і «Є хтось особливий, кого турбують мої почуття». Ці дані свідчать про наявність стабільної та емоційно доступної підтримки навколо сім'ї або інших людей з соціального оточення.

У контексті мети дослідження це має ключове значення, оскільки сімейна підтримка знижує вплив негативних емоційних станів, таких як тривога і страх, пом'якшує реактивність на стрес, що підвищує якість міжособистісна взаємодія, сприяє розвитку довіри і відкритості в соціумі і в контактах з цим соціумом, і виконує роль такого бар'єра буферної зони, яка захищає від емоційних зривів та міжособистісних певних конфліктів. Юнацький вік, який є періодом підвищеної емоційної турбулентності постійних змін, висока сімейна підтримка виступає фундаментом психологічного ресурсу, що стабілізує поведінку у взаємодії з ровесниками і допомагає будувати свій соціальний профіль. Рівень дружньої підтримки є більш варіативний та нерівномірно розподілений, що каже нам, що підтримка з боку друзів загалом є нижчею.

Таким чином, респонденти зазначили, що приблизно ($\approx 4.3-4.5$) можуть розраховувати на друзів, коли їм погано та можуть розраховувати на їх підтримку. Ці значення супроводжуються відносно високим стандартним відхиленням від 1,5 до 1,7 і це вказує на значну різницю досвідів серед респондентів. Це означає, що дружні стосунки в юнацькому віці є менш стабільними і все більше залежать від ситуації, контексту і збігу інтересів. Молодь може мати обмежений доступ до емоційної підтримки у межах своєї соціальної групи, в групах однолітків і у ситуаціях підвищеного емоційного навантаження – тривоги, розчарування, страхів. Дефіцит дружньої підтримки може ускладнювати зміну дію і підвищувати ризик непорозумінь, конфліктів

та емоційної ізоляції. При цьому нижчий рівень дружньої підтримки може посилювати дію негативних емоційних станів, такі як апатія, розчарування, що може сприяти до такого емоційного і соціального відчуження від інших.

Далі приглянемо показники ризику емоційної та соціальної вразливості, наявність мінімальних значень від 1 до 0, свідчать про те, що частина респондентів переживає виражений дефіцит її дружньої підтримки. Це може бути пов'язано з низьким рівнем соціальної інтеграції або ще неадаптованості до соціальної інтеграції, труднощами з комунікативними навичками, підвищенням тривожності, недовірою до соціального середовища, особистими переживаннями, які унеможливають звернення за допомогою. Для таких респондентів підтримка може бути підсилюючою силою для негативних станів, що якраз і ускладнює міжособистісні стосунки, формує почуття ізоляції, знижує якість соціальної взаємодії і може формувати навіть моделі деструктивної поведінки у конфліктних ситуаціях.

Варто зазначити, що дані отримані у MSPSS свідчать, що більшість учасників дослідження мають достатній рівень соціальної підтримки, переважно з боку родини, що створює стабільне підґрунтя для стабільної міжособистісної взаємодії, емоційної стабільності, здатності до відкритої комунікації, ефективної регуляції емоційних станів, бо є приклад, і куди ці емоції можна було, і ті, хто ці емоції може направити.

Водночас нижчі показники дружньої підтримки наявні у деяких студентах з мінімальними значеннями цієї підтримки відображають неоднорідність самої групи, і це призводить до різного рівню соціальної включності, тобто хтось є більш активним і більш популярним у групі, хтось може бути ізольований від групи. Це створює потенційну напруженість у взаємодії і труднощі формування стійких соціальних зв'язків, тобто соціальні контакти, будуть не міцними. Таким чином, ступінь сприйнятої соціальної підтримки виступає важливим модератором впливу цих емоційних станів на міжособистісній взаємодії. Високий рівень підтримки пом'якшує дії негативних станів, тоді як низькість підсилює їхній вплив і створює додаткові бар'єри і перешкоди.

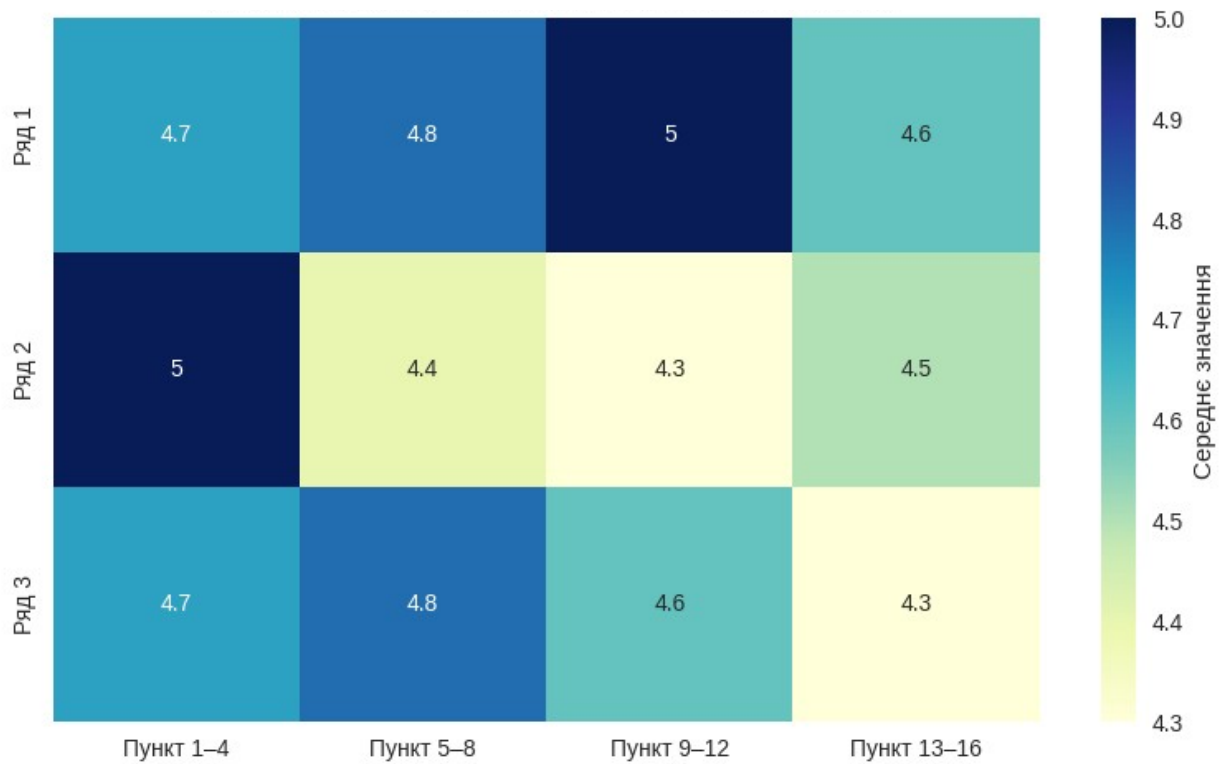


Рис. 2.5. Карта середніх значень MSPSS

На тепловій карті соціальної підтримки MSPSS найбільш насиченими кольорами позначено ті пункти, які демонструють найвищі середні показники сприйняття підтримки серед респондентів. Переважно це стосується підтримки з боку сім'ї та близьких людей, з якими учасники дослідження відчувають емоційний комфорт і безпеку. Така висока оцінка свідчить про те, що ці соціальні зв'язки є ключовим ресурсом для емоційної стабільності та ефективної міжособистісної взаємодії.

Натомість найнижчі середні значення, які на карті відображені більш блідними відтінками, відповідають показникам дружньої підтримки. Це свідчить про більшу варіативність та нерівномірність досвіду соціальної підтримки серед однолітків і вказує на потенційні зони ризику для емоційної стабільності та соціальної інтеграції учасників дослідження. Таким чином, візуалізація на типовій карті дозволяє швидко і наочно ідентифікувати сильні та слабкі сторони соціальної підтримки у досліджуваній групі, що має важливе значення для аналізу взаємозв'язку емоційного стану та міжособистісної взаємодії.



порозуміння у комунікації, недовіру до конкретної особи, особисті не сумісність характерів. Таким чином, конфлікти здебільшого через внутрішньо групові розбіжності у сприйнятті та комунікації, зовнішні фактори. Аналіз факторів, що впливають на якість у групі, показав, що респонденти найчастіше звертали увагу на довіри, спільних цінностей, інтересів і цілей, емоційний стан та

відкритість до спілкування. Якість взаємодії визначається готовністю учасників до контакту та наявністю спільних орієнтирів.

5. Що ви зазвичай відчуваєте під час конфлікту з ровесником?

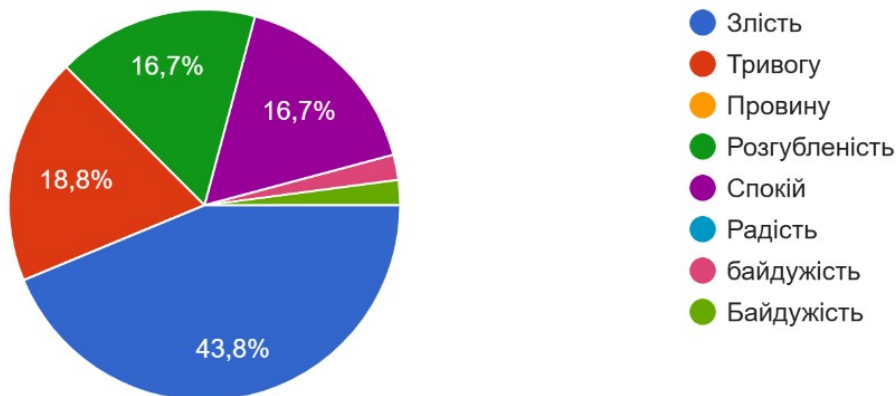


Рис. 2.7. Діаграма «Відчуття під час конфлікту»

Під час конфліктних ситуацій респонденти найчастіше відчували негативні емоції, такі як злість, тривога та розгубленість, рідше - спокій або байдужість (Див. Діаграма 6). Комбінування цих емоцій свідчить про високий рівень емоційного напруження у конфліктних ситуаціях, що впливає на вибір стратегій поведінки.

6. Як ви зазвичай реагуєте, коли відчуваєте емоційне напруження у спілкуванні?

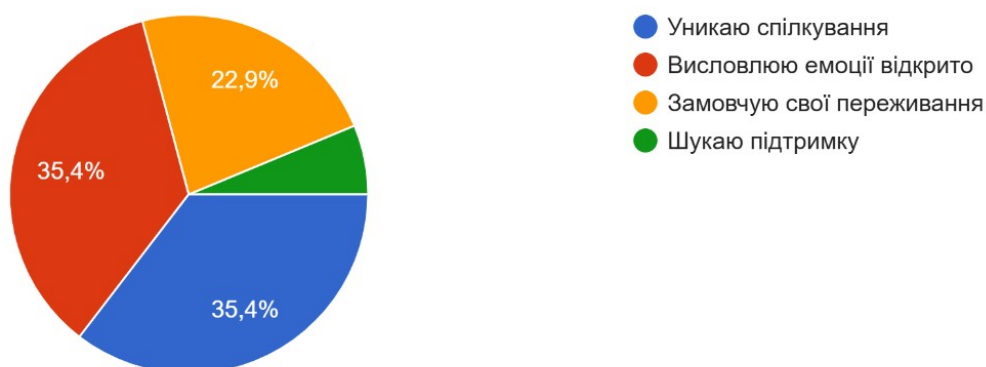


Рис. 2.8. Діаграма «Реакція на емоційне напруження у спілкуванні»

Найпоширенішими стратегіями є уникання контакту з учасниками конфлікту або відкрите вираження емоцій, рідше – пошук підтримки. (Див. Діаграма 7). Це свідчить про різні стилі емоційної регуляції та взаємодії в

групі. Підсумовуючи, відкритість респондентів до спілкування є ситуативною та варіює залежно від обставин.

Конфлікти виникають нечасто, а їхні причини переважно зумовлені комунікативними розбіжностями. Якість міжособистісних стосунків визначається довірою та наявністю спільних цінностей, а емоційні реакції у конфліктних ситуаціях проявляються здебільшого у формі тривоги та розгубленості, що породжує різні стратегії поведінки від уникання до відкритого вираження емоцій.

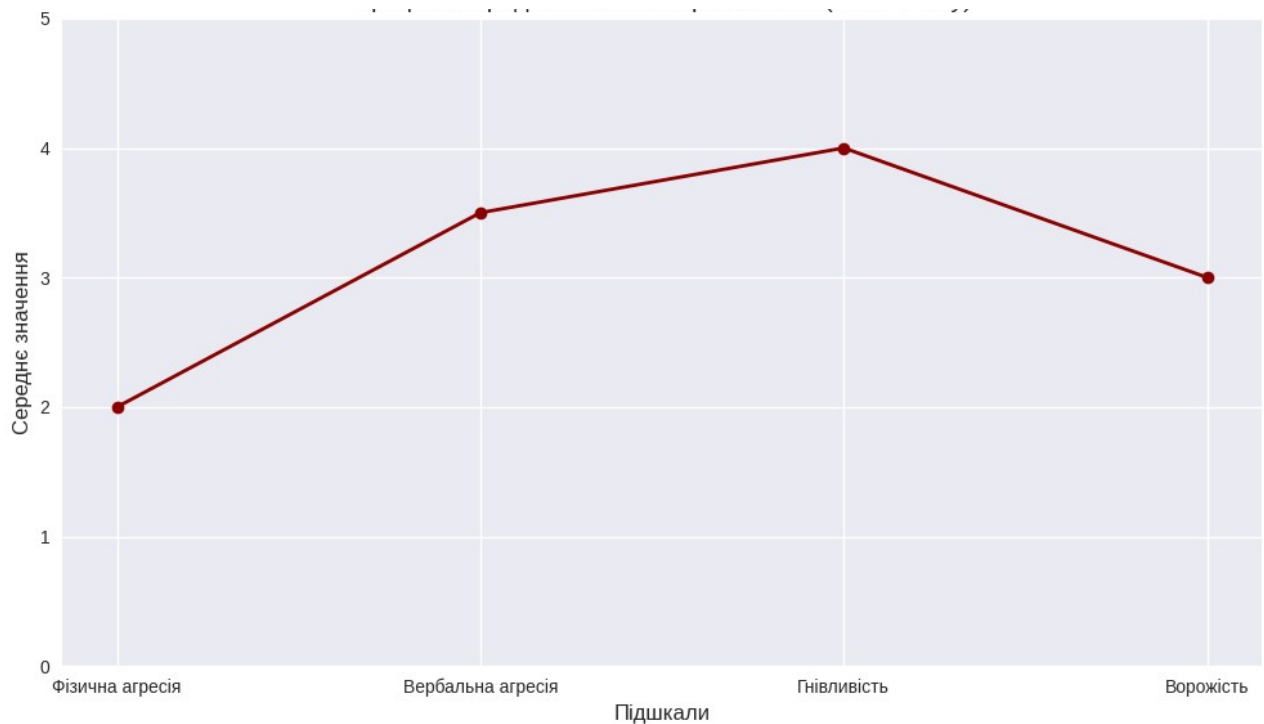


Рис. 2.9 Графік «Профіль середніх значень агресивності Buss-Perry»

Аналіз результатів опитувальника агресивності респондентів показав, що різні компоненти агресії по-різному впливають на міжособистісні взаємодії. Зокрема, високі показники емоційної нестійкості, вербальної агресії та помірної ворожості у підлітків негативно позначаються на якості стосунків із однолітками. Середній рівень емоційної нестійкості у групи коливається від 3,5 до 4,5, що свідчить про вираженість цього компонента. Часті прояви емоційної реактивності та сильне напруження у конфліктних ситуаціях ускладнюють підтримку позитивних стосунків і можуть призводити до соціальної ізоляції або відштовхування однолітків.

Вербальна агресія, зі середнім значенням від 3 до 4, також є поширеним явищем у групі. Такі прояви включають підвищений тон голосу, різкі зауваження та суперечки, що може спричиняти цикли взаємної вербальної агресії, погіршувати комунікацію та створювати тривалі негативні наслідки, зокрема тривожність і зниження самооцінки у учасників конфлікту, а також формувати негативний соціальний клімат для всіх членів групи.

Помірний рівень ворожості та недовіри (середнє значення 2,5-3,5) впливає на здатність формувати близькі та стабільні дружні або романтичні стосунки. Такі когнітивні установки сприяють сприйняттю нейтральних подій як потенційно ворожих, що ускладнює соціальну інтеграцію та довіру.

Фізична агресія виявилася найменш поширеною, зі середніми показниками від 1,5 до 2,5. Більшість підлітків рідко вдаються до фізичних проявів агресії, проте наявність невеликої групи з високими балами свідчить про потенційний ризик силового вирішення конфліктів у межах групи.

Підсумовуючи, профіль агресивності групи, зокрема високі показники емоційної нестійкості та вербальної агресії, вказує на наявність потенціалу для деструктивної поведінки та створення напруженості у міжособистісних стосунках. Це підкреслює необхідність психологічного супроводу та корекційних заходів для підтримки конструктивного клімату у групі.

Аналізуючи результати шкали емпатії(ERI), ми можемо прослідкувати, що юнацький вік характеризується розвиненими когнітивними та емоційними компонентами емоційних процесів, які відіграють значну роль у формуванні міжособистісної взаємодії.

Таблиця 2.10

Таблиця результатів за шкалою емпатії (ERI - адаптована форма)

Компонент емпатії	Пункти	Середні значення	Характеристика	Вплив психоемоційних станів
Когнітивна емпатія (перспективне мислення)	1, 5, 7	4.0-4.5	Добре сформована здатність ставати на точку зору іншої людини, інтерпретувати її поведінку та прогнозувати емоційні реакції.	Високий рівень знижує імпульсивність у спілкуванні, сприяє усвідомленому ставленню до емоцій інших.
Емоційна емпатія (співпереживання)	2, 4, 6, 9, 10	3.5-4.5 (з варіативністю 1-2 у частини респондентів)	Готовність підтримувати інших, емоційно реагувати на їхні переживання. Висока індивідуальна варіативність.	Підвищена тривожність або виснаження знижують співпереживання; позитивний емоційний фон посилює чутливість.
Емоційна чутливість і розпізнавання станів інших людей	3, 8	3.5-4.0	Висока здатність ідентифікувати емоційний стан співрозмовника за невербальними проявами.	Менш залежна від коливань психоемоційного стану, оскільки базується на соціальному досвіді.

На таблиці 9 ми бачимо середні значення когнітивного мислення(4.0-4.5), ці показники демонструють, що більшість респондентів здатні ставити себе на місце іншої людини та аналізувати інформацію з її точки зору, прораховувати її можливі емоційні реакції та поведінку. Це означає, що когнітивна емпатія характеризується добре сформованою здатністю ставити себе на місце іншої людини, інтерпретувати її поведінку та прогнозувати емоційні реакції. Розглядаючи контекст психоемоційних станів та їх вплив на формування міжособистісної взаємодії, можна зазначити, що високий рівень когнітивної емпатії знижує імпульсивність у спілкуванні та сприяє більш усвідомленому, направленого на перспективу мисленню та більш відповідальному ставленню до емоцій інших людей.

Розглядаючи другий компонент емпатії - емоційний або співпереживання з середнім значенням(3.5-4.5) у більшості групи може

характеризувати цю частину групи, як готові до підтримки інших, також як ті, що здатні емоційно реагувати спереживанням та з високою індивідуальною варіативністю цього співпереживання. Частина емпатії демонструє нижчі показники 1-2 бали. Так, ці відмінності можуть бути пов'язані з актуальними для респондентів психоемоційними станами на момент дослідження. Підвищена тривожність або емоційне виснаження можуть знижувати здатність до співпереживання і позитивно емоційно відреагувати, посилюючи свої переживання на інших.

Таким чином, емоційна емпатія є найбільш динамічним компонентом. В цій групі і залежить від поточного емоційного стану особистості. Якщо брати контекст часу, під час якого було проведено дослідження, можемо сказати, що це є дуже актуальним показником того, як психіка наших респондентів реагувала на стресові події.

Наступний компонент емпатії, який хочеться розглянути, це емоційна чутливість і розпізнавання станів інших людей із середнім значенням (3,5 - 4.0). Через компоненти в цьому емоційному складнику можна побачити достатньо високий рівень здатності ідентифікувати та вловлювати емоційний стан співрозмовника за його невербальними проявами, такими як міміка, інтонація, поведінка. Стабільність цього показника свідчить про те, що емоційна чутливість компонентів менше залежить від коливань емоційного стану, оскільки це значною мірою навичка, яка була сформована на основі попереднього соціального досвіду. Тобто це є той компонент емпатії, який розвивається залежно від взаємодії із самим соціумом і досвіду який юнак від цього соціуму отримав.

Узагальнюючи шкалу емпатії(IRI), можна сказати, що отримані нами результати забезпечують збалансований профіль емпатії всередині нашої групи. Висока когнітивна емпатія забезпечує розуміння мотивів і переживань інших людей. Трохи вищий, але більш індивідуально-варіативний рівень емоційного переживання виражає вплив актуальних психоемоційних станів у момент проведення досліджень, таких як тривога, напруження, емоційні тони

або, навпаки, позитивний психоемоційний тон у результаті зовнішніх чи внутрішніх переживань. Стабільна емоційна чутливість підтримує ефективні соціальні взаємодії та інтерпретує емоційні сигнали інших людей.

Загалом, отримані результати свідчать, що психоемоційні стани моделюють і створюють сам емоційний компонент емпатії. Такі як когнітивний і перспективний (як здатність бачити ситуацію з чужої перспективи), які залишаються більш стабільними під час функціонування особистості. Це пояснює, чому юнаки можуть мати достатньо навичок розуміння інших, але одночасно демонструвати абсолютно різні рівні емоційного включення, які залежать від їхнього власного внутрішнього стану.

Застосування кореляційного аналізу в межах дослідження впливу психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію в юнацькому віці є методологічно доцільним, оскільки метою дослідження є виявлення характеру, напрямку та сили взаємозв'язків між психологічними змінними без втручання в їх природний перебіг. Психоемоційні стани, емпатійні характеристики та показники міжособистісної взаємодії є багатовимірними психологічними конструктами, які формуються й функціонують у тісній взаємозалежності, що зумовлює необхідність аналізу їхніх статистичних зв'язків.

Кореляційний аналіз дає змогу встановити, які саме психоемоційні стани асоціюються з конструктивними або деструктивними формами міжособистісної взаємодії, а також оцінити інтенсивність цих зв'язків у юнацькому віці як сенситивному періоді особистісного та соціального розвитку. Використання цього методу є особливо виправданим у психологічних дослідженнях, де експериментальне маніпулювання емоційними станами є етично або методично обмеженим.

Таким чином, кореляційний аналіз дозволяє емпірично підтвердити теоретичні положення щодо регулятивної ролі психоемоційних станів у міжособистісній взаємодії, забезпечуючи науково обґрунтовану інтерпретацію взаємозв'язків між досліджуваними показниками та створюючи підґрунтя для подальших пошуків причинно-наслідкових механізмів.

У результаті кореляційного аналізу виявлено низку статистично значущих взаємозв'язків між показниками психоемоційних станів, емпатійними характеристиками та особливостями міжособистісної взаємодії в юнацькому віці.

Таблиця 2.11

Кореляційні показники радості, захоплення та натхнення

Емоційний показник	Характеристика взаємодії	r	p
Радість	Відкритість	0,67	$\leq 0,01$
	Готовність до співпраці	0,44	$\leq 0,05$
	Емоційна емпатія	0,42	$\leq 0,05$
Захоплення	Когнітивна емпатія	0,66	$\leq 0,01$
	Стабільні соціальні зв'язки	0,68	$\leq 0,01$
Натхнення	Перспективне мислення	0,69	$\leq 0,01$
	Відкритість	0,59	$\leq 0,01$
	Готовність до співпраці	0,77	$\leq 0,01$

Показники радості, захоплення та натхнення мають стійкі позитивні кореляції з характеристиками міжособистісної взаємодії. Зокрема, радість позитивно пов'язана з відкритістю ($r = 0,67$; $p \leq 0,01$), готовністю до співпраці ($r = 0,44$; $p \leq 0,05$) та емоційною емпатією ($r = 0,42$; $p \leq 0,05$). Захоплення корелює з когнітивною емпатією ($r = 0,66$; $p \leq 0,01$) і здатністю формувати стабільні соціальні зв'язки ($r = 0,68$; $p \leq 0,01$). Натхнення має значущі зв'язки з перспективним мисленням ($r = 0,69$; $p \leq 0,01$), відкритістю ($r = 0,59$; $p \leq 0,01$) та готовністю до співпраці ($r = 0,77$; $p \leq 0,01$).

Отримані результати свідчать про наявність тісного взаємозв'язку між позитивними психоемоційними станами та характеристиками міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. Зокрема, показники радості, захоплення та натхнення демонструють статистично значущі позитивні кореляції з

емпатійними характеристиками, відкритістю та готовністю до співпраці, що підтверджує їхню регулятивну роль у соціальній поведінці юнаків.

Показник радості має найвищий рівень кореляції з відкритістю ($r = 0,67$; $p \leq 0,01$), що вказує на те, що переживання позитивного емоційного фону сприяє зниженню психологічних бар'єрів у спілкуванні, підвищує схильність до саморозкриття та прийняття інших. У контексті юнацького віку це є особливо значущим, оскільки відкритість виступає необхідною умовою формування нових соціальних контактів та становлення ідентичності. Водночас позитивний зв'язок радості з готовністю до співпраці ($r = 0,44$; $p \leq 0,05$) свідчить, що емоційне благополуччя підвищує орієнтацію на спільну діяльність, зменшуючи конкурентні та захисні форми взаємодії. Кореляція радості з емоційною емпатією ($r = 0,42$; $p \leq 0,05$) підтверджує, що позитивні емоції сприяють кращому співпереживанню та емоційному відгуку на стан іншого, що узгоджується з положеннями теорії «розширення і побудови» позитивних емоцій.

Захоплення демонструє сильні позитивні кореляції з когнітивною емпатією ($r = 0,66$; $p \leq 0,01$) та здатністю формувати стабільні соціальні зв'язки ($r = 0,68$; $p \leq 0,01$). Це свідчить про те, що стан захоплення активізує пізнавальний інтерес до іншої людини, стимулює здатність ставати на її позицію та враховувати альтернативні точки зору. Для юнацького віку, який характеризується інтенсивним розвитком рефлексивності та соціального пізнання, захоплення виступає важливим емоційним ресурсом, що сприяє не лише ініціації контактів, але й їх утриманню у тривалій перспективі. Таким чином, захоплення можна розглядати як емоційний чинник соціальної залученості та міжособистісної стійкості.

Найбільш виражені кореляційні зв'язки виявлено щодо показника натхнення, який має сильний позитивний зв'язок із перспективним мисленням ($r = 0,69$; $p \leq 0,01$), відкритістю ($r = 0,59$; $p \leq 0,01$) та, особливо, з готовністю до співпраці ($r = 0,77$; $p \leq 0,01$). Це дозволяє стверджувати, що натхнення як високоактивний позитивний психоемоційний стан підсилює орієнтацію

особистості на взаємодію, спільне досягнення цілей та соціальну кооперацію. В умовах юнацького віку натхнення тісно пов'язане з пошуком смислів, професійним та особистісним самовизначенням, що зумовлює його сильний вплив на соціальну активність і готовність до партнерської взаємодії.

Узагальнюючи отримані результати, можна зробити висновок, що позитивні психоемоційні стани виконують функцію психологічних ресурсів міжособистісної взаємодії. Вони не лише підвищують емпатійність та відкритість, але й сприяють формуванню стабільних, кооперативних соціальних зв'язків, що є критично важливим для адаптації та особистісного становлення в юнацькому віці. Отримані дані емпірично підтверджують положення про те, що емоційний стан особистості виступає важливим регулятором як когнітивних, так і поведінкових аспектів міжособистісної взаємодії.

Таблиця 2.12

Загальна емоційна стабільність

Показник	Характеристика взаємодії	r	p
Загальна емоційна стабільність	Емоційна врівноваженість	0,59	$\leq 0,01$
	Стабільні соціальні зв'язки	0,62	$\leq 0,01$
	Когнітивна емпатія	0,44	$\leq 0,05$
	Емоційна чутливість до станів інших людей	0,66	$\leq 0,01$

Загальна емоційна стабільність демонструє одну з найвищих кореляцій із показниками міжособистісної взаємодії. Вона позитивно пов'язана з емоційною врівноваженістю ($r = 0,59$; $p \leq 0,01$), здатністю формувати стабільні соціальні зв'язки ($r = 0,62$; $p \leq 0,01$), когнітивною емпатією ($r = 0,44$; $p \leq 0,05$) та емоційною чутливістю до станів інших людей ($r = 0,66$; $p \leq 0,01$).

Отримані результати свідчать, що апатія та сум мають виражений деструктивний вплив на міжособистісну взаємодію в юнацькому віці, що

проявляється у стійких обернених кореляційних зв'язках із ключовими соціально-психологічними характеристиками.

Зокрема, апатія демонструє сильні негативні кореляції з відкритістю ($r = -0,68$; $p \leq 0,01$) та готовністю до співпраці ($r = -0,65$; $p \leq 0,01$). Це вказує на те, що зниження емоційної активності, байдужість і втрата мотивації до взаємодії суттєво обмежують соціальну ініціативу юнаків, посилюючи тенденції до психологічної ізоляції та уникання контактів. Обернений зв'язок апатії з емоційною чутливістю ($r = -0,43$; $p \leq 0,05$) свідчить про зниження здатності помічати та адекватно розпізнавати емоційні стани інших людей, що може бути наслідком загального емоційного виснаження та зосередженості на власному внутрішньому неблагополуччі.

Показник суму також негативно впливає на якість міжособистісної взаємодії. Його значущі обернені зв'язки з когнітивною емпатією ($r = -0,41$; $p \leq 0,05$) вказують на зниження здатності до перспективного мислення та врахування позиції іншого в умовах пригніченого емоційного стану. Крім того, сильна негативна кореляція суму з емоційною врівноваженістю ($r = -0,64$; $p \leq 0,01$) свідчить про порушення емоційної регуляції, підвищену вразливість та нестійкість емоційних реакцій, що ускладнює підтримання конструктивної комунікації.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що апатія та сум формують емоційно-депресивний вектор міжособистісної взаємодії, який характеризується зниженням соціальної активності, ослабленням емпатійних ресурсів та порушенням емоційної регуляції. В умовах юнацького віку, який є сенситивним періодом для розвитку соціальних зв'язків і особистісної ідентичності, такі стани істотно ускладнюють процеси соціальної адаптації та можуть виступати психологічними чинниками ризику соціальної ізоляції.

Таблиця 2.13

Кореляція негативних психоемоційних станів

Психоемоційний стан	Характеристика взаємодії	r	p
Тривога	Емоційна врівноваженість	-0,61	$\leq 0,01$

Психоемоційний стан	Характеристика взаємодії	r	p
	Готовність до співпраці	-0,43	$\leq 0,05$
Страх	Відкритість	-0,41	$\leq 0,05$
	Когнітивна емпатія	-0,71	$\leq 0,01$
Розчарування	Стабільні соціальні зв'язки	-0,66	$\leq 0,01$
	Емоційна емпатія	-0,42	$\leq 0,05$

Натомість негативні психоемоційні стани мають переважно обернений характер зв'язків із конструктивними параметрами взаємодії. Зокрема, тривога негативно корелює з емоційною врівноваженістю ($r = -0,61$; $p \leq 0,01$) та готовністю до співпраці ($r = -0,43$; $p \leq 0,05$). Страх має значущі обернені зв'язки з відкритістю ($r = -0,41$; $p \leq 0,05$) і когнітивною емпатією ($r = -0,71$; $p \leq 0,01$). Розчарування негативно пов'язане зі здатністю формувати стабільні соціальні зв'язки ($r = -0,66$; $p \leq 0,01$) та емоційною емпатією ($r = -0,42$; $p \leq 0,05$).

Отримані результати свідчать про наявність тісного взаємозв'язку між позитивними психоемоційними станами та характеристиками міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. Зокрема, показники радості, захоплення та натхнення демонструють статистично значущі позитивні кореляції з емпатійними характеристиками, відкритістю та готовністю до співпраці, що підтверджує їхню регулятивну роль у соціальній поведінці юнаків.

Показник радості має найвищий рівень кореляції з відкритістю ($r = 0,67$; $p \leq 0,01$), що вказує на те, що переживання позитивного емоційного фону сприяє зниженню психологічних бар'єрів у спілкуванні, підвищує схильність до саморозкриття та прийняття інших. У контексті юнацького віку це є особливо значущим, оскільки відкритість виступає необхідною умовою формування нових соціальних контактів та становлення ідентичності. Водночас позитивний зв'язок радості з готовністю до співпраці ($r = 0,44$; $p \leq 0,05$) свідчить, що емоційне благополуччя підвищує орієнтацію на спільну діяльність, зменшуючи конкурентні та захисні форми взаємодії. Кореляція радості з емоційною емпатією ($r = 0,42$; $p \leq 0,05$) підтверджує, що позитивні емоції сприяють кращому співпереживанню та емоційному відгуку на стан

іншого, що узгоджується з положеннями теорії «розширення і побудови» позитивних емоцій.

Захоплення демонструє сильні позитивні кореляції з когнітивною емпатією ($r = 0,66$; $p \leq 0,01$) та здатністю формувати стабільні соціальні зв'язки ($r = 0,68$; $p \leq 0,01$). Це свідчить про те, що стан захоплення активізує пізнавальний інтерес до іншої людини, стимулює здатність ставати на її позицію та враховувати альтернативні точки зору. Для юнацького віку, який характеризується інтенсивним розвитком рефлексивності та соціального пізнання, захоплення виступає важливим емоційним ресурсом, що сприяє не лише ініціації контактів, але й їх утриманню у тривалій перспективі. Таким чином, захоплення можна розглядати як емоційний чинник соціальної залученості та міжособистісної стійкості.

Найбільш виражені кореляційні зв'язки виявлено щодо показника натхнення, який має сильний позитивний зв'язок із перспективним мисленням ($r = 0,69$; $p \leq 0,01$), відкритістю ($r = 0,59$; $p \leq 0,01$) та, особливо, з готовністю до співпраці ($r = 0,77$; $p \leq 0,01$). Це дозволяє стверджувати, що натхнення як високоактивний позитивний психоемоційний стан підсилює орієнтацію особистості на взаємодію, спільне досягнення цілей та соціальну кооперацію. В умовах юнацького віку натхнення тісно пов'язане з пошуком смислів, професійним та особистісним самовизначенням, що зумовлює його сильний вплив на соціальну активність і готовність до партнерської взаємодії.

Узагальнюючи отримані результати, можна зробити висновок, що позитивні психоемоційні стани виконують функцію психологічних ресурсів міжособистісної взаємодії. Вони не лише підвищують емпатійність та відкритість, але й сприяють формуванню стабільних, кооперативних соціальних зв'язків, що є критично важливим для адаптації та особистісного становлення в юнацькому віці. Отримані дані емпірично підтверджують положення про те, що емоційний стан особистості виступає важливим регулятором як когнітивних, так і поведінкових аспектів міжособистісної взаємодії.

Кореляція апатії та суму

Психоемоційний стан	Характеристика взаємодії	r	p
Апатія	Відкритість	-0,68	$\leq 0,01$
	Готовність до співпраці	-0,65	$\leq 0,01$
	Емоційна чутливість	-0,43	$\leq 0,05$
Сум	Когнітивна емпатія	-0,41	$\leq 0,05$
	Емоційна врівноваженість	-0,64	$\leq 0,01$

Показники апатії та суму також мають суттєвий деструктивний вплив на міжособистісну взаємодію. Апатія обернено корелює з відкритістю ($r = -0,68$; $p \leq 0,01$), готовністю до співпраці ($r = -0,65$; $p \leq 0,01$) та емоційною чутливістю ($r = -0,43$; $p \leq 0,05$). Сум має значущі негативні зв'язки з когнітивною емпатією ($r = -0,41$; $p \leq 0,05$) та емоційною врівноваженістю ($r = -0,64$; $p \leq 0,01$).

Отримані результати свідчать, що негативні психоемоційні стани мають переважно деструктивний вплив на характеристики міжособистісної взаємодії в юнацькому віці, що проявляється у стійких обернених кореляційних зв'язках із показниками емоційної регуляції, емпатії та соціальної залученості.

Зокрема, тривога демонструє сильний негативний зв'язок з емоційною врівноваженістю ($r = -0,61$; $p \leq 0,01$), що вказує на її дезорганізуючий вплив на процеси емоційної саморегуляції. Підвищений рівень тривоги у юнацькому віці супроводжується зростанням внутрішньої напруги, очікуванням загрози та зниженням здатності контролювати емоційні реакції, що ускладнює конструктивну взаємодію з іншими. Негативна кореляція тривоги з готовністю до співпраці ($r = -0,43$; $p \leq 0,05$) свідчить про те, що тривожні стани знижують орієнтацію на партнерську взаємодію, посилюючи уникання, недовіру та орієнтацію на індивідуальні або захисні стратегії поведінки.

Страх має виражені обернені зв'язки з відкритістю ($r = -0,41$; $p \leq 0,05$) та когнітивною емпатією ($r = -0,71$; $p \leq 0,01$), що дозволяє розглядати його як один із найбільш потужних чинників порушення міжособистісного розуміння. Переживання страху звужує поле уваги особистості, спрямовуючи її на

самозбереження та мінімізацію ризику, що істотно обмежує здатність до прийняття перспективи іншого та гнучкого соціального мислення. Особливо значущим є сильний негативний зв'язок страху з когнітивною емпатією, що вказує на блокування процесів соціального пізнання та рефлексії, критично важливих для ефективної комунікації в юнацькому віці.

Показник розчарування також виявляє суттєвий деструктивний вплив на міжособистісну сферу. Його негативна кореляція зі здатністю формувати стабільні соціальні зв'язки ($r = -0,66$; $p \leq 0,01$) свідчить про те, що переживання фрустрації та втрати очікувань підриває довіру до інших і знижує мотивацію до підтримання тривалих контактів. Одночасний обернений зв'язок розчарування з емоційною емпатією ($r = -0,42$; $p \leq 0,05$) може бути зумовлений емоційним виснаженням та зосередженістю на власних негативних переживаннях, що обмежує здатність до співпереживання й емоційної чутливості щодо інших людей.

Узагальнюючи отримані результати, можна стверджувати, що негативні психоемоційні стани виступають факторами ризику порушення міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. Вони дезорганізують емоційну регуляцію, звужують когнітивно-емпатійні ресурси та знижують готовність до відкритої й кооперативної взаємодії, що в сукупності ускладнює формування зрілих соціальних відносин на даному етапі онтогенезу.

Таблиця 2.15

Кореляційні зв'язки гніву та імпульсивності/злості

Психоемоційний стан	Характеристика взаємодії	r	p
Гнів	Вербальна агресія	0,73	$\leq 0,01$
	Фізична агресія	0,67	$\leq 0,01$
	Ворожість	0,64	$\leq 0,01$
	Емоційна емпатія	-0,42	$\leq 0,05$

Психоемоційний стан	Характеристика взаємодії	r	p
Імпульсивність/злість	Емоційна стабільність	-0,65	$\leq 0,01$
	Відкритість	-0,68	$\leq 0,01$

Окремо слід відзначити зв'язки гніву та імпульсивності/злості з агресивними формами поведінки. Гнів позитивно корелює з вербальною агресією ($r = 0,73$; $p \leq 0,01$), фізичною агресією ($r = 0,67$; $p \leq 0,01$) та ворожістю ($r = 0,64$; $p \leq 0,01$), одночасно демонструючи негативний зв'язок з емоційною емпатією ($r = -0,42$; $p \leq 0,05$). Імпульсивність/злість має обернені кореляції з емоційною стабільністю ($r = -0,65$; $p \leq 0,01$) і відкритістю ($r = -0,68$; $p \leq 0,01$).

Результати кореляційного аналізу переконливо свідчать про те, що гнів та імпульсивність/злість є ключовими психоемоційними предикторами агресивної поведінки в юнацькому віці. Виявлені статистично значущі зв'язки мають системний характер і охоплюють як поведінкові, так і емоційно-регулятивні аспекти міжособистісної взаємодії.

Зокрема, гнів демонструє високі позитивні кореляції з вербальною агресією ($r = 0,73$; $p \leq 0,01$), фізичною агресією ($r = 0,67$; $p \leq 0,01$) та ворожістю ($r = 0,64$; $p \leq 0,01$). Така інтенсивність зв'язків свідчить, що переживання гніву у юнацькому віці часто трансформується у відкриті агресивні реакції, спрямовані як на безпосередній вплив на іншого (фізична агресія), так і на психологічний тиск (вербальна агресія, ворожість). Це вказує на недостатню сформованість механізмів конструктивної емоційної регуляції, коли гнів не інтегрується у соціально прийнятні форми вираження, а реалізується через деструктивні поведінкові стратегії.

Негативний зв'язок гніву з емоційною емпатією ($r = -0,42$; $p \leq 0,05$) свідчить про те, що інтенсивні афективні стани знижують здатність до емоційного відгуку на переживання іншого. У стані гніву фокус уваги особистості зміщується на власні фрустровані потреби та переживання, що обмежує можливість співпереживання й розуміння емоційного стану співрозмовника. Це створює психологічні передумови для знецінення іншого та виправдання агресивних дій у міжособистісній взаємодії.

Показник імпульсивності/злості виявляє виражені обернені кореляції з емоційною стабільністю ($r = -0,65$; $p \leq 0,01$) та відкритістю ($r = -0,68$; $p \leq 0,01$). Це означає, що схильність до швидких, неконтрольованих емоційних реакцій поєднується з низьким рівнем емоційної саморегуляції та зростанням психологічної закритості. У юнацькому віці, коли процеси самоконтролю та усвідомленого управління емоціями ще перебувають у стадії формування, імпульсивність істотно підвищує ризик конфліктної поведінки та ускладнює побудову довірливих міжособистісних стосунків.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що гнів та імпульсивність/злість формують агресивно-деструктивний вектор міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. Вони підсилюють агресивні прояви, знижують емпатійні ресурси, порушують емоційну стабільність та обмежують відкритість до соціального контакту. Отримані результати підкреслюють важливість розвитку навичок емоційної регуляції, усвідомлення та конструктивного вираження гніву як необхідної умови профілактики агресивної поведінки в юнацькому середовищі.

Узагальнення результатів кореляційного аналізу дозволяє стверджувати, що психоемоційні стани є вагомими детермінантами характеру міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. Виявлені кореляційні зв'язки мають системний характер і відображають як ресурсний, так і деструктивний потенціал емоційної сфери особистості.

Позитивні психоемоційні стани - радість, захоплення та натхнення - демонструють стійкі прямі кореляції з відкритістю, готовністю до співпраці, емпатійними характеристиками та здатністю формувати стабільні соціальні зв'язки. Це свідчить про те, що позитивний емоційний фон розширює соціально-когнітивні ресурси особистості, сприяє емпатійному розумінню іншого та підвищує орієнтацію на кооперативні форми взаємодії.

Натомість негативні психоемоційні стани - тривога, страх, розчарування, апатія та сум - мають переважно обернений характер зв'язків із

конструктивними параметрами міжособистісної взаємодії. Вони асоціюються зі зниженням емоційної врівноваженості, емпатії, відкритості та здатності підтримувати тривалі соціальні контакти, що вказує на їх дезорганізуючий вплив на соціальну поведінку юнаків.

Окремо встановлено, що гнів та імпульсивність/злість мають тісні позитивні кореляції з агресивними формами поведінки та негативні - з емоційною стабільністю, емпатією й відкритістю. Це підтверджує їхню роль як ключових емоційних чинників агресивно-деструктивних моделей міжособистісної взаємодії в юнацькому віці.

Таким чином, отримані результати підтверджують, що психоемоційні стани виконують регулятивну функцію у структурі міжособистісної взаємодії: позитивні емоції виступають психологічними ресурсами соціальної адаптації та кооперації, тоді як негативні та афективно-імпульсивні стани - факторами ризику порушення конструктивних форм взаємодії. Загальна емоційна стабільність при цьому може розглядатися як інтегральний показник, що опосередковує вплив емоційних станів на якість міжособистісних відносин у юнацькому віці.

Застосування факторного аналізу в дослідженні впливу психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію в юнацькому віці є методологічно доцільним, оскільки досліджувані показники утворюють складну систему взаємопов'язаних психологічних змінних. Психоемоційні стани, емпатійні характеристики, параметри міжособистісної взаємодії та агресивні прояви не функціонують ізольовано, а формують цілісну структуру емоційної регуляції та соціальної поведінки особистості.

Факторний аналіз дає змогу виявити латентні (приховані) психологічні фактори, які інтегрують окремі змінні у змістовно узгоджені компоненти, що відображають провідні механізми міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. Це дозволяє зменшити кількість показників без втрати інформативності, упорядкувати емпіричні дані та перейти від аналізу окремих кореляцій до інтерпретації узагальнених психологічних вимірів.

Крім того, застосування факторного аналізу є виправданим з огляду на результати попереднього кореляційного аналізу, який засвідчив наявність численних статистично значущих зв'язків між досліджуваними показниками. Факторизація цих зв'язків дозволяє підтвердити їх структурну узгодженість і виявити основні вектори впливу психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію.

Таким чином, факторний аналіз виступає ефективним інструментом узагальнення емпіричних даних та забезпечує глибше розуміння психологічної структури психоемоційних станів і їх ролі у формуванні міжособистісної взаємодії в юнацькому віці.

За результатами факторного аналізу виокремлено три узагальнені фактори, які відображають структурну організацію психоемоційних станів та їх зв'язок із міжособистісною взаємодією в юнацькому віці. У таблиці 16 подано факторні навантаження показників психоемоційних станів і міжособистісної взаємодії в юнацькому віці.

Таблиця 2.16

Факторні навантаження показників психоемоційних станів і міжособистісної взаємодії в юнацькому віці

Показник	Фактор 1 Емоційно- ресурсний	Фактор 2 Емоційна дезорганізація	Фактор 3 Агресивно- імпульсивний
Радість	0,78		
Захоплення	0,74		
Натхнення	0,81		
Загальна емоційна	0,69	-0,58	

стабільність			
Відкритість	0,72	-0,61	-0,44
Готовність до співпраці	0,76	-0,55	
Когнітивна емпатія	0,71	-0,46	
Емоційна емпатія	0,68		-0,41
Емоційна чутливість	0,65	-0,43	
Здатність формувати стабільні соціальні зв'язки	0,73	-0,62	
Тривога		0,77	
Страх		0,81	
Розчарування		0,74	
Апатія		0,79	
Сум		0,71	
Гнів			0,83
Агресивна імпульсивність			0,79
Вербальна агресія			0,76
Фізична агресія			0,72
Ворожість			0,68

Фактор 1. Емоційно-ресурсний фактор міжособистісної взаємодії

Об'єднує показники:

- радість
- захоплення
- натхнення
- загальна емоційна стабільність
- відкритість
- готовність до співпраці
- когнітивна емпатія
- емоційна емпатія
- емоційна чутливість
- здатність формувати стабільні соціальні зв'язки

Цей фактор відображає ресурсний потенціал психоемоційної сфери особистості, який забезпечує відкритість до соціальних контактів, емпатійне

розуміння іншого та орієнтацію на кооперативні форми взаємодії. Позитивні емоційні стани в поєднанні з емоційною стабільністю створюють сприятливий емоційний фон для розвитку міжособистісних зв'язків, активізують перспективне мислення та знижують психологічні бар'єри у спілкуванні. У юнацькому віці цей фактор виступає основою соціальної адаптації та особистісного становлення.

Фактор 2. Фактор емоційної дезорганізації та соціального відчуження

Об'єднує показники:

- тривога
- страх
- розчарування
- апатія
- сум
- низька емоційна врівноваженість
- зниження відкритості
- зниження готовності до співпраці

Даний фактор відображає дезадаптивний емоційний стан, що супроводжується внутрішньою напругою, емоційним виснаженням або пригніченістю. Він пов'язаний зі зниженням здатності до емоційної регуляції, звуженням соціальної активності та ослабленням емпатійних механізмів. У міжособистісній взаємодії цей фактор проявляється у схильності до уникання контактів, труднощах у підтриманні стабільних соціальних зв'язків та зростанні психологічної дистанції з іншими. В юнацькому віці він може виступати фактором ризику соціальної ізоляції та дезадаптації.

Фактор 3. Агресивно-імпульсивний фактор емоційного реагування

Об'єднує показники:

- гнів
- імпульсивність / злість
- фізична агресія

- вербальна агресія
- ворожість
- зниження емоційної емпатії
- зниження відкритості

Цей фактор характеризує схильність до афективно-імпульсивного реагування та агресивних форм поведінки у міжособистісній взаємодії. Він відображає недостатню сформованість механізмів емоційного самоконтролю, що призводить до реалізації гніву через фізичну або вербальну агресію та формування ворожого стилю спілкування. Для юнацького віку цей фактор є показником напруженості процесів емоційної регуляції та може ускладнювати конструктивне вирішення міжособистісних конфліктів.

Таким чином, факторний аналіз дозволив виокремити три ключові психологічні виміри, які визначають характер міжособистісної взаємодії в юнацькому віці: ресурсний (позитивно-емпатійний), дезорганізуючий (емоційно-негативний) та агресивно-імпульсивний. Отримана факторна структура узгоджується з результатами кореляційного аналізу та підтверджує системний вплив психоемоційних станів на соціальну поведінку юнаків.

2.4 Рекомендації для психологічної підтримки молоді у стабілізації психоемоційних станів.

Для психологічної підтримки молоді доцільно впроваджувати психоедукаційні заняття, спрямовані на формування здатності усвідомлювати, розпізнавати та вербалізувати власні емоції. Використання щоденників емоцій, шкал оцінювання інтенсивності переживань, вправ на самоспостереження сприяє підвищенню емоційної рефлексії. Психологам рекомендовано навчати молодь технік саморегуляції (дихальні практики, майндфулнес, прогресивна м'язова релаксація), які активують механізми фізіологічного заспокоєння та знижують інтенсивність негативних афектів.

Рекомендується організовувати тренінги конструктивного спілкування, що включають розвиток активного слухання, асертивності та навичок

безконфліктного вираження емоцій. Особливу увагу варто приділяти умінню читати невербальні сигнали та формуванню емпатичної чутливості. Налагодження ефективної комунікації є важливим чинником зниження міжособистісних конфліктів і зміцнення позитивних соціальних зв'язків, що, у свою чергу, стабілізує психоемоційний стан молоді[26].

Психологам і соціальним педагогам рекомендовано створювати умови для розвитку мереж соціальної підтримки - груп взаємопідтримки, молодіжних об'єднань, наставницьких програм. Наявність стійкого кола соціальних контактів виконує роль буфера стресу, знижує переживання самотності та сприяє формуванню позитивного ставлення до себе. Залучення молоді до волонтерських і колективних ініціатив сприяє зміцненню соціальної ідентичності та розвитку відчуття значущості.

Доцільно впроваджувати тренінги, спрямовані на розвиток конструктивних моделей подолання стресу. Молодь необхідно навчати відрізняти продуктивні стратегії від малоефективних, а також застосовувати методи когнітивної переоцінки, планування та проблемно-орієнтованого копінгу. Важливим напрямом є робота зі зниження рівня катастрофізації та корекція дисфункціональних переконань шляхом використання когнітивно-поведінкових технік.

У навчальних закладах доцільно проводити просвітницькі заходи щодо гігієни способу життя, важливості стабільного сну, фізичної активності та збалансованого харчування. Психологам рекомендується навчати молодь ефективного тайм-менеджменту, навичкам раціонального розподілу навантаження та встановлення особистісних меж. Для запобігання виснаженню ефективним є метод «малих кроків», який зменшує емоційне перевантаження та підвищує відчуття контролю над життєвими ситуаціями.

Освітнім та молодіжним установам рекомендується впроваджувати цифрові ресурси – застосунки для моніторингу настрою, тренування майндфулнес та керування стресом. Водночас молодь слід навчати критичного та безпечного використання соціальних мереж, оскільки надмірне порівняння

себе з іншими та вплив кібербулінгу є значущими факторами дестабілізації психоемоційного стану. Психоедукаційні онлайн-платформи можуть підвищувати психологічну грамотність та доступність підтримки.

Індивідуальні консультації є ефективними для глибинного аналізу особистісних стресорів, виявлення тригерів та формування індивідуальних стратегій саморегуляції. Групові форми роботи - тренінги соціальних навичок, арт-терапевтичні заняття, психокорекційні групи - створюють середовище соціального навчання, де молодь може отримувати емоційну підтримку та формувати навички ефективної взаємодії. Доцільним є застосування методів когнітивно-поведінкової терапії, арт-терапії, тілесно-орієнтованих практик.

Розвиток рефлексії є ключовим механізмом саморегуляції. Психологам рекомендується використовувати техніки самоаналізу, ведення щоденників, рефлексивні питання, метафоричні асоціативні карти та вправи, що сприяють усвідомленню внутрішніх процесів. Підвищення рівня рефлексивності сприяє глибшому розумінню власних переживань, формуванню автономії та відповідального ставлення до особистих емоційних станів [26].

Рекомендації для психологічної підтримки молоді мають бути спрямовані на розвиток емоційної грамотності, навичок саморегуляції та конструктивної комунікації. Важливо забезпечити програми, що підсилюють дружню підтримку серед однолітків, формують навички емпатії та знижують рівень агресивності. В Україні існують такі програми:

«Вчимося жити разом» – парціальна програма з розвитку соціальних навичок та ефективної взаємодії дітей і підлітків. Вона включає тренінги з ненасильницької комунікації, розвитку емпатії та навичок співпраці.

Тренінгова програма для неповнолітніх «Подолання агресивної поведінки» – спеціально розроблена для профілактики агресивності та формування конструктивних моделей поведінки.

UNFPA Україна та Національна молодіжна стратегія до 2030 року - включає програму «Молодь України» (2021-2025), яка передбачає розвиток

соціальної інтеграції, підтримку ментального здоров'я та формування навичок емпатії й комунікації серед молоді.

Empathy Ukraine – спільнота емпатійної підтримки, що проводить індивідуальні та групові сесії, «емпатійні кафе» та тренінги з ненасильницької комунікації. Це практичний інструмент для розвитку емпатії та дружньої підтримки серед однолітків.

Програма «7П» (Центр «Коло сім'ї») - спрямована на психічне здоров'я дітей та молоді, включає інтервенції для зниження тривожності, розвитку емоційної чутливості та підтримки соціальної інтеграції.

Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?» (ініціатива Олени Зеленської) – реалізується у співпраці з організацією «Teenergizer». Вона пропонує безкоштовні консультації та освітні тренінги для підлітків і молоді щодо ментального здоров'я, гендерної рівності та профілактики ризикованої поведінки.

Проект «ПОРУЧ» (МОН України, UNICEF, Український інститут когнітивно-поведінкової терапії) - надає психологічну підтримку дітям і підліткам, формує навички емоційної регуляції та соціальної взаємодії.

Висновки до розділу 2

Підсумовуючи результати дослідження, можна зазначити, що емоційний стан та рівень соціальної підтримки визначаються ключовими чинниками, які визначають якість міжособистісної взаємодії на в юнацькому віці. Стабільні емоції створюють сприятливі умови для конструктивної комунікації, відкритості та довіри в соціумі. Тоді, як навіть помірні негативні стани, збільшують ризик виникнення емоційних бар'єрів, соціальної напруженості в колективі та збільшення непорозумінь. Соціальна підтримка виявляється

неоднорідною, і більшість респондентів отримують більшу частину підтримки від своїх родин, що й забезпечує для них емоційну стабільність та приклад ефективної регуляції емоцій. Водночас, дружня підтримка має нижчі та більш варіативні показники, що свідчать про нестійкі соціальні зв'язки серед однолітків та можливість в окремих випадках ізоляції окремих учасників групи.

Ризикова ситуація виявляється у тих респондентів, які мають мінімальні значення дружньої підтримки. Для них дефіцит соціальної інтеграції, труднощі комунікації та підвищена тривожність можуть посилювати негативні емоційні стани, сприяти конфліктності та навіть деструктивним моделям поведінки. Таким чином, агресивність проявляється переважно у вербальній формі та через емоційну нестійкість, що ускладнює підтримку позитивних стосунків і може призводити до соціальної напруженості серед групи. Фізична активність є менш поширеною, але наявність її ризику серед частини респондентів висвітлює потенційний ризик силового вирішення конфліктів серед групи.

Показники емпатії демонструють збалансований профіль. Когнітивна емпатія є стабільною та добре зрозумілою серед групи, тоді як емоційна емпатія більш варіативна і здебільшого залежить від актуальності тих емоційних станів серед групи. Емоційна чутливість до невербальних проявів виявляється відносно стабільною, що свідчить про володіння соціальними навичками і можливість сформувати довшу дружбу з однолітками.

Узагальнення результатів кореляційного аналізу дозволяє стверджувати, що психоемоційні стани є вагомими детермінантами характеру міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. Виявлені кореляційні зв'язки мають системний характер і відображають як ресурсний, так і деструктивний потенціал емоційної сфери особистості.

Позитивні психоемоційні стани - радість, захоплення та натхнення - демонструють стійкі прямі кореляції з відкритістю, готовністю до співпраці, емпатійними характеристиками та здатністю формувати стабільні соціальні

зв'язки. Це свідчить про те, що позитивний емоційний фон розширює соціально-когнітивні ресурси особистості, сприяє емпатійному розумінню іншого та підвищує орієнтацію на кооперативні форми взаємодії.

Натомість негативні психоемоційні стани - тривога, страх, розчарування, апатія та сум - мають переважно обернений характер зв'язків із конструктивними параметрами міжособистісної взаємодії. Вони асоціюються зі зниженням емоційної врівноваженості, емпатії, відкритості та здатності підтримувати тривалі соціальні контакти, що вказує на їх дезорганізуючий вплив на соціальну поведінку юнаків.

Окремо встановлено, що гнів та імпульсивність/злість мають тісні позитивні кореляції з агресивними формами поведінки та негативні - з емоційною стабільністю, емпатією й відкритістю. Це підтверджує їхню роль як ключових емоційних чинників агресивно-деструктивних моделей міжособистісної взаємодії в юнацькому віці.

Факторний аналіз дозволив виявити структурну організацію психоемоційних станів і показників міжособистісної взаємодії в юнацькому віці та узагальнити їх у вигляді трьох змістовно наповнених психологічних факторів. Отримана факторна модель підтверджує системний характер впливу психоемоційної сфери на соціальну поведінку особистості.

Перший фактор відображає емоційно-ресурсний потенціал міжособистісної взаємодії та об'єднує позитивні психоемоційні стани, емоційну стабільність, емпатійні характеристики, відкритість і готовність до співпраці. Його зміст свідчить, що позитивний емоційний фон і розвинені емпатійні механізми виступають базовими психологічними ресурсами формування конструктивних, стабільних соціальних зв'язків у юнацькому віці.

Другий фактор характеризує емоційну дезорганізацію та соціальне відчуження, поєднуючи негативні психоемоційні стани з порушенням емоційної регуляції та зниженням соціальної активності. Він відображає дезадаптивний вектор міжособистісної взаємодії, за якого тривога, страх,

апатія та розчарування ускладнюють встановлення та підтримання соціальних контактів.

Третій фактор репрезентує агресивно-імпульсивний стиль емоційного реагування, що об'єднує гнів, імпульсивність і агресивні форми поведінки, а також пов'язаний зі зниженням емоційної стабільності та відкритості. Його наявність вказує на недостатню сформованість механізмів емоційного самоконтролю, що зумовлює конфліктні та деструктивні прояви у міжособистісній взаємодії.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що факторний аналіз підтвердив наявність трьох провідних психологічних вимірів - ресурсного, дезорганізуючого та агресивно-імпульсивного, - які визначають характер міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. Отримана факторна структура узгоджується з результатами кореляційного аналізу та поглиблює розуміння ролі психоемоційних станів у формуванні соціальної поведінки юнаків.

Загалом отримані результати підтверджують, що ступінь прийнятної соціальної підтримки та рівня емоційної регуляції є визначальними модераторами між особистою та емоцією. Високий рівень підтримки та розвинена емпатія пом'якшують негативні стани і сприяють конструктивному соціальному клімату. Натомість дефіцит підтримки та підвищена агресивність підсилюють ризик ізоляції, конфліктів і деструктивної поведінки. Це підкреслює необхідність цілеспрямованих психологічних та освітніх інтервенцій, які були спрямовані на розвиток емоційної грамотності, комунікативних навичок та підтримку соціальної інтеграції серед молоді.

ВИСНОВКИ

Узагальнюючи результати дослідження відповідно до поставлених завдань, можна зробити такі висновки. Аналіз наукової літератури підкреслює, що психоемоційні стани є ключовим чинником соціальної адаптації та міжособистісної взаємодії юнаків. Вони розглядають емоційну сферу як основу формування ціннісних орієнтацій, самосвідомості та соціальних ролей. Основні психоемоційні індикатори юнацького віку включають підвищену емоційну сенситивність, імпульсивність, нестабільність настрою, схильність до тривожності, а також здатність до глибоких переживань і рефлексії. Важливим є гендерний аспект: юнаки частіше демонструють агресивність та зовнішню експресію, тоді як дівчата - емпатійність і комунікативну гнучкість.

Рівень емпатії, саморегуляції й агресивності за психодіагностичними методиками показав збалансований профіль: когнітивна емпатія є стабільною та добре розвиненою, емоційна емпатія більш варіативна й залежить від актуальних психоемоційних станів, а емоційна чутливість до невербальних сигналів виявляється відносно стабільною. Агресивність проявляється переважно у вербальній формі та через емоційну нестійкість, тоді як фізична агресія менш поширена, але становить потенційний ризик у конфліктних ситуаціях.

Результати кореляційного аналізу засвідчують, що психоемоційні стани істотно впливають на характер міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. Позитивні емоційні стани (радість, захоплення, натхнення) мають стійкі прямі зв'язки з відкритістю, емпатією, готовністю до співпраці та здатністю формувати стабільні соціальні зв'язки, виконуючи функцію психологічних ресурсів соціальної взаємодії. Натомість негативні стани (тривога, страх, розчарування) асоціюються зі зниженням емоційної рівноваженості, емпатії та соціальної залученості, що ускладнює конструктивну міжособистісну взаємодію. Окремо встановлено, що гнів та імпульсивність/злість пов'язані з агресивними формами поведінки й зниженням емоційної стабільності та

відкритості. Отримані результати підтверджують регулятивну роль психоемоційних станів у формуванні міжособистісної взаємодії в юнацькому віці.

Факторний аналіз засвідчив, що психоемоційні стани та показники міжособистісної взаємодії в юнацькому віці утворюють цілісну структуровану систему, представлену трьома провідними факторами. Перший фактор відображає емоційно-ресурсний потенціал особистості, що забезпечує емпатію, відкритість і готовність до співпраці. Другий фактор характеризує емоційну дезорганізацію та соціальне відчуження, пов'язані з негативними психоемоційними станами. Третій фактор репрезентує агресивно-імпульсивний стиль емоційного реагування, що ускладнює конструктивну міжособистісну взаємодію. Отримана факторна структура підтверджує системний вплив психоемоційних станів на міжособистісну взаємодію в юнацькому віці.

Отже юнацький вік є сенситивним періодом розвитку, у якому психоемоційні стани виступають визначальним чинником міжособистісної взаємодії. Високий рівень соціальної підтримки та емпатії забезпечує стабільність і конструктивність комунікації, тоді як дефіцит підтримки та емоційна нестійкість створюють ризики конфліктності й ізоляції. Це підкреслює необхідність системної психологічної допомоги та освітніх програм, спрямованих на формування емоційної культури, розвиток комунікативних навичок і підтримку соціальної інтеграції молоді.

На підставі теоретичних положень і емпіричних даних запропоновано практичні заходи, спрямовані на підвищення емоційної компетентності та якості міжособистісної взаємодії:

Розвиток емоційної грамотності: впровадження тренінгів з розпізнавання та вербалізації емоцій, інтеграція модулів емоційної грамотності в навчальні програми; використання вправ на самоусвідомлення та рефлексію.

Тренування емоційної регуляції: навчання технікам дихання, майндфулнес-практикам, когнітивно-поведінковим стратегіям для зниження імпульсивності та стабілізації настрою.

Формування емпатії та комунікативних навичок: рольові ігри, вправи на активне слухання, моделі конструктивного вирішення конфліктів; групові супервізії для відпрацювання соціальних навичок.

Посилення соціальної підтримки: створення підтримуючих груп, менторських програм, доступних консультацій психологічної служби в навчальному середовищі; розвиток системи взаємопідтримки серед студентів.

Індивідуалізований підхід: скринінг ризикових профілів і розробка цілеспрямованих корекційних програм для осіб з високою емоційною нестабільністю або агресивністю; залучення сім'ї та педагогів до корекційного процесу.

Кожна рекомендація має бути адаптована до специфіки конкретного навчального закладу та ресурсних можливостей, з урахуванням вікових і гендерних особливостей цільової групи.

Поєднання теоретичного аналізу та емпіричних даних дозволяє стверджувати, що психоемоційні стани є системоутворювальним чинником якості міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. Практична імплікація: підвищення емоційної компетентності та створення системи соціальної підтримки у навчальних колективах сприяє зниженню конфліктності, підвищенню довіри та відкритості, а отже — покращенню соціальної адаптації молоді.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І.Д. Особистісно зорієнтоване виховання. Київ: ІСДО, 1998. [204 с.] https://library.udpu.edu.ua/library_files/420694.pdf
2. Бех І.Д. Ідентифікація у вихованні особистості. Рідна школа. 2013. № 4–5. С. 20–25. http://nbuv.gov.ua/UJRN/rsh_2013_4-5_6
3. Білик Л. Формування соціально-психологічної культури студентської молоді у ВНЗ. Вища освіта України. 1998. № 3. С. 105–109.
4. Боришевський М.Й. Психологічні закономірності розвитку духовності особистості: монографія. Київ: ІПППО, 2005. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/5077/>
5. Вавринів О.С., Христук О.Л. Дослідження психоемоційних станів особистості під впливом стресогенних факторів. Науковий вісник ЛьвДУВС, 2023. <https://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/6886>
6. Велитченко Л.К. Психологічні основи педагогічної взаємодії: дис. доктора психол. наук. Київ, 2006. [508 с.]
7. Винославська О.В. Психологічні особливості студентської групи. Практична психологія та соціальна робота. 2005. № 7. С. 65–67.
8. Волкова Н.П. Педагогіка: посібник. Київ: Видавничий центр «Академія», 2001. <https://studfile.net/preview/2425681/page:18/>
9. Галян І.М. Психодіагностика: навчальний посібник. Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2011. [312 с.] <http://elibrary.tnpu.edu.ua/handle/123456789/12345>
10. Гаврилюк Л. Емоційна саморегуляція як чинник адаптивних можливостей у юнаків та юнок. Херсонський державний університет, 2023. <https://ekhsuir.kspu.edu/bitstreams/e83d4ed2-98dd-42d1-bee9-8578b7148f3d/download>
11. Горецька О.В., Сердюк Н.І., Аврамчук В.Ю. Психологічне дослідження особливостей емоційної зрілості осіб юнацького віку. Бердянськ: Бердянський ДПУ, 2024. <https://dspace.bdpiu.org.ua/server/api/core/bitstreams/56a624bd-0368-482a-a94d-431417685cb7/content>

- 12.Зазимко О.В. Особливості формування індивідуального досвіду юнаків. Досвід особистості: теорія і практика. Збірник матеріалів IX Міжнародної конференції (27–28 лютого 2020 р., м. Ніжин) / за ред. М.В. Папучі. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2020. С. 73–78.
<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/722725/1/za1.pdf>
- 13.Зазимко О.В. Конструювання досвіду в процесі розвитку особистості юнаків: вікові особливості. Актуальні проблеми психології. 2020. Т. 2(12). С. 8. <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v2/i12/8.pdf>
- 14.Зазимко О.В. Психологічні можливості самопроектування особистості в юнацькому віці. Київ: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2015. [210 с.]
<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/8921/1/9.pdf>
- 15.Злівков В.Л. - праці з тренінгових технологій та групової динаміки: монографія/посібник «Сучасні тренінгові технології: інтегративний підхід» (електронна копія в репозитарії).
<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721627/1/ЗЛИВКОВ2020ок.pdf>
- 16.Кавінський Р.В., Малімон В.І. Романтичні стосунки в юнацькому віці: труднощі та шляхи їх подолання. Івано-Франківськ: ІФНТУНГ, 2013.
<https://studfile.net/preview/11432288/page:4/#10>
- 17.Кікінежді О.М. Гендерна ідентичність в онтогенезі особистості: монографія. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2011. [400 с.]
- 18.Коломієць Т. Типологічні особливості емпатійної міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. Вісник КНУ ім. Т. Шевченка. 2017.
<https://bpsy.knu.ua/index.php/psychology/article/view/118>
- 19.Ковальчук З.Я. Генетично-психологічні засади оптимізації педагогічної взаємодії: монографія. Львів: СПОЛОМ, 2013. [600 с.]
- 20.Ковальчук З.Я. Негативні психічні стани військовослужбовців, що отримали бойовий стрес. Актуальні проблеми екстремальної та кризової психології: збірник тез Міжнародної конференції. Дніпро: ДДУВС, 2022. С. 27–31. <https://er.dduvs.edu.ua/bitstream/123456789/10043/1/....>

21. Курило К.М. Емоційні стани міжособистісних стосунків у юнацькому віці.
Львів: ЛьвДУВС, 2025.
<https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/8689/1/%D0%9A%D1%83%D1%80%D0%B8%D0%BB%D0%BE.pdf>
22. Лялюк Ю.Р. Теоретичний аналіз основних підходів до вивчення емоційної стійкості особистості. Науковий вісник ЛьвДУВС. Серія психологічна.
Львів: ЛьвДУВС, 2024.
<https://journals.lvduvs.lviv.ua/index.php/psychology/article/view/654>
23. Массанов В.І. Психологічні трансформації свідомості в юнацькому віці.
Харків: ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2009. [168 с.]
http://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/biblioteka/psychol_rozv_dytny.pdf
24. Мерзлякова О.Л. Психологічні чинники саморозвитку старшокласників у процесі навчання: дис. канд. психол. наук. Київ: Інститут педагогічної освіти та освіти дорослих АПН України, 2010. [178 с.]
25. Національний звіт. Дослідження соціально-емоційних навичок учнівства в Україні. EdCamp Україна, 2022–2024. <https://vchysia.media/topic/...>
26. Пилипенко Л.В., Пристайко Ю. Емпіричне дослідження впливу воєнного стану на психічне здоров'я особистості юнацького віку. Наукові записки ЛДУ БЖД. Педагогіка і психологія. Львів: ЛДУ БЖД, 2023. Т. 1. С. 58–66.
<https://sci.ldubgd.edu.ua/jspui/handle/123456789/12153>
27. Поліщук В.М. Вікові кризи в підлітковому і юнацькому віці: базові симптомокомплекси: монографія. Суми: Університетська книга, 2012. [478 с.] <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/473929>
28. Ситнікова Н.Є. Соціальне самоствердження особистості старшокласників за умов системної диференціації навчання: монографія Тернопіль: Економічна думка, 2005. 140с.
https://er.dduvs.edu.ua/bitstream/123456789/10043/1/Maket_Тези21лютого.pdf

29. Сіроштан А.О. Ціннісні орієнтації в підлітковому та юнацькому віці. Харків: ХНУВС, 2020.
https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/27_03_2020/pdf/104.pdf
30. Тарасова Т.Б. Психологічні особливості студентства: навчально-методичний посібник для магістрантів. Суми: ДПУ ім. А.С. Макаренка, 2004. [50 с.] <https://library.sspu.edu.ua/elektronna-biblioteka-sumdpu/tarasova-t-b-psihologichni-osoblivosti-studentstva-navch-metod-posibnik-dlya-magistrantiv-t-b-tarasova-sumi-sumdpu-im-a-s-makarenka-2004-50-s/>
31. Цалик Н.Ю. Психологічні проблеми педагогічної взаємодії. Гуманітарні аспекти формування особистості: матеріали четвертої наук. конференції (23 квітня 2010 р.). Львів: ЛДУ БЖД, 2010. С. 109–121. <https://bing.com/search?q=%d0%a6%d0%b0%d0%bb%d0%b8%d0%ba+%d0%9d.%d0%ae.+%d0%9f%d1%81%d0%b8%d1%85%d0%be%d0%bb%d0%be%d0%b3%d1%96%d1%87%d0%bd%d1%96+%d0%bf%d1%80%d0%be%d0%b1%d0%bb%d0%b5%d0%bc%d0%b8+%d0%bf%d0%b5%d0%b4%d0%b0%d0%b3%d0%be%d0%b3%d1%96%d1%87%d0%bd%d0%be%d1%97+%d0%b2%d0%b7%d0%b0%d1%94%d0%bc%d0%be%d0%b4%d1%96%d1%97+%d0%9b%d0%94%d0%a3+%d0%91%d0%96%d0%94+2010>
32. Цибух Л.М. Інтерактивні методи як засіб розвитку пізнавальної активності та професійного мислення студентів-психологів. Наука і освіта. 2008. № 3. С. 217–220. <http://dspace.pdpu.edu.ua/handle/123456789/5149>
33. Чепа М.-Л.А. Віковий та професійний розвиток людини: проблеми гармонізації. Конструктивна психологія і професіоналізація особистості: матеріали міжрегіонального наук. семінару. Луцьк: Вежа, 2002. С. 82–92.
34. Шигонська Н.В. Філософський, психологічний, соціологічний та педагогічний аспекти сутності категорії «професійна взаємодія». Вісник Житомирського державного університету. 2008. Вип. 42. С. 160–164. <https://eprints.zu.edu.ua/2919/>

35. Erikson, E. Identity: Youth and crisis. New York: W. W. Norton & Company. 1968 [338 p.]
https://www.academia.edu/37327712/Erik_H_Erikson_Identity_Youth_and_Crisis_1_1968_W_W_Norton_and_Company_1
36. Fromm E. The Art of Loving. New York: Harper & Row, 1956. [133 p.]
<https://lohiatoday.com/wp-content/uploads/2018/09/theartofloving.pdf>
37. Goleman D. Emotional Intelligence. New York: Bantam Books, 1995. [352 p.]
<https://positiveimpact.ie/wp-content/uploads/2025/05/daniel-goleman-emotional-intelligence.pdf>
38. Izard C. Human emotions. New York: Plenum Press. 1977 [495 p.]
<https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=114809>
39. Levkovich I., Yatzkar U., Shenaar-Golan V. Age and Gender Differences in Emotional and Behavioral Functioning Among Youth. Children. 2025. Vol. 12(6). Article 683. <https://www.mdpi.com/2227-9067/12/6/683>
40. May R. Love and Will. New York: W.W. Norton & Company, 1969. [352 p.]
<https://archive.org/details/lovewill00mayrrich>
41. Piaget, J. The psychology of the child (H. Weaver, Trans.). New York: Basic Books. 1972 [221 p.]
<https://www.alohabdonline.com/wp-content/uploads/2020/05/The-Psychology-Of-The-Child.pdf>
42. Shulman S., et al. Gender differences in emotional responses to interpersonal stress in adolescence. Journal of Adolescent Health. 2001. Vol. 29(6). C. 409–417. <https://www.jahonline.org/article/S1054-139X%2801%2900383-4/fulltext>
43. Yoon Y., Eisenstadt M., Leraya S.T., Deighton J. Gender difference in the change of adolescents' mental health and wellbeing trajectories. European Child & Adolescent Psychiatry. 2022. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00787-022-01961-4>