

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ УПРАВЛІННЯ, ПСИХОЛОГІЇ
ТА БЕЗПЕКИ
Кафедра загальної та соціальної психології

**Кваліфікаційна робота на тему:
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ДО
МАНІПУЛЯЦІЙ У КРИЗОВІ ПЕРІОДИ СУСПІЛЬСТВА**

Кваліфікаційна робота
здобувачки першого (бакалаврського)
рівня вищої освіти
денної форми здобуття освіти
спеціальності 053 Психологія
Вікторії ВУС

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

Рецензент:
професор кафедри практичної
психології, доктор психологічних наук,
доцент
Євген КАРПЕНКО

Кваліфікаційна робота допущена до захисту
«__» _____ 2026 р., протокол № ____
Завідувач кафедри загальної та соціальної психології
доктор психологічних наук, професор
_____ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

АНОТАЦІЯ

Вус В. Психологічні особливості стійкості особистості до маніпуляцій у кризові періоди суспільства. У роботі досліджено психологічні особливості стійкості особистості до маніпулятивних впливів у кризові періоди суспільства. На основі теоретичного аналізу розкрито сутність феномена психологічної стійкості до маніпуляцій, визначено його структуру та ключові механізми, серед яких провідне місце займають емоційна регуляція, критичне мислення та суб'єктивний контроль. Обґрунтовано, що в умовах соціальної нестабільності підвищується вразливість до маніпуляцій через зростання тривожності, емоційної напруженості та зниження когнітивної рефлексії. Емпіричне дослідження дозволило виявити взаємозв'язки між особистісними характеристиками, емоційною стійкістю, тривожністю, локусом контролю та іншими психологічними показниками. Встановлено, що ключовими чинниками стійкості виступають емоційна стабільність, інтернальність, самодисципліна та комунікабельність, тоді як нейротизм, підвищена тривожність і нервово-психічна неврівноваженість пов'язані з підвищеною вразливістю до маніпулятивних впливів. На основі отриманих результатів розроблено практичні рекомендації, спрямовані на розвиток психологічної стійкості особистості.

Ключові слова: психологічна стійкість, маніпулятивний вплив, емоційна стійкість, тривожність, нейротизм, саморегуляція, суб'єктивний контроль, критичне мислення, комунікабельність, самодисципліна, кризові періоди, психологічна вразливість

Vus V. Psychological features of personality resistance to manipulation in crisis periods of society. The paper investigates the psychological features of personality resistance to manipulative influences in crisis periods of society. Based on theoretical analysis, the essence of the phenomenon of psychological resistance to manipulation is revealed, its structure and key mechanisms are determined, among which emotional regulation, critical thinking and subjective control occupy a leading place. It is substantiated that in conditions of social instability, vulnerability to manipulation increases due to increased anxiety, emotional tension and decreased cognitive reflection. The empirical study allowed us to identify the relationships between personality characteristics, emotional stability, anxiety, locus of control and other psychological indicators. It was found that the key factors of resilience are emotional stability, internality, self-discipline and sociability, while neuroticism, increased anxiety and neuropsychiatric imbalance are associated with increased vulnerability to manipulative influences. Based on the results obtained, practical recommendations have been developed aimed at developing the psychological resilience of the individual.

Keywords: psychological resilience, manipulative influence, emotional resilience, anxiety, neuroticism, self-regulation, subjective control, critical thinking, sociability, self-discipline, crisis periods, psychological vulnerability

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ДО МАНІПУЛЯЦІЙ	
1.1. Психологічна стійкість до маніпуляцій в науковій літературі	9
1.2. Психологічні механізми та чинники стійкості до маніпулятивних Впливів	17
1.3. Особливості прояву стійкості особистості до маніпуляцій у кризові періоди суспільства	23
Висновки до Розділу 1.	31
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ДО МАНІПУЛЯЦІЙ	
2.1. Обґрунтування та вибір методів емпіричного дослідження	33
2.2. Аналіз результатів	38
2.3. Рекомендації для посилення психологічної стійкості особистості до маніпуляцій	57
Висновки до Розділу 2.	59
ВИСНОВКИ	62
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	65

ВСТУП

Актуальність теми. Актуальність дослідження психологічних особливостей стійкості особистості до маніпуляцій у кризові періоди суспільства зумовлена сучасними соціальними трансформаціями, які супроводжуються високим рівнем невизначеності, інформаційним перевантаженням та поширенням дезінформації. Кризові явища – воєнні конфлікти, економічна нестабільність, соціально-політичні зміни – створюють умови підвищеної психологічної вразливості населення, що ускладнює адекватну оцінку інформації та прийняття рішень. У таких умовах інформаційний простір стає середовищем активного застосування маніпулятивних технологій, які впливають на суспільну свідомість, поведінку та психоемоційний стан людини, що обумовлює необхідність глибокого наукового аналізу механізмів індивідуальної стійкості до таких впливів.

Сучасні дослідження свідчать, що поширення дезінформації та маніпулятивного контенту має не лише соціально-комунікативні, а й виражені психологічні наслідки, зокрема підвищення рівня тривоги, стресу та дезорієнтації особистості [16; 25; 42]. Водночас інформаційні маніпуляції особливо ефективні в умовах кризи, оскільки апелюють до базових емоцій і використовують когнітивні обмеження людини. У зв'язку з цим у науковому дискурсі зростає інтерес до проблеми формування «інформаційної резистентності» та психологічної стійкості як чинника збереження суб'єктності особистості та її здатності до критичного мислення [41; 53; 66]. Зокрема, дослідження у сфері психології дезінформації підкреслюють необхідність розвитку індивідуальних і соціальних механізмів протидії маніпуляціям як важливої умови психологічної безпеки суспільства .

Окрім цього, сучасні наукові підходи розглядають психологічну стійкість як багаторівневу систему ресурсів, що включає когнітивні, емоційні та соціальні компоненти і забезпечує адаптацію особистості до стресових і

кризових умов . У контексті українського суспільства, яке перебуває в умовах тривалого кризового навантаження, проблема стійкості до маніпуляцій набуває особливої практичної значущості, оскільки безпосередньо пов'язана з питаннями інформаційної безпеки, громадянської свідомості та психологічного благополуччя. Відтак дослідження психологічних особливостей стійкості особистості до маніпулятивних впливів у кризові періоди є актуальним як у теоретичному, так і в прикладному аспектах, оскільки сприяє розробці ефективних стратегій підвищення індивідуальної та суспільної резистентності до деструктивних інформаційних впливів.

Об'єктом дослідження психологічна стійкість особистості.

Предмет дослідження – особливості формування психологічної стійкості до маніпуляцій.

Мета дослідження – встановити психологічні особливості особистості, від яких залежить емоційна стійкість особистості до маніпуляцій.

Завдання дослідження :

1. здійснити теоретичний аналіз наукових підходів до розуміння психологічної стійкості особистості та феномену маніпуляції, зокрема уточнити зміст і структуру стійкості до маніпулятивних впливів у сучасному психологічному дискурсі;

2. визначити основні психологічні чинники та механізми стійкості особистості до маніпуляцій, виокремивши когнітивні, емоційно-регулятивні та ціннісно-сміслові компоненти, що забезпечують збереження суб'єктності в умовах інформаційного впливу;

3. проаналізувати специфіку прояву маніпулятивних впливів у кризові періоди суспільства та окреслити їхній вплив на психоемоційний стан і поведінку особистості;

4. емпірично дослідити рівень психологічної стійкості до маніпуляцій у вибірці досліджуваних та встановити взаємозв'язки між показниками

стійкості і релевантними особистісними характеристиками (критичне мислення, емоційна регуляція, толерантність до невизначеності тощо);

5. розробити та обґрунтувати практичні рекомендації щодо підвищення психологічної стійкості особистості до маніпуляцій у кризових умовах.

Методологічна основа дослідження психологічних особливостей стійкості особистості до маніпуляцій у кризові періоди суспільства спирається на інтеграцію кількох взаємодоповнювальних наукових підходів. Базовим виступає системний підхід, у межах якого особистість розглядається як відкрита саморегульована система, що функціонує у взаємодії з соціальним та інформаційним середовищем. Це дозволяє аналізувати стійкість не як ізольовану властивість, а як результат взаємодії внутрішніх ресурсів і зовнішніх впливів. Доповнює його суб'єктно-діяльнісний підхід (С. Максименко, Г. Костюк), який акцентує увагу на активній ролі особистості у процесі сприйняття, інтерпретації та відбору інформації, що є ключовим у контексті протидії маніпуляціям. Водночас використовується когнітивний підхід, який дає змогу розкрити механізми обробки інформації, функціонування когнітивних схем, евристик і упереджень, що можуть як підвищувати, так і знижувати стійкість до маніпулятивних впливів. У межах цього підходу враховуються положення теорій подвійного процесу мислення та критичного мислення як здатності до аналітичного опрацювання інформації.

Важливим компонентом методологічної бази є положення психології стресу та копінгу (R. Lazarus, S. Folkman), а також сучасні концепції психологічної стійкості (resilience), які розглядають її як динамічний процес адаптації до складних умов. Це дозволяє аналізувати стійкість до маніпуляцій у контексті кризових періодів як специфічний прояв адаптивних можливостей особистості, пов'язаних із регуляцією емоційних станів, толерантністю до невизначеності та здатністю витримувати інформаційний тиск. Крім того, у дослідженні враховуються положення соціально-психологічних теорій впливу та переконання (R. Cialdini), які пояснюють

механізми маніпулятивного впливу через апеляцію до базових соціальних і когнітивних процесів. Інтеграція зазначених підходів дозволяє сформувати цілісне уявлення про феномен стійкості до маніпуляцій як складну систему когнітивних, емоційних і ціннісно-смислових регуляторів поведінки особистості.

Методичний інструментарій дослідження визначається його метою і передбачає використання комплексу теоретичних і емпіричних методів. Теоретичні методи включають аналіз, синтез, узагальнення та систематизацію наукових джерел з проблеми дослідження. Емпірична частина може передбачати застосування психодіагностичних методик для вимірювання рівня психологічної стійкості, критичного мислення, емоційної регуляції, толерантності до невизначеності та схильності до маніпулятивного впливу. Для обробки результатів використовуються методи математичної статистики, що дозволяють встановити закономірності та взаємозв'язки між досліджуваними показниками. Таким чином, методологічна основа дослідження забезпечує наукову обґрунтованість, цілісність і валідність отриманих результатів.

Для розв'язання поставлених завдань було використано такі методи дослідження:

- 1) теоретичні – аналіз, синтез, узагальнення;
- 2) емпіричні – бесіда, спостереження, а також такі психодіагностичні:
 - типологічний опитувальник Г.Айзенка – ЕРІ;
 - 16-ти факторний особистісний опитувальник Кеттелла;
 - опитувальник рис особистості для діагностики рівня суб'єктивного контролю Дж.Роттера;
 - методика діагностики самооцінки тривоги та тривожності Ч.Д.Спілбергера – Ю.Л.Ханіна;
- 3) методи математичної обробки даних – кореляційний аналіз. Статистична обробка проводилась за допомогою програми SPSS.

Вибірку дослідження становили 55 осіб віком від 20 до 33 років (40 жінок та 15 чоловіків).

Практичне значення дослідження полягає у можливості застосування отриманих результатів у різних сферах психологічної практики та соціальної діяльності. По-перше, результати можуть бути використані для розробки психопросвітницьких програм, спрямованих на підвищення рівня психологічної стійкості населення до маніпулятивних інформаційних впливів, зокрема в умовах кризових ситуацій. Такі програми можуть включати тренінги з розвитку критичного мислення, емоційної регуляції та навичок аналізу інформації. По-друге, отримані дані можуть бути використані у практиці психологічного консультування та психотерапії для роботи з клієнтами, які перебувають у стані інформаційного перевантаження, тривоги або підвищеної вразливості до зовнішнього впливу. У цьому контексті результати дослідження можуть слугувати основою для формування індивідуалізованих стратегій підвищення психологічної автономії та суб'єктності.

Крім того, практичне значення роботи проявляється у можливості її використання в освітньому процесі — під час викладання дисциплін із психології особистості, соціальної психології, психології впливу та інформаційної безпеки. Отримані результати можуть бути інтегровані в навчальні курси як теоретичний і методичний матеріал, спрямований на формування у студентів навичок критичного мислення та усвідомленого сприйняття інформації. В умовах сучасного інформаційного середовища це набуває особливої актуальності, оскільки підвищення психологічної стійкості до маніпуляцій є важливим чинником не лише індивідуального благополуччя, а й соціальної стабільності та безпеки.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, загальних висновків, списку літератури.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ДО МАНІПУЛЯЦІЙ

1.1. Психологічна стійкість до маніпуляцій в науковій літературі

Психологічна стійкість до маніпуляцій у науковій літературі розглядається як багатовимірний інтегративний характеристика особистості, що забезпечує збереження автономності суджень і поведінки в умовах цілеспрямованого впливу на когнітивну, емоційну та мотиваційну сфери. У межах сучасних підходів до вивчення стійкості (resilience) вона трактується не як статична риса, а як динамічний процес взаємодії індивіда з інформаційним і соціальним середовищем, який передбачає мобілізацію внутрішніх ресурсів та використання адаптивних стратегій реагування. Дослідження психологічної стійкості (S. Maddi, K. Masten) підкреслюють, що здатність особистості зберігати функціональність і цілісність у складних умовах пов'язана з наявністю таких характеристик, як смислова орієнтованість, відчуття контролю над подіями та готовність до активної взаємодії з труднощами. У контексті маніпулятивних впливів ці характеристики набувають специфічного значення, оскільки дозволяють особистості протистояти зовнішньому тиску, не втрачаючи здатності до рефлексії та критичної оцінки інформації [71].

Проблематика маніпуляції в психології розглядається в межах досліджень соціального впливу, переконання та когнітивних викривлень. Зокрема, у роботах R. Cialdini маніпулятивні стратегії описуються як використання універсальних принципів впливу (соціального доказу, авторитету, дефіциту тощо), які активізують автоматизовані реакції людини і знижують рівень критичної обробки інформації. Моделі подвійного процесу обробки інформації (R. Petty, J. Cacioppo) демонструють, що в умовах низької мотивації або когнітивного перевантаження люди частіше спираються на периферійні ознаки повідомлення, що підвищує їхню вразливість до

маніпуляцій. У цьому контексті психологічна стійкість пов'язується зі здатністю переходити до більш глибокого, аналітичного опрацювання інформації, а також із усвідомленням власних когнітивних упереджень, які можуть бути використані маніпулятором [74].

У сучасних дослідженнях також акцентується роль емоційної регуляції та толерантності до невизначеності як ключових чинників стійкості до маніпуляцій. Емоційно насичені повідомлення, що апелюють до страху, тривоги або гніву, є одними з найефективніших інструментів маніпулятивного впливу, оскільки вони звужують когнітивне поле і сприяють прийняттю імпульсивних рішень. Здатність особистості витримувати інтенсивні емоційні стани без переходу до спрощених інтерпретацій дозволяє зберігати критичність мислення і знижує ефективність маніпулятивних стратегій. Водночас ціннісно-смысловий компонент відіграє роль внутрішнього «фільтра», який допомагає співвідносити отриману інформацію з власними переконаннями і життєвими орієнтирами.

Таким чином, у науковій літературі психологічна стійкість до маніпуляцій постає як системна характеристика, що включає когнітивні, емоційні та мотиваційно-смыслові компоненти і забезпечує здатність особистості зберігати суб'єктність у складному інформаційному середовищі.

Аналізуючи психологічну стійкість особистості до маніпуляцій як інтегративну характеристику, доцільно окремо виокремити її емоційний компонент, оскільки саме він значною мірою визначає вразливість або резистентність до зовнішніх впливів. Маніпулятивні стратегії, як правило, апелюють передусім до афективної сфери, активізуючи страх, тривогу, гнів або відчуття загрози, що знижує здатність до критичної обробки інформації та підсилює імпульсивність рішень. У таких умовах рівень емоційної стійкості виступає ключовим регулятором, який забезпечує можливість витримувати інтенсивні емоційні стани без втрати когнітивного контролю та суб'єктної позиції. Відтак дослідження психологічної стійкості до

маніпуляцій неможливе без поглибленого аналізу емоційної стійкості як її структурного компонента, що виконує функцію «фільтра» і модератора впливу інформаційних та соціальних стимулів [79].

Проблема формування емоційної стійкості особистості належить до важливих, проте недостатньо розроблених як у теоретичному, так і в прикладному вимірах психологічної науки. Якщо раніше вона розглядалася переважно в контексті забезпечення ефективності діяльності людини в екстремальних або професійно напружених умовах, то в сучасних соціально-економічних реаліях її значущість істотно розширюється. Зростання рівня невизначеності, інформаційного тиску та соціальних змін актуалізує потребу дослідження емоційної стійкості як універсального ресурсу адаптації особистості у різних сферах життєдіяльності. Аналіз сучасних українських психологічних праць (О. Чебикін, Т. Зливков, В. Москалець, Н. Пов'якель) свідчить про різноманітність підходів до визначення цього феномену: емоційну стійкість розглядають як здатність до ефективної саморегуляції, підтримання оптимального рівня емоційної активності, а також як інтегративну характеристику, що забезпечує стабільність психічних процесів у складних умовах [14; 49; 55; 76].

У сучасному науковому дискурсі емоційна стійкість трактується як системна властивість особистості, яка проявляється у здатності зберігати ефективність діяльності, внутрішню рівновагу та адаптивність під впливом емоціогенних факторів. У цьому контексті вона визначається як інтеграція емоційних, вольових, інтелектуальних та мотиваційних компонентів психічної діяльності, що забезпечують регуляцію поведінки в умовах підвищеного навантаження. Дослідження українських науковців підкреслюють, що емоційна стійкість пов'язана не лише з індивідуально-психологічними особливостями [12], а й із розвитком навичок саморегуляції, здатністю витримувати інтенсивні переживання та підтримувати когнітивний контроль у складних ситуаціях. Таким чином, вона виступає ключовим

механізмом, який запобігає дезорганізації діяльності та забезпечує ефективне функціонування особистості.

Історія вивчення емоційної стійкості демонструє еволюцію наукових уявлень про цей феномен. На початковому етапі досліджень акцент робився на дезорганізуючому впливі емоцій на діяльність людини, що зумовило розвиток описових підходів до аналізу її проявів. У сучасних дослідженнях увага зміщується від констатації негативного впливу емоцій до вивчення механізмів їх регуляції та ролі у забезпеченні адаптивності особистості. Така трансформація наукових підходів дозволяє розглядати емоційну стійкість не як статичну характеристику, а як динамічну систему, що формується в процесі взаємодії особистості з умовами середовища і виступає важливим ресурсом збереження її суб'єктності, зокрема в умовах підвищеного інформаційного та соціального тиску.

Виділення проблеми емоційної стійкості в окремий напрям наукового дослідження пов'язане з переходом від описових уявлень про емоційні процеси до їх системного аналізу як складових саморегуляції діяльності. У сучасних українських дослідженнях [14; 28; 55; 76]. емоційна стійкість розглядається як інтегративна якість особистості, що формується в єдності когнітивних, емоційних і тілесних процесів та забезпечує ефективне функціонування в умовах напруження. Вона трактується як результат цілісної саморегуляції, яка дозволяє зберігати цілеспрямованість поведінки, підтримувати продуктивність діяльності та уникати дезорганізації під впливом емоціогенних факторів. Таким чином, емоційна стійкість постає не як ізольована характеристика, а як системний механізм, що забезпечує узгодженість внутрішніх процесів особистості у складних умовах.

Подальший розвиток досліджень пов'язаний із переходом до вивчення можливостей цілеспрямованого формування та розвитку емоційної стійкості у фахівців різних сфер діяльності. У працях українських науковців підкреслюється, що емоційна стійкість може розвиватися через формування навичок саморегуляції, підвищення усвідомленості та розвиток здатності до

контролю емоційних станів. Це дозволило виділити два основні етапи становлення проблеми: констатуючо-описовий, орієнтований на фіксацію проявів емоційної стійкості, та формувальний, який зосереджується на розробці методів її розвитку. У цьому контексті емоційна стійкість визначається як складна інтегративна якість особистості, що забезпечує стабільність і результативність діяльності в умовах емоційного напруження, а її ключовим показником виступає здатність підтримувати ефективність поведінки за наявності стресових факторів.

У сучасному науковому дискурсі розширюється сфера застосування поняття емоційної стійкості: вона розглядається не лише як умова ефективності професійної чи навчальної діяльності, а як важливий чинник успішності життєдіяльності загалом [49; 55]. Емоційна стійкість пов'язується з розвитком емоційної компетентності та емоційного інтелекту, що включає здатність усвідомлювати, регулювати та конструктивно використовувати власні емоції. Водночас складність її концептуалізації зумовлена тим, що цей феномен формується на перетині емоційної та вольової сфер психіки, що обумовлює використання поняття «емоційно-вольова стійкість». Такий підхід підкреслює взаємозв'язок емоційних процесів із регулятивними механізмами поведінки та дозволяє розглядати емоційну стійкість як комплексну характеристику, що забезпечує здатність особистості ефективно діяти в умовах підвищеного психологічного навантаження [55; 76].

У психологічних словникових джерелах емоційна стійкість часто трактується як здатність психіки зберігати високий рівень функціональної активності в умовах дії стресових та фруструючих факторів, що досягається як за рахунок адаптації до цих впливів, так і завдяки сформованим механізмам саморегуляції. У цьому контексті вводиться поняття емоційно-вольової саморегуляції як системи внутрішніх прийомів самовпливу, спрямованих на підтримання стабільності психічних процесів у складних ситуаціях. Такий підхід підкреслює роль самоконтролю як важливої особистісної характеристики, що дозволяє людині протистояти

деструктивному впливу інтенсивних емоційних станів і зберігати адекватність поведінки. Водночас розуміння емоційної стійкості лише як функціонального стану психіки є обмеженим, оскільки не враховує її особистісного виміру та складної внутрішньої структури.

У науковій літературі емоційна стійкість дедалі частіше розглядається як інтегральна властивість особистості, що формується в результаті взаємодії емоційних, вольових, інтелектуальних та мотиваційних компонентів психічної діяльності [53]. Такий підхід дозволяє розширити розуміння цього феномену, включивши до нього не лише здатність контролювати емоції, а й забезпечувати цілеспрямовану поведінку в умовах підвищеного емоційного навантаження. Емоційна стійкість також пов'язується з індивідуально-типологічними особливостями, зокрема з темпераментом, що визначає здатність людини ефективно використовувати власні нервово-психічні ресурси. Відповідно, її прояви можна розглядати як результат як біологічно зумовлених, так і набутих характеристик, що забезпечують адаптивність у складних умовах.

У межах різних напрямів дослідження емоційної стійкості акцентується увага на її багаторівневій природі. Виділяють фізіологічний аспект, пов'язаний з особливостями нервової системи, структурний — що стосується організації особистісних регуляторних механізмів, та регуляторний — який відображає здатність до самоконтролю. Водночас емоційна стійкість розглядається і як характеристика емоційних процесів, що включає їх інтенсивність, гнучкість, стабільність і змістовне наповнення. Важливим є також вплив попереднього досвіду, емоційних установок і характеру переживаних почуттів, які можуть або підвищувати, або знижувати здатність особистості до ефективної саморегуляції. Сучасні дослідження підкреслюють, що емоційна стійкість формується у процесі адаптації до складних і стресогенних умов, у результаті чого відбувається якісна перебудова взаємодії між емоційними станами та особистісними рисами. Це дозволяє розглядати її як динамічну характеристику, що розвивається

упродовж життя і відіграє ключову роль у забезпеченні ефективності діяльності та психологічної адаптації [54].

У процесі повторюваного пристосування до змінюваних умов діяльності у людини поступово формуються стійкі способи саморегуляції станів і поведінки, які можуть реалізовуватися як на неусвідомленому, так і на свідомому рівні. Поряд із цим відбуваються зміни психодинамічних характеристик особистості, що сприяє становленню нових інтегративних якостей. У сучасних українських дослідженнях підкреслюється, що саме здатність до усвідомленої саморегуляції виступає основою суб'єктного розвитку особистості та визначає характер її адаптації до складних умов. У цьому контексті емоційна стійкість розглядається як одна з ключових інтегративних властивостей, яка істотно впливає на характер поведінки в умовах підвищеного напруження. Її актуалізація може забезпечувати адекватність, передбачуваність і виваженість дій, або, навпаки, за її недостатності спричиняти імпульсивність, дезорганізацію поведінки та зниження ефективності діяльності.

Емоційну стійкість доцільно трактувати як складну інтегративну характеристику особистості, що формується у взаємодії емоційних, вольових, інтелектуальних і мотиваційних компонентів. Водночас у науковій літературі відзначається відсутність єдності у визначенні цього феномену, а також нечіткість у розмежуванні понять емоційної стійкості та емоційної вразливості. Це ускладнює виокремлення їх структурних компонентів і детермінант [33-36]. Аналіз емпіричних досліджень дозволяє виділити низку особистісних характеристик, пов'язаних із різним рівнем емоційної стійкості. Зокрема, емоційна вразливість асоціюється з підвищеною тривожністю, імпульсивністю, зниженою емоційною гнучкістю, тоді як емоційна стійкість пов'язується з більш збалансованим функціонуванням нервової системи, здатністю до регуляції збудження та підтриманням внутрішньої рівноваги.

Дискусійним залишається питання про те, чи слід розглядати емоційну стійкість як відносно стабільну рису особистості, чи як динамічну

характеристику, що змінюється в процесі життєвого досвіду та адаптації. Сучасні підходи схиляються до розуміння цього феномену як проміжного утворення, що поєднує риси і стани, що й зумовлює розмитість меж між такими поняттями, як емоційна стійкість, емоційна напруженість, емоційна чутливість і вольова регуляція. Важливим аспектом є також взаємозв'язок між особистісними рисами і функціональними станами: тривожність, схильність до депресивних переживань чи нейротизм можуть підвищувати ймовірність виникнення несприятливих станів у складних умовах, тоді як такі характеристики, як екстраверсія, пов'язані з більшою ймовірністю переживання ресурсних станів. У цьому контексті емоційна стійкість постає як результат взаємодії систем активації та гальмування поведінки, що визначають чутливість особистості до сигналів заохочення або загрози та відповідні стратегії реагування [35].

Отже, попри різноманіття термінів, якими позначається цей феномен, найуживанішим залишається поняття «емоційна стійкість», а підходи до його тлумачення демонструють спільну логіку розкриття змісту. Зазвичай воно аналізується через характеристики психічного стану суб'єкта, умови діяльності (зокрема складні або екстремальні), рівень ефективності та результативності виконання завдань, а також надійність функціонування особистості в цих умовах. Таким чином, емоційна стійкість розглядається у зв'язку з адаптаційними можливостями людини та її здатністю зберігати продуктивність у ситуаціях підвищеного навантаження.

У науковій літературі емоційна стійкість трактується, з одного боку, як інтегративна властивість особистості, а з іншого – як психічний стан, що може мати як тривалий, так і ситуативний характер. В обох випадках йдеться про здатність підтримувати оптимальний рівень функціонування, забезпечувати ефективність діяльності та зберігати психічне і фізичне благополуччя в умовах емоційного напруження. Такий подвійний підхід підкреслює складність і багатовимірність цього феномену [57].

Разом із тим дослідники наголошують, що емоційна стійкість не є незмінною характеристикою, а може трансформуватися в процесі адаптації до складних або екстремальних умов. Водночас успішність цієї адаптації значною мірою залежить від відносно стабільних особистісних характеристик, зокрема особливостей емоційної сфери, мотиваційно-вольових якостей, а також індивідуального стилю пізнавальної діяльності, який опосередковує емоційні реакції.

Отже, узагальнення теоретичних підходів дозволяє розглядати емоційну стійкість як ключовий структурний компонент стійкості особистості до маніпулятивних впливів. Саме вона забезпечує здатність витримувати інтенсивні емоційні стани, не втрачаючи здатності до критичного аналізу інформації та збереження суб'єктної позиції. Оскільки маніпуляції переважно спрямовані на активацію афективної сфери – страху, тривоги, гніву, – рівень емоційної стійкості визначає, чи буде особистість реагувати імпульсивно та піддаватися зовнішньому впливу, чи зможе утримати внутрішню рівновагу і здійснити усвідомлений вибір. У цьому контексті емоційна стійкість виступає не лише механізмом регуляції емоційних реакцій, а й базовою умовою збереження когнітивної автономії, що є визначальною для протидії маніпуляціям. Таким чином, її розвиток і підтримка є необхідною передумовою формування психологічної стійкості особистості в умовах кризового інформаційного середовища.

1.2. Психологічні механізми та чинники стійкості до маніпулятивних впливів

У межах дослідження стійкості особистості до маніпулятивних впливів принципово важливим є розмежування понять «психологічні механізми» та «чинники», оскільки саме їх взаємодія визначає характер реагування індивіда на зовнішній вплив. Психологічні механізми доцільно розуміти як внутрішні процеси регуляції, що забезпечують організацію сприйняття, обробки інформації, емоційного реагування та поведінкових рішень. Вони включають

когнітивні (аналіз, інтерпретація, критичне осмислення), емоційно-регулятивні (усвідомлення і контроль емоційних станів), а також мотиваційно-вольові процеси, що визначають спрямованість і стійкість поведінки. Саме через ці механізми особистість здійснює селекцію інформації, надає їй смислу та приймає рішення щодо подальших дій, що робить їх центральними у забезпеченні психологічної автономії в умовах інформаційного впливу [61].

На відміну від механізмів, чинники стійкості відображають сукупність внутрішніх і зовнішніх умов, які можуть посилювати або, навпаки, послаблювати здатність особистості протистояти маніпуляціям. До внутрішніх чинників належать індивідуально-психологічні властивості, такі як рівень розвитку критичного мислення, емоційна стійкість, толерантність до невизначеності, особливості мотиваційної сфери та рівень саморегуляції. Зовнішні чинники охоплюють соціальне середовище, характер інформаційного простору, доступ до достовірних джерел інформації, а також культурні та комунікативні контексти, у яких функціонує особистість. Таким чином, чинники створюють умови, в межах яких реалізуються психологічні механізми, визначаючи їх ефективність та напрям.

Розкриття сутності цих категорій неможливе без урахування специфіки маніпуляції як особливого виду соціально-психологічного впливу. Маніпуляція спрямована не на відкрите переконання, а на приховане формування установок і поведінки шляхом активації автоматизованих реакцій людини. Вона використовує емоційні тригери, когнітивні спрощення (евристики) та соціальні очікування, що дозволяє обійти механізми критичного мислення і знизити рівень усвідомленого контролю. Саме тому стійкість до маніпуляцій визначається не лише наявністю певних знань або установок, а передусім ефективністю внутрішніх регуляторних процесів, які дозволяють особистості утримувати дистанцію до інформаційного впливу, зберігати здатність до рефлексії та здійснювати усвідомлений вибір навіть в умовах підвищеного емоційного і когнітивного навантаження [62].

Розкриття психологічних механізмів стійкості до маніпулятивних впливів доцільно здійснювати через їх структурний аналіз, що дозволяє виокремити основні рівні функціонування особистості у процесі взаємодії з інформаційним середовищем. Першим із них є когнітивний рівень, який визначає здатність особистості до усвідомленого опрацювання інформації. До його ключових складових належать критичне мислення, аналітична обробка повідомлень, здатність до виявлення логічних викривлень і когнітивних упереджень, а також рефлексивне ставлення до джерел інформації. Саме цей рівень забезпечує можливість переходу від поверхневого сприйняття до глибшого осмислення, що знижує ефективність маніпулятивних стратегій, які ґрунтуються на спрощених або емоційно забарвлених повідомленнях.

Другим важливим компонентом виступає емоційно-регулятивний механізм, який пов'язаний із здатністю особистості управляти власними емоційними станами у процесі сприйняття інформації. Маніпулятивні впливи часто апелюють до інтенсивних афективних реакцій, що можуть знижувати рівень когнітивного контролю та сприяти імпульсивним рішенням. У цьому контексті емоційна стійкість проявляється у здатності витримувати емоційне напруження без втрати здатності до раціонального мислення, знижувати афективну реактивність та усвідомлювати власні емоційні переживання. Розвинені навички емоційної регуляції дозволяють особистості не лише контролювати свої реакції, а й усвідомлювати їх причини, що значно ускладнює реалізацію маніпулятивного впливу [68].

Третій рівень становить мотиваційно-смісловий механізм, який пов'язаний із системою цінностей і життєвих орієнтирів особистості. Наявність чітко сформованих внутрішніх смислів виконує функцію своєрідного фільтра, через який оцінюється інформація, що надходить із зовнішнього середовища. Завдяки цьому особистість здатна співвідносити отримані повідомлення зі своїми переконаннями, що зменшує залежність від зовнішніх нав'язаних інтерпретацій. Водночас мотиваційна сфера визначає

готовність до активної протидії маніпулятивним впливам, оскільки саме вона забезпечує внутрішню спрямованість поведінки [68].

Окреме місце в цій системі посідає механізм саморегуляції як інтегративний рівень, що поєднує когнітивні, емоційні та мотиваційні компоненти. Саморегуляція проявляється у здатності особистості керувати увагою, контролювати реакції та свідомо обирати стратегії поведінки в умовах інформаційного тиску. Вона забезпечує узгодженість внутрішніх процесів і виступає ключовою умовою збереження суб'єктності, дозволяючи особистості не лише протистояти маніпуляціям, а й активно формувати власну позицію щодо отриманої інформації.

Розуміння психологічних механізмів і чинників стійкості до маніпулятивних впливів потребує врахування специфіки самої маніпуляції як особливого виду соціально-психологічного впливу. На відміну від відкритого переконання, маніпуляція функціонує через приховані механізми формування установок і поведінкових реакцій, активізуючи автоматизовані процеси сприйняття та реагування. Вона не передбачає усвідомленого аналізу інформації суб'єктом, а, навпаки, спрямована на обхід раціонального контролю, використовуючи емоційні стимули, когнітивні спрощення та соціальні очікування як основні інструменти впливу. Така специфіка зумовлює її високу ефективність у ситуаціях, коли людина перебуває в умовах дефіциту часу, перевантаження або емоційної напруги [69].

Маніпулятивні впливи, як правило, апелюють до базових емоційних реакцій – страху, тривоги, гніву або відчуття загрози – що сприяє звуженню когнітивного поля та зниженню здатності до критичного осмислення інформації. Паралельно використовуються когнітивні евристичні механізми, які дозволяють швидко приймати рішення, але водночас підвищують ризик помилкових висновків, а також соціальні норми і очікування, що формують тиск конформності. У результаті відбувається зміщення від усвідомленої обробки інформації до автоматизованого реагування, що істотно знижує рівень психологічної автономії особистості [44].

У зв'язку з цим стійкість до маніпуляцій не може розглядатися виключно як результат поінформованості або наявності певних установок. Вона визначається передусім ефективністю внутрішніх регуляторних процесів, які забезпечують здатність особистості утримувати дистанцію щодо зовнішнього впливу, зберігати рефлексивність і здійснювати усвідомлений вибір. Йдеться про здатність не лише розпізнавати маніпулятивні стратегії, а й витримувати їхній емоційний і когнітивний тиск, не втрачаючи суб'єктної позиції. Саме тому ключову роль у формуванні стійкості відіграють інтегративні механізми саморегуляції, які дозволяють поєднувати емоційний контроль, критичне мислення та ціннісну визначеність у складному інформаційному середовищі [21].

Отже, узагальнення теоретичних підходів до аналізу психологічної стійкості особистості до маніпулятивних впливів дозволяє розглядати цей феномен як складну, багаторівневу та динамічну систему, що формується в процесі взаємодії внутрішніх ресурсів особистості та зовнішніх соціально-інформаційних умов. Стійкість до маніпуляцій не зводиться до наявності окремих знань або установок, а виступає результатом узгодженої роботи когнітивних, емоційних, мотиваційно-сміслових і регуляторних механізмів, які забезпечують збереження суб'єктності в умовах інтенсивного впливу. Особливу роль у цій системі відіграють процеси саморегуляції, що дозволяють особистості керувати увагою, контролювати емоційні реакції та здійснювати усвідомлений вибір поведінкових стратегій.

Аналіз наукових джерел свідчить, що ефективність протидії маніпуляціям значною мірою визначається рівнем розвитку критичного мислення, здатністю до рефлексії, толерантністю до невизначеності та сформованістю внутрішніх ціннісно-сміслових орієнтирів. Водночас ключовим регуляторним чинником виступає емоційна стійкість, яка забезпечує можливість витримувати інтенсивні афективні стани без переходу до імпульсивних або автоматизованих реакцій. Саме вона створює умови для збереження когнітивної автономії, що є необхідною передумовою

критичного аналізу інформації. У контексті кризових періодів суспільства, коли зростає рівень тривоги, невизначеності та інформаційного тиску, значення емоційної стійкості суттєво підвищується, оскільки саме вона визначає здатність особистості зберігати внутрішню рівновагу та не піддаватися деструктивним впливам.

Водночас слід враховувати, що стійкість до маніпуляцій формується під впливом як внутрішніх, так і зовнішніх чинників, які перебувають у постійній взаємодії. До внутрішніх належать індивідуально-психологічні характеристики особистості, такі як рівень саморегуляції, особливості емоційної сфери, мотиваційна структура та стиль мислення. Зовнішні чинники охоплюють соціальне середовище, характер інформаційного простору, доступ до достовірної інформації та рівень соціальної підтримки. Взаємодія цих чинників визначає індивідуальні відмінності у рівні стійкості та особливостях реагування на маніпулятивні впливи [22].

Таким чином, психологічна стійкість до маніпуляцій постає як інтегративна характеристика особистості, що забезпечує здатність до збереження автономності мислення, критичності оцінки інформації та емоційної врівноваженості в умовах інформаційного та соціального тиску. Її формування і розвиток мають важливе значення не лише для індивідуального благополуччя, а й для функціонування суспільства загалом, оскільки сприяють підвищенню рівня психологічної безпеки та зниженню вразливості до деструктивних інформаційних впливів. У цьому контексті подальше дослідження механізмів і чинників стійкості до маніпуляцій є перспективним напрямом сучасної психологічної науки, що має як теоретичну, так і практичну значущість.

1.3. Особливості прояву стійкості особистості до маніпуляцій у кризові періоди суспільства

Аналіз особливостей прояву стійкості особистості до маніпуляцій доцільно розпочати з характеристики кризових періодів як специфічного соціально-психологічного контексту, в якому суттєво змінюються умови функціонування індивіда. Кризові явища — воєнні події, економічна нестабільність, соціальні трансформації — супроводжуються зростанням невизначеності, що підриває відчуття прогнозованості та контролю над життєвими обставинами. У таких умовах ускладнюється процес прийняття рішень, знижується здатність до довгострокового планування, а потреба в швидких поясненнях і орієнтирах зростає. Невизначеність виступає одним із ключових чинників, який підвищує схильність до прийняття спрощених інтерпретацій і робить особистість більш чутливою до зовнішніх інформаційних впливів.

Водночас кризові періоди характеризуються підвищеним рівнем тривоги та емоційного напруження, що зумовлено переживанням загрози, нестабільності та втрати звичних опор. Емоційна активація у таких умовах має адаптивну функцію, однак її надмірна інтенсивність може призводити до звуження когнітивного поля, зниження здатності до рефлексії та посилення імпульсивності поведінки. У цьому контексті емоційні стани стають одним із основних каналів, через які реалізуються маніпулятивні впливи, оскільки вони дозволяють обійти раціональні механізми обробки інформації та активізувати автоматизовані реакції. Таким чином, підвищена тривожність і афективна напруженість створюють сприятливий ґрунт для поширення емоційно забарвлених повідомлень, що впливають на установки та поведінку особистості.

Додатковим чинником є інформаційне перевантаження, яке супроводжує сучасні кризові процеси. Збільшення обсягу, швидкості та різноманітності інформаційних потоків ускладнює їх критичну обробку, що призводить до використання когнітивних спрощень і евристик. У таких

умовах людина змушена покладатися на швидкі, інтуїтивні способи оцінки інформації, що підвищує ризик прийняття неточних або нав'язаних інтерпретацій. Паралельно з цим відбувається поляризація суспільних наративів, коли інформаційний простір структурується за принципом протиставлення альтернативних позицій. Це посилює ефект «інформаційних бульбашок», обмежує доступ до різних точок зору та сприяє формуванню упередженого сприйняття реальності. У сукупності зазначені характеристики кризового контексту – невизначеність, емоційна напруженість, інформаційне перевантаження та поляризація – істотно підвищують вразливість особистості до маніпулятивних впливів, оскільки створюють умови, в яких знижується ефективність внутрішніх механізмів саморегуляції та критичного мислення.

Як саме трансформується функціонування психологічних механізмів особистості в умовах кризи? Адже саме ці зміни визначають рівень її стійкості до маніпулятивних впливів.

На когнітивному рівні спостерігається зниження здатності до глибокого аналітичного опрацювання інформації, що пов'язано з перевантаженням уваги та обмеженістю когнітивних ресурсів. У таких умовах посилюється використання евристик – швидких інтуїтивних способів оцінки інформації, які, з одного боку, дозволяють оперативно орієнтуватися у складному середовищі, але з іншого – підвищують ризик помилкових висновків і вразливість до маніпуляцій. Зменшується рівень критичності мислення, зростає схильність до прийняття спрощених інтерпретацій, що базуються на емоційній привабливості повідомлень або авторитеті джерела.

На емоційному рівні кризові умови характеризуються підвищенням афективної реактивності, що проявляється у більш інтенсивних і швидких емоційних відповідях на зовнішні стимули. Зростання тривоги, страху, гніву або відчуття небезпеки може призводити до звуження когнітивного поля та послаблення здатності до рефлексії. У результаті емоційні реакції починають домінувати над раціональними процесами, що створює передумови для

імпульсивних рішень і поведінкових реакцій. Саме в таких умовах маніпулятивні впливи, які апелюють до емоційної сфери, набувають особливої ефективності, оскільки вони активізують автоматизовані патерни реагування і знижують рівень усвідомленого контролю.

На мотиваційному рівні в умовах кризи посилюється потреба у швидкому зниженні невизначеності та відновленні відчуття контролю. Це зумовлює прагнення до простих, чітких і емоційно насичених пояснень складних соціальних явищ. Відбувається зміщення від складних, багатофакторних інтерпретацій до бінарних або спрощених моделей розуміння реальності, що полегшує орієнтацію, але водночас підвищує схильність до прийняття маніпулятивних наративів. У сукупності зазначені зміни в когнітивній, емоційній та мотиваційній сферах створюють умови, в яких перевіряється реальний рівень сформованості психологічної стійкості особистості. Саме здатність зберігати аналітичність мислення, емоційну врівноваженість і ціннісну визначеність у кризових обставинах виступає показником її резистентності до маніпулятивних впливів [16].

Прояви психологічної стійкості до маніпулятивних впливів у кризових умовах доцільно розглядати на рівні поведінки та мислення, оскільки саме вони відображають практичну реалізацію внутрішніх регуляторних механізмів. Одним із ключових індикаторів є здатність особистості до перевірки інформації, що включає критичне ставлення до джерел, порівняння альтернативних позицій і утримання від поспішних висновків. Така поведінка свідчить про збереження аналітичного рівня обробки інформації навіть за умов перевантаження та невизначеності. Важливим показником також виступає толерантність до невизначеності – здатність витримувати відсутність однозначних відповідей без переходу до спрощених або категоричних суджень. Це дозволяє особистості уникати залучення до маніпулятивних наративів, які пропонують швидкі та емоційно привабливі пояснення складних явищ.

Не менш значущим є рівень емоційної саморегуляції, що проявляється у здатності не піддаватися емоційним провокаціям і зберігати контроль над власними реакціями. У кризових умовах, коли інформаційний простір насичений емоційно зарядженими повідомленнями, така здатність виступає важливим чинником зниження вразливості до маніпуляцій. Вона дозволяє відокремлювати емоційний вплив від змісту інформації та підтримувати раціональність суджень. Крім того, показником стійкості є здатність утримувати власну позицію без переходу до поляризованого мислення, що передбачає відкритість до різних точок зору та відмову від категоричного поділу реальності на «чорне» і «біле». Така позиція знижує ризик включення в інформаційні конфлікти та маніпулятивні протиставлення [10].

Важливим проявом стійкості є також збереження рефлексивності, тобто здатності усвідомлювати власні думки, емоції та поведінкові реакції. Рефлексивність дозволяє особистості відстежувати, яким чином на неї впливає інформація, і коригувати власні реакції відповідно до внутрішніх цінностей та орієнтирів. У сукупності зазначені індикатори – критичне ставлення до інформації, толерантність до невизначеності, емоційна рівноваженість, здатність до нефрагментованого мислення та рефлексивність – формують поведінковий і когнітивний профіль особистості, яка здатна зберігати суб'єктність у складному інформаційному середовищі та ефективно протистояти маніпулятивним впливам.

Поряд із проявами стійкості у кризових умовах доцільно розглянути типові форми вразливості до маніпулятивних впливів, які відображають порушення або недостатню сформованість регуляторних механізмів особистості. Одним із найбільш поширених проявів є підвищена сугестивність – схильність до некритичного прийняття інформації, особливо за наявності авторитетного джерела або сильного емоційного забарвлення повідомлення. У кризових ситуаціях, коли зростає рівень тривоги та невизначеності, ця схильність посилюється, що призводить до зниження автономності суджень і підвищує ймовірність прийняття нав'язаних

інтерпретацій. Близьким за змістом явищем є конформність, яка проявляється у прагненні узгоджувати власну позицію з думкою більшості або значущої групи. У таких умовах соціальний тиск може виступати потужним фактором маніпулятивного впливу, обмежуючи індивідуальну критичність і сприяючи поширенню уніфікованих, але не завжди обґрунтованих суджень [11].

Іншою формою вразливості є імпульсивне поширення інформації, що проявляється у швидкому передаванні повідомлень без їх перевірки та осмислення. Це особливо характерно для ситуацій інформаційного перевантаження, коли обмежені когнітивні ресурси не дозволяють здійснювати глибоку обробку інформації. У таких умовах людина орієнтується на емоційні або поверхневі ознаки повідомлення, що сприяє поширенню недостовірних або маніпулятивних матеріалів. Додатковим фактором виступає емоційна поляризація, яка проявляється у схильності до крайніх оцінок і бінарного сприйняття реальності. Вона знижує здатність до нюансованого мислення та сприяє включенню особистості в інформаційні конфлікти, де маніпулятивні стратегії базуються на протиставленні позицій.

Важливою характеристикою вразливості є також звуження когнітивного поля, що проявляється у зменшенні обсягу уваги, спрощенні інтерпретацій та зниженні здатності враховувати альтернативні точки зору. Це пов'язано як із емоційним напруженням, так і з перевантаженням інформацією, що змушує людину обирати найменш енергозатратні способи обробки інформації. У результаті знижується рівень рефлексії та критичного мислення, що створює сприятливі умови для ефективності маніпулятивних впливів. Сукупність зазначених проявів – сугестивність, конформність, імпульсивність, емоційна поляризація та когнітивне звуження – відображає системне послаблення психологічної стійкості та підвищену чутливість особистості до зовнішнього впливу в умовах кризового соціального середовища [8].

Важливим аспектом аналізу стійкості до маніпулятивних впливів у кризових умовах є врахування індивідуально-психологічних відмінностей,

які визначають характер і варіативність реагування особистості на інформаційний тиск. Одним із ключових параметрів виступає рівень тривожності, який безпосередньо пов'язаний із сприйняттям загрози та інтерпретацією подій. Особи з підвищеною тривожністю схильні швидше реагувати на емоційно насичені повідомлення, надаючи перевагу інформації, що підтверджує їхні побоювання, що підвищує їхню вразливість до маніпулятивних впливів. Натомість більш низький рівень тривожності дозволяє зберігати більшу когнітивну дистанцію та критичність у сприйнятті інформації.

Суттєву роль відіграє рівень емоційної стійкості, яка визначає здатність особистості витримувати інтенсивні афективні стани без втрати самоконтролю. Високий рівень емоційної стійкості сприяє збереженню раціональності мислення навіть у ситуаціях підвищеного емоційного напруження, тоді як її недостатність може призводити до імпульсивних рішень і підвищеної сугестивності. Паралельно з цим важливим чинником виступає рівень розвитку критичного мислення, що забезпечує здатність аналізувати інформацію, виявляти логічні невідповідності та протистояти спрощеним інтерпретаціям. Особи з розвиненим критичним мисленням менш схильні до автоматизованого прийняття інформації та більш ефективно протидіють маніпуляціям [7].

Окремого значення набуває попередній досвід особистості, який формує її когнітивні схеми та очікування щодо подій. Досвід взаємодії з інформаційними потоками, рівень обізнаності про маніпулятивні стратегії, а також життєвий досвід подолання кризових ситуацій впливають на здатність розпізнавати та нейтралізувати зовнішній вплив. У сукупності зазначені індивідуально-психологічні характеристики визначають не лише рівень стійкості до маніпуляцій, а й спосіб інтерпретації інформації, формування установок і вибір поведінкових стратегій у складних соціальних умовах.

Окремого аналізу потребує роль соціального середовища як чинника, що істотно впливає на рівень стійкості особистості до маніпулятивних

впливів у кризових умовах. Соціальні групи, до яких належить індивід, виступають не лише джерелом підтримки, а й середовищем формування інтерпретацій реальності. У межах групової взаємодії відбувається узгодження значень, обмін інформацією та вироблення спільних позицій, що може як підсилювати критичність мислення через колективне обговорення, так і сприяти конформності та некритичному прийняттю домінуючих наративів. Особливо це проявляється в умовах високої згуртованості групи, де відхилення від загальноприйнятої позиції може сприйматися як загроза груповій єдності.

Важливу роль відіграють інформаційні канали, через які особистість отримує дані про події. Характер цих каналів — їхня надійність, різноманітність і ступінь відкритості до альтернативних точок зору — визначає якість інформаційного середовища. Обмежений доступ до різних джерел або орієнтація на вузьке коло інформаційних ресурсів підвищує ризик одностороннього сприйняття реальності. У цьому контексті значущим є рівень довіри до джерел інформації: надмірна довіра може знижувати критичність оцінки повідомлень, тоді як повна недовіра призводить до дезорієнтації та втрати орієнтирів. Оптимальним є баланс, за якого довіра поєднується з рефлексивною перевіркою інформації [24].

Суттєвим феноменом сучасного інформаційного простору є ефект так званих «інформаційних бульбашок», коли людина взаємодіє переважно з контентом, що підтверджує її попередні переконання. Це призводить до звуження інформаційного поля, посилення когнітивних упереджень і зниження здатності до альтернативного мислення. У таких умовах маніпулятивні впливи стають більш ефективними, оскільки вони підкріплюють уже наявні установки та емоційні реакції. Водночас відкритість до різних джерел інформації, участь у різноманітних соціальних групах і наявність простору для критичного обговорення можуть виступати чинниками підвищення стійкості, оскільки розширюють когнітивні межі та підтримують рефлексивність особистості.

Отже, узагальнення проведеного аналізу дозволяє зробити висновок, що в умовах кризових періодів стійкість особистості до маніпулятивних впливів проявляється передусім як здатність зберігати суб'єктну позицію, емоційну врівноваженість та критичність мислення попри підвищений рівень інформаційного і психологічного тиску. Йдеться не лише про здатність розпізнавати маніпуляції, а про збереження внутрішньої автономії, що забезпечує усвідомленість рішень, контроль над емоційними реакціями та здатність утримувати власні смислові орієнтири в умовах невизначеності. Саме поєднання когнітивної рефлексивності, емоційної регуляції та ціннісної визначеності дозволяє особистості протистояти деструктивним впливам і не втрачати здатності до самостійного мислення.

Водночас кризові умови виступають своєрідним «тестом» для психологічної стійкості, оскільки вони одночасно активізують як ресурси особистості, так і її вразливі сторони. За наявності сформованих механізмів саморегуляції, критичного мислення та емоційної стійкості відбувається мобілізація внутрішніх ресурсів, що сприяє адаптивній поведінці та зниженню впливу маніпуляцій. У протилежному випадку, за умов недостатньої сформованості цих якостей, криза може призводити до посилення сугестивності, імпульсивності та залежності від зовнішніх інформаційних впливів. Таким чином, саме кризовий контекст виявляє реальний рівень психологічної стійкості особистості, виступаючи умовою, в якій ці якості або актуалізуються і посилюються, або, навпаки, зазнають дестабілізації.

Висновок до розділу I

Узагальнення теоретичного аналізу, здійсненого в межах розділу, дозволяє розглядати психологічну стійкість особистості до маніпулятивних впливів як складну інтегративну характеристику, що формується на перетині когнітивних, емоційних і мотиваційно-смыслових процесів. У науковій літературі цей феномен трактується як динамічна система внутрішніх ресурсів, яка забезпечує здатність особистості зберігати автономність мислення, критичність оцінки інформації та стабільність поведінки в умовах цілеспрямованого впливу. Встановлено, що ефективність протидії маніпуляціям визначається не лише обсягом знань або інформованістю, а передусім рівнем сформованості механізмів саморегуляції, які дозволяють інтегрувати емоційні, когнітивні та поведінкові компоненти діяльності.

Аналіз психологічних механізмів і чинників стійкості засвідчив, що її основою виступає узгоджена взаємодія критичного мислення, емоційної регуляції та ціннісно-смыслових орієнтирів особистості. Саме ці механізми забезпечують здатність утримувати дистанцію до інформаційного впливу, витримувати емоційне напруження та здійснювати усвідомлений вибір. Водночас стійкість до маніпуляцій формується під впливом комплексу внутрішніх і зовнішніх чинників, серед яких особливе значення мають індивідуально-психологічні характеристики, соціальне середовище та специфіка інформаційного простору. Їх взаємодія визначає варіативність проявів стійкості та вразливості особистості.

Особливу значущість проблема набуває у кризові періоди суспільства, коли зростає рівень невизначеності, емоційного напруження та інформаційного перевантаження. У таких умовах відбувається трансформація функціонування психологічних механізмів: посилюється роль евристичних способів мислення, підвищується афективна реактивність, зростає потреба у спрощених інтерпретаціях. Це, у свою чергу, підвищує вразливість до маніпулятивних впливів. Водночас саме кризові обставини виступають умовою, у якій відбувається актуалізація або послаблення

психологічної стійкості, що проявляється на рівні мислення та поведінки особистості.

Таким чином, психологічна стійкість до маніпуляцій постає як системна якість, що забезпечує збереження суб'єктності в умовах інформаційного та соціального тиску. Її формування і розвиток є важливим напрямом як теоретичних досліджень, так і практичної психології, оскільки від рівня цієї стійкості залежить здатність особистості до адекватної орієнтації в сучасному інформаційному середовищі, прийняття зважених рішень та підтримання психологічного благополуччя.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧ-НОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ДО МАНПУЛЯЦІЙ

2.1. Обґрунтування та вибір методів емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження здійснювалося із застосуванням комплексу психодіагностичних методик, спрямованих на отримання даних щодо різних аспектів емоційної стійкості – психофізіологічних, психологічних, зокрема емоційних і функціональних характеристик особистості. Відповідно до поставлених завдань було використано такі діагностичні методики.

Методика дослідження суб'єктивного контролю Дж. Роттера (Locus of Control Scale) спрямована на визначення особливостей локусу контролю особистості, тобто того, як людина пояснює причини подій у своєму житті – через власні дії (внутрішній контроль) або через зовнішні обставини (зовнішній контроль). Теоретичною основою методики є концепція соціального научіння Julian B. Rotter, у межах якої локус контролю розглядається як стійка індивідуально-психологічна характеристика, що визначає очікування особистості щодо зв'язку між її поведінкою та результатами діяльності.

Методика дозволяє оцінити, наскільки людина схильна брати відповідальність за події власного життя або ж приписує їх зовнішнім силам — випадку, обставинам, впливу інших людей. Високий рівень інтернальності (внутрішнього локусу контролю) свідчить про переконання особистості у власній здатності впливати на результати діяльності, приймати рішення та нести за них відповідальність. Екстернальність, навпаки, характеризується схильністю пояснювати події дією зовнішніх факторів, що може супроводжуватися зниженням відчуття контролю над ситуацією та підвищеною залежністю від зовнішніх впливів.

Структурно методика представлена у вигляді опитувальника, що містить твердження, які описують різні життєві ситуації. Досліджуваний

обирає варіанти відповідей, які найбільшою мірою відповідають його уявленням або досвіду. За результатами підрахунку визначається загальний рівень інтернальності/екстернальності, а також, залежно від модифікації методики, можуть оцінюватися окремі сфери життєдіяльності (успіхи, невдачі, міжособистісні відносини, професійна діяльність тощо).

У контексті дослідження психологічної стійкості до маніпулятивних впливів локус контролю виступає важливим показником, оскільки визначає рівень суб'єктності особистості. Особи з вираженим внутрішнім локусом контролю, як правило, демонструють більшу автономність, критичність мислення та здатність протистояти зовнішньому тиску. Натомість екстернальна орієнтація може підвищувати вразливість до маніпуляцій, оскільки пов'язана зі схильністю покладатися на зовнішні джерела впливу та авторитети. Таким чином, методика Дж. Роттера є важливим інструментом для дослідження одного з ключових психологічних чинників стійкості особистості.

16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла (16PF) є стандартизованою психодіагностичною методикою, призначеною для всебічного дослідження структури особистості на основі факторного підходу. Його теоретичною основою є концепція рис особистості, розроблена Raymond B. Cattell, який виокремив 16 базових (первинних) факторів, що описують відносно стабільні індивідуально-психологічні характеристики людини. Ці фактори відображають ключові аспекти емоційної, вольової, інтелектуальної та соціальної сфер особистості та дозволяють отримати її багатовимірний психологічний профіль.

Опитувальник складається з серії тверджень або запитань, на які респондент дає відповіді відповідно до власних переживань, установок і типових форм поведінки. За результатами обробки визначаються показники за кожним із 16 факторів, серед яких, зокрема, емоційна стабільність, домінантність, самоконтроль, тривожність, відкритість до досвіду, соціальна сміливість, чутливість, напруженість тощо. Окрім первинних факторів, у

сучасних інтерпретаціях також можуть обчислюватися вторинні (глобальні) фактори, які узагальнюють ширші риси, такі як екстраверсія–інтроверсія, тривожність, незалежність або саморегуляція.

Особливу цінність методики становить можливість аналізу емоційної сфери особистості, зокрема рівня емоційної стабільності, тривожності, напруженості та здатності до самоконтролю. У контексті дослідження стійкості до маніпулятивних впливів ці показники є принципово важливими, оскільки вони відображають рівень емоційної регуляції, схильність до імпульсивних реакцій та здатність витримувати психологічне навантаження. Зокрема, високі показники емоційної стабільності та самоконтролю пов'язані з більшою стійкістю до зовнішнього впливу, тоді як підвищена тривожність і напруженість можуть зумовлювати вразливість до маніпуляцій.

Таким чином, 16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла є надійним інструментом комплексного дослідження індивідуально-психологічних особливостей, який дозволяє виявити як ресурси, так і зони потенційної вразливості особистості, що мають значення для аналізу її стійкості до маніпулятивних впливів у складних соціальних умовах.

Методика діагностики самооцінки тривожності Ч. Д. Спілбергера в адаптації Л. Ханіна (State-Trait Anxiety Inventory, STAI) є стандартизованим психодіагностичним інструментом, призначеним для вимірювання двох форм тривожності — ситуаційної (реактивної) та особистісної. Теоретичною основою методики є розмежування тривожності як стану і як відносно стабільної властивості особистості, запропоноване Charles D. Spielberger. Адаптація опитувальника для використання у вітчизняній практиці була здійснена Л. Ханіним, що забезпечило його відповідність культурним і мовним особливостям досліджуваних.

Структурно методика складається з двох окремих шкал по 20 тверджень кожна. Перша шкала спрямована на оцінку ситуаційної тривожності і відображає поточний емоційний стан людини «тут і тепер», зумовлений конкретною ситуацією. Друга шкала вимірює особистісну

тривожність як стійку індивідуально-психологічну характеристику, що визначає схильність людини сприймати широкий спектр життєвих ситуацій як загрозові та реагувати на них підвищеним рівнем напруження. Респондент оцінює ступінь відповідності кожного твердження власному стану або типовій поведінці за шкалою інтенсивності, що дозволяє отримати кількісні показники за обома параметрами.

Методика дає змогу диференціювати ситуативні емоційні реакції від стабільних особистісних особливостей, що має принципове значення для психологічного аналізу. Високі показники ситуаційної тривожності свідчать про актуальне емоційне напруження, тоді як високий рівень особистісної тривожності вказує на стійку схильність до тривожного реагування. Це дозволяє оцінити як поточний психоемоційний стан досліджуваного, так і його загальну вразливість до стресових впливів.

У контексті дослідження стійкості до маніпулятивних впливів методика має особливу діагностичну цінність, оскільки рівень тривожності безпосередньо впливає на характер обробки інформації та прийняття рішень. Підвищена тривожність може знижувати критичність мислення, посилювати афективну реактивність і підвищувати схильність до сугестивності, тоді як помірний або низький рівень тривожності сприяє збереженню когнітивної дистанції та більш усвідомленому реагуванню. Таким чином, опитувальник Спілбергера–Ханіна є важливим інструментом для виявлення емоційних чинників, що впливають на стійкість особистості в умовах інформаційного та психологічного тиску.

Особистісний опитувальник Айзенка (Eysenck Personality Inventory, EPI) є психодіагностичною методикою, призначеною для дослідження базових властивостей особистості в межах факторного підходу. Його теоретичною основою є модель особистості, запропонована Hans Jürgen Eysenck, відповідно до якої ключовими вимірами індивідуальних відмінностей виступають екстраверсія–інтроверсія та нейротизм (емоційна стабільність–нестабільність). Методика дозволяє отримати узагальнений

психологічний профіль, що відображає типові способи реагування людини в різних ситуаціях.

Опитувальник складається з низки тверджень, на які респондент відповідає у формі «так» або «ні», орієнтуючись на власні звички, поведінкові реакції та переживання. За результатами обробки визначаються показники за двома основними шкалами. Шкала екстраверсії–інтроверсії відображає спрямованість особистості на зовнішній світ або на внутрішні переживання, рівень соціальної активності, потребу у спілкуванні та стимуляції. Шкала нейротизму характеризує емоційну стабільність, рівень тривожності, схильність до емоційної напруженості та лабільності. Додатково використовується шкала «щирості» (L-шкала), яка дозволяє оцінити достовірність відповідей і виявити тенденцію до соціально бажаних реакцій.

Методика ЕРІ дає змогу оцінити індивідуальні відмінності у функціонуванні емоційної та поведінкової сфер, що є важливим для аналізу адаптивності особистості. Зокрема, високий рівень нейротизму пов'язується з підвищеною емоційною реактивністю, тривожністю та вразливістю до стресу, тоді як низький рівень цього показника свідчить про емоційну стабільність і здатність до саморегуляції. Екстраверсія, у свою чергу, визначає особливості соціальної взаємодії, активність і відкритість до зовнішніх впливів, що також може впливати на сприйняття інформації та поведінкові реакції.

У контексті дослідження стійкості до маніпулятивних впливів результати опитувальника Айзенка дозволяють виявити індивідуально-психологічні характеристики, які можуть виступати як ресурсами, так і чинниками вразливості. Зокрема, підвищений нейротизм може сприяти більшій схильності до емоційних реакцій і зниженню критичності мислення, тоді як емоційна стабільність пов'язана з більшою здатністю до збереження когнітивного контролю. Таким чином, методика ЕРІ є ефективним

інструментом для дослідження особистісних передумов стійкості або вразливості до маніпулятивного впливу.

Вибірку дослідження склали 55 осіб віком від 20 до 33 років, серед яких 40 жінок та 15 чоловіків.

2.2. Аналіз результатів дослідження

За шкалою «екстраверсія–інтроверсія» встановлено, що 14 осіб (25%) мають середній рівень вираженості цієї характеристики, 34 особи (61%) належать до екстравертів, а 7 осіб (14%) — до інтровертів. Це дає підстави стверджувати, що у досліджуваній групі за кількісними показниками домінують екстраверти; водночас представлена й помітна частка осіб із середнім рівнем екстраверсії–інтроверсії, тоді як кількість інтровертів є відносно незначною.

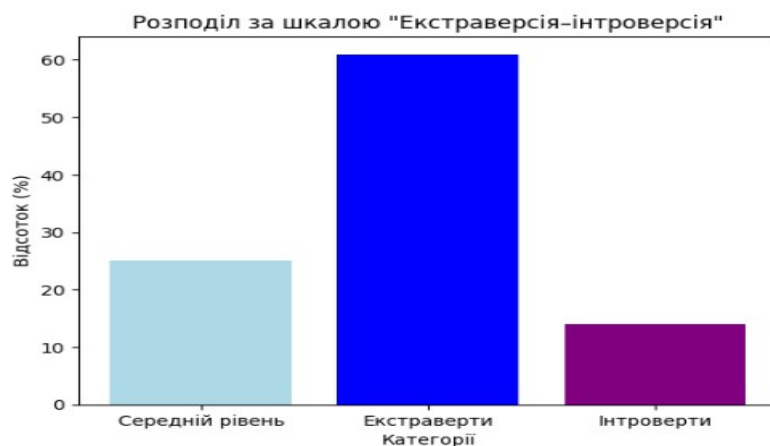


Рис. 2.1. Розподіл за шкалою «Екстраверсія – інтраверсія».

За показником «емоційна стабільність – нейротизм» виявлено 7 осіб (13%) із середнім рівнем, 25 осіб (45%) з емоційною стабільністю та 23 особи (42%) з емоційною нестабільністю (нейротизмом). Отримані результати свідчать, що в групі досліджуваних кількісно співвідносні частки емоційно стійких і емоційно нестійких дорослих, при цьому наявна також окрема підгрупа осіб із середніми значеннями нейротизму.

Рис. 2.2. Розподіл за показниками «Емоційна стабільність – нейротизм».

За результатами методики дослідження суб'єктивного контролю встановлено, що 16 осіб (29%) мають екстернальний локус контролю, тоді як 39 осіб (71%) – інтернальний. Це дозволяє зробити висновок, що для більшості респондентів характерний високий рівень суб'єктивного контролю над значущими подіями: вони схильні відчувати відповідальність за власне життя та вважають, що можуть впливати на перебіг подій і керувати ними. Водночас менша частка досліджуваних демонструє екстернальну орієнтацію, що проявляється у схильності приписувати причини подій випадку або діям інших людей, сприймати їх як такі, що не підлягають контролю, і, відповідно, не брати на себе відповідальність за їх перебіг.

Рис.2.3. Розподіл за методикою суб'єктивного контролю

За результатами застосування методики оцінки рівня ситуативної та особистісної тривожності встановлено такі показники. За шкалою ситуативної тривожності 12 осіб (22%) мають низький рівень, 33 особи (60%) – середній рівень, а 10 осіб (18%) демонструють високий рівень ситуативної тривожності.

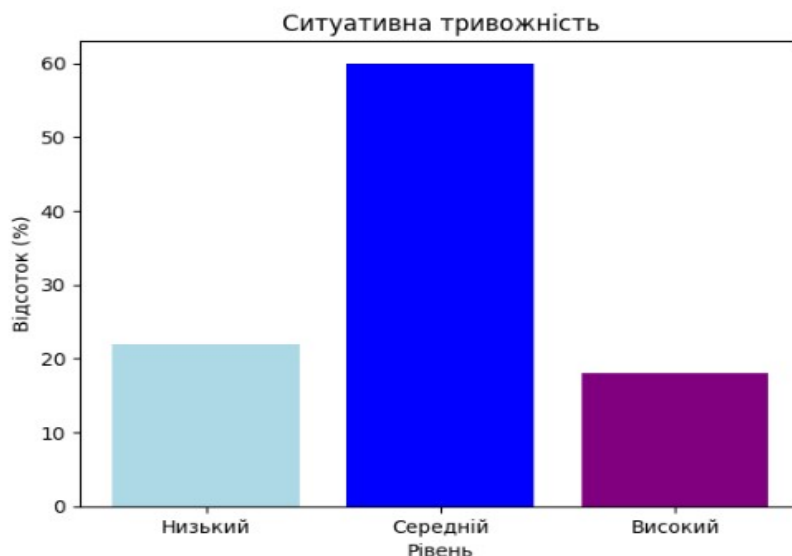


Рис. 2.4. Результати ситуативної тривожності

Щодо особистісної тривожності, виявлено, що 3 особи (5%) характеризуються низьким рівнем, 19 осіб (35%) – середнім рівнем, тоді як найбільша частка досліджуваних – 33 особи (60%) – мають високий рівень особистісної тривожності.

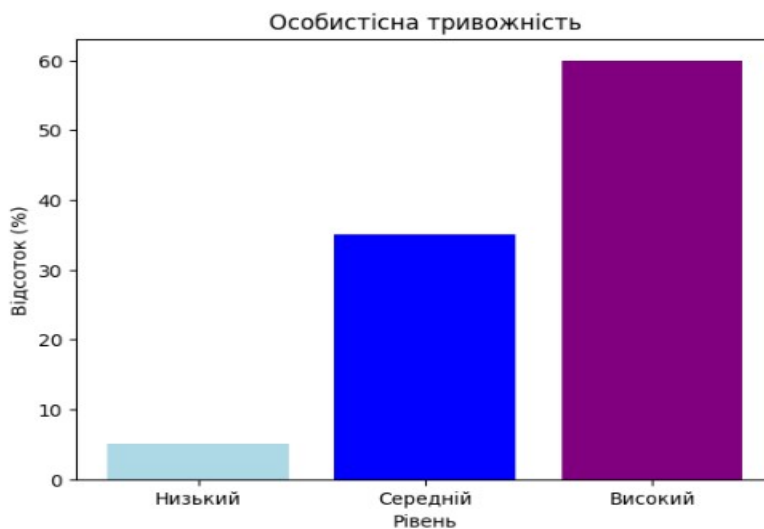


Рис. 2.5. Показники особистісної тривожності

Отже, отримані результати свідчать про те, що для більшості досліджуваних характерний середній рівень ситуативної тривожності у поєднанні з високим рівнем особистісної тривожності. Найменшу частку становлять особи з високим рівнем ситуативної тривожності, тоді як найчисельнішою є група з високим рівнем особистісної тривожності. Таким чином, простежується закономірність: у межах даного дослідження показники особистісної тривожності стабільно перевищують рівень ситуативної тривожності.

За результатами методики дослідження індивідуально-психологічних особливостей особистості встановлено, що 17 осіб (31%) мають низький рівень комунікабельності, 12 осіб (22%) – середній рівень, а 26 осіб (47%) характеризуються високим рівнем комунікабельності.

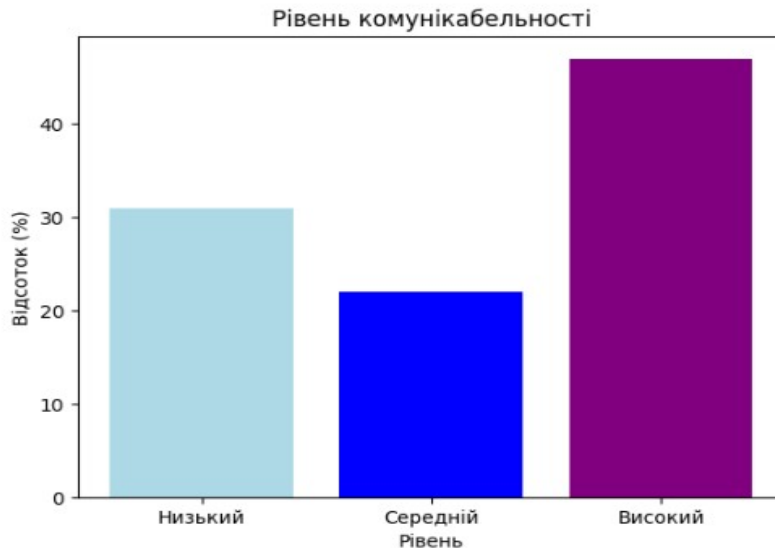


Рис. 2.6. Показники рівня комунікабельності

Отже, для більшості досліджуваних характерна відкритість у спілкуванні, орієнтація на нові контакти та готовність до соціальної взаємодії. Менша частина респондентів демонструє схильність до замкнутості та усамітнення, тоді як найменшу групу становлять особи із середнім рівнем комунікабельності.

За показником інтелектуальності встановлено, що 17 осіб (31%) мають низький рівень, 9 осіб (16%) — середній, а 29 осіб (53%) характеризуються високим рівнем інтелектуальності. Це свідчить про переважання в досліджуваній групі осіб із високим рівнем інтелектуального розвитку, що проявляється у здатності до аналізу ситуацій, логічного мислення та формування обґрунтованих висновків. Водночас менша частина досліджуваних має низький рівень інтелектуальності, який пов'язаний із труднощами у засвоєнні інформації, аналізі та узагальненні матеріалу, а також наявна незначна група осіб із середніми показниками.

За результатами дослідження емоційної стійкості виявлено, що 11 осіб (20%) мають низький рівень, 23 особи (42%) – середній рівень, а 21 особа (38%) характеризуються високим рівнем емоційної стійкості. Це свідчить про переважання у вибірці осіб із середнім і високим рівнями емоційної стійкості, що вказує на здатність значної частини респондентів до

збереження емоційної рівноваги та ефективної саморегуляції в умовах напруження.

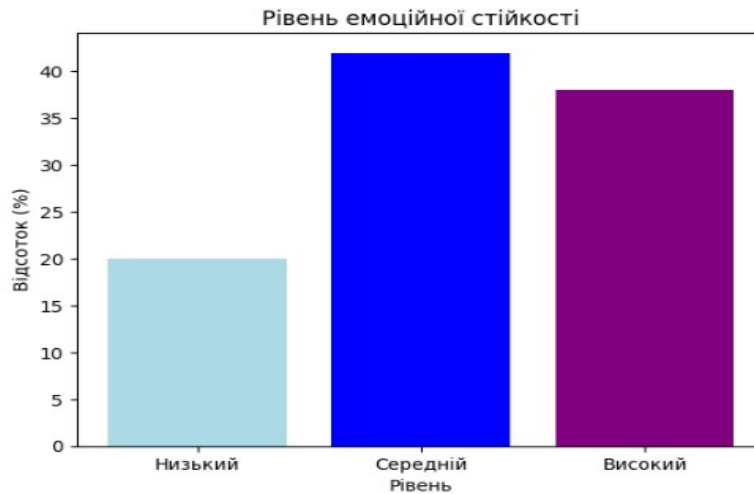


Рис 2.7. Показники емоційної стійкості

Отже, результати свідчать, що найбільша частка досліджуваних характеризується середнім рівнем емоційної стійкості, значна кількість — високим рівнем, що може супроводжуватися підвищеною напруженістю, тривожністю та імпульсивністю реакцій, і найменша частина респондентів демонструє виражену емоційну стабільність, яка проявляється у врівноваженості, спокої, зрілості та впевненості.

За показником домінантності встановлено, що 10 осіб (18%) мають низький рівень, 19 осіб (35%) – середній, а 26 осіб (47%) – високий рівень домінантності. Це вказує на переважання у вибірці осіб із вираженими лідерськими якостями, схильністю до самоствердження, впевненістю у власних рішеннях та прагненням до контролю і керування. Водночас незначна частка респондентів характеризується піддатливістю, залежністю від думки інших та конформністю, тоді як помітна частина демонструє помірно виражений рівень домінантності.

За рівнем безтурботності виявлено, що 5 осіб (9%) мають низький рівень, 19 осіб (35%) – середній, а 31 особа (56%) характеризуються високим рівнем безтурботності. Це означає, що більшість досліджуваних

відзначається відкритістю, емоційною виразністю, життєрадісністю та готовністю активно реагувати на події. Менша частина демонструє помірний рівень цих характеристик, тоді як незначна кількість осіб схильна до серйозності, внутрішньої зосередженості, стриманості та більш песимістичного сприйняття.

За показником моральної нормативності встановлено, що 16 осіб (29%) мають низький рівень, 24 особи (44%) — середній, а 15 осіб (27%) — високий рівень моральної нормативності. Це свідчить про переважання осіб із середнім рівнем дотримання соціальних норм і правил, тоді як частини вибірки демонструють або більш гнучке ставлення до нормативності, або, навпаки, виражену орієнтацію на соціально схвалювані стандарти поведінки.

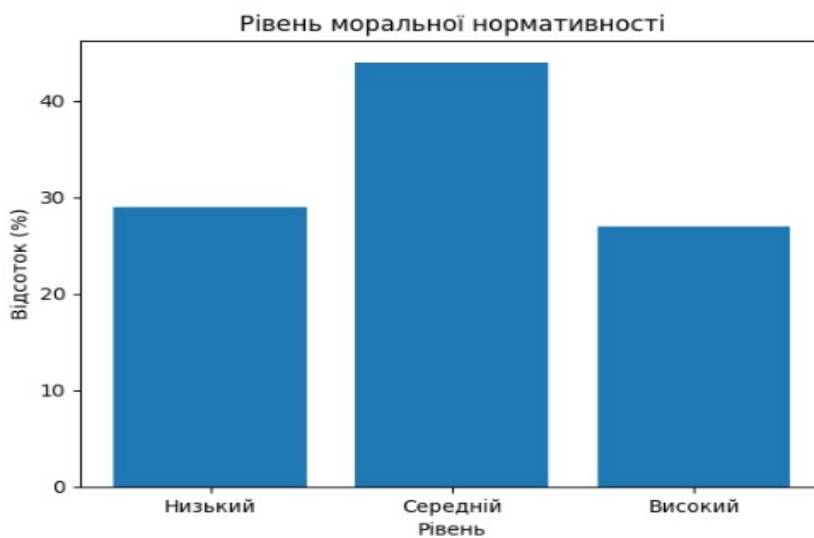


Рис. 2.8. Показники за рівнем моральної нормативності

Отримані результати свідчать, що переважна частина досліджуваних характеризується середнім рівнем моральної нормативності. Водночас у вибірці практично рівною мірою представлені особи, для яких притаманні такі якості, як відповідальність, обов'язковість, рішучість і наполегливість у досягненні цілей, а також ті, хто схильний до легковажності, нестійкості та меншої надійності у поведінці.

За показником сміливості встановлено, що 11 осіб (20%) мають низький рівень, 27 осіб (49%) – середній, а 17 осіб (31%) характеризуються високим рівнем сміливості. Це дозволяє зробити висновок, що для більшості респондентів притаманний помірний рівень сміливості. Дещо менша частина досліджуваних демонструє високий рівень цієї характеристики, що проявляється у відкритості до нових контактів, активності, готовності до ризику та швидкого реагування. Натомість найменша частка осіб відзначається нерішучістю, схильністю уникати відповідальності та обережністю у ситуаціях, що потребують ризику.

За рівнем емоційної чутливості виявлено, що 2 особи (4%) мають низький рівень, 33 особи (60%) – середній, а 20 осіб (36%) характеризуються високим рівнем емоційної чутливості. Це свідчить про домінування у вибірці осіб із середнім рівнем емоційної чутливості, тоді як значна частина досліджуваних відзначається підвищеною емоційною сприйнятливістю, і лише незначна кількість демонструє її низький рівень.

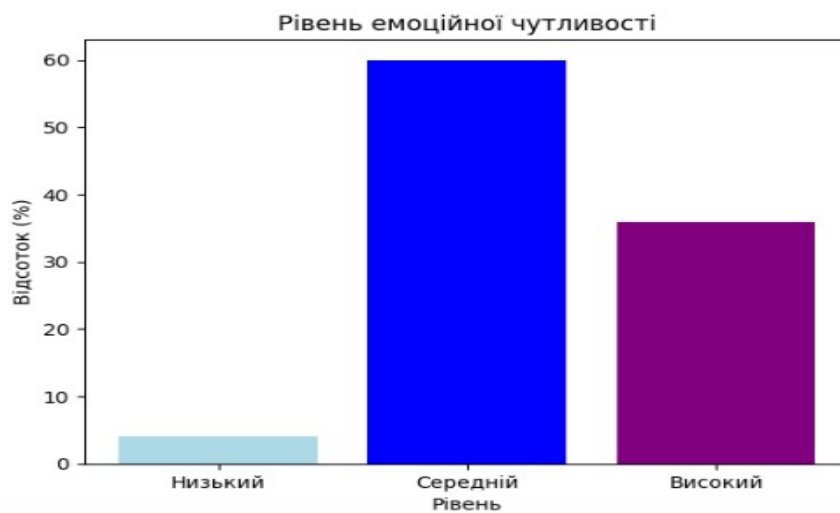


Рис.9. Показники за рівнем емоційної чутливості

Отримані результати свідчать, що у вибірці домінує середній рівень емоційної чутливості, при цьому значна частина досліджуваних характеризується підвищеною емоційною сприйнятливістю, схильністю до сентиментальності та наявністю виражених естетичних потреб. Натомість

незначна кількість осіб відзначається емоційною стриманістю, жорсткістю, раціональністю у сприйнятті та певною схильністю до скептичності.

За показником підозрливості встановлено, що 8 осіб (14%) мають низький рівень, 3 особи (5%) — середній, а 44 особи (80%) характеризуються високим рівнем підозрливості. Це свідчить про переважання у вибірці осіб із вираженою недовірою до інших, орієнтацією на власні інтереси та певною настороженістю у міжособистісній взаємодії. Водночас значно менша частка досліджуваних демонструє відкритість, довірливість і прямотинійність у спілкуванні.

За рівнем мрійливості виявлено, що 5 осіб (9%) мають низький рівень, 35 осіб (64%) — середній, а 15 осіб (27%) — високий рівень мрійливості. Це дозволяє констатувати, що більшість респондентів демонструє помірну схильність до уяви та фантазування. Досить значна частина осіб характеризується розвиненою уявою, інтересом до теоретичних аспектів та абстрактного мислення, однак у практичних ситуаціях може виявляти труднощі. Найменша група представлена особами з орієнтацією на практичність, реалістичність і надійність, яким іноді бракує творчої гнучкості.

За показником дипломатичності встановлено, що 16 осіб (29%) мають низький рівень, 24 особи (44%) — середній, а 15 осіб (27%) характеризуються високим рівнем дипломатичності. Це свідчить про переважання у вибірці осіб із помірно вираженими соціально-комунікативними навичками. Водночас майже однакові за чисельністю групи демонструють, з одного боку, витонченість у взаємодії, здатність до розуміння себе й інших, прагнення до самовдосконалення, а з іншого — відкритість, спонтанність у поведінці та недостатній рівень рефлексії.

За рівнем тривожності встановлено, що 22 особи (40%) мають середній рівень, тоді як 33 особи (60%) характеризуються високим рівнем тривожності, при цьому осіб із низьким рівнем у вибірці не виявлено. Це вказує на загальну тенденцію до підвищеного рівня тривожності серед

досліджуваних, що може впливати на їх емоційний стан і особливості реагування у складних ситуаціях.

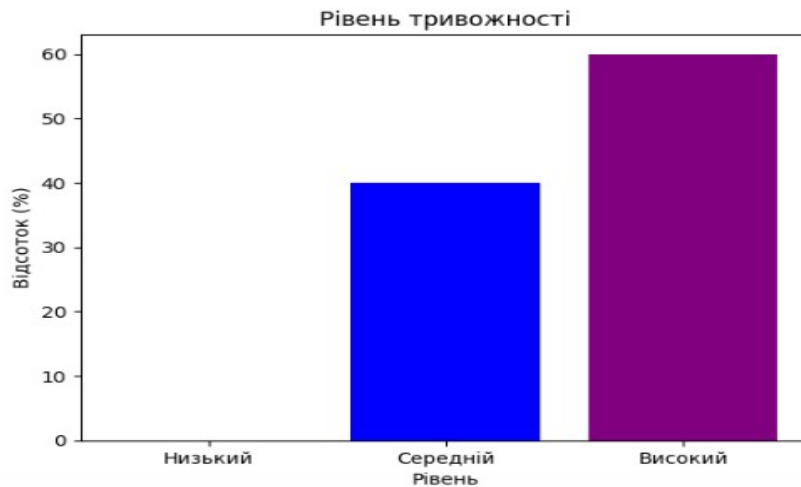


Рис.2.10. Показники за рівнем тривожності

Отримані результати свідчать, що для більшості досліджуваних характерний високий рівень тривожності, який супроводжується підвищеною стурбованістю, схильністю до переживання почуття провини, внутрішньою напруженістю та вираженим відчуттям відповідальності. Водночас менша частина респондентів демонструє середній рівень тривожності.

За показником сприйнятливості до нового встановлено, що 19 осіб (35%) мають низький рівень, 16 осіб (29%) — середній, а 20 осіб (36%) характеризуються високим рівнем. Це свідчить про відносну рівномірність розподілу: у вибірці представлені як особи, схильні до нововведень, експериментування та відкритості до змін, так і ті, хто орієнтується на стабільність, дотримання усталених норм і традицій, а також респонденти з помірною вираженістю цієї характеристики.

За рівнем самостійності виявлено, що 5 осіб (9%) мають низький рівень, 40 осіб (73%) — середній, а 10 осіб (18%) — високий рівень самостійності. Це дозволяє констатувати, що більшість досліджуваних характеризується помірною автономністю у прийнятті рішень. Водночас певна частина респондентів демонструє виражену незалежність у судженнях, прагнення до самостійних дій і відповідальності, тоді як менша група

орієнтується на зовнішні оцінки, проявляє залежність від групи та конформність.

За показником самодисципліни встановлено, що 4 особи (7%) мають низький рівень, 19 осіб (35%) — середній, а 32 особи (58%) характеризуються високим рівнем самодисципліни. Це свідчить про переважання у вибірці осіб із високим рівнем організованості, здатністю до самоконтролю та цілеспрямованої поведінки.

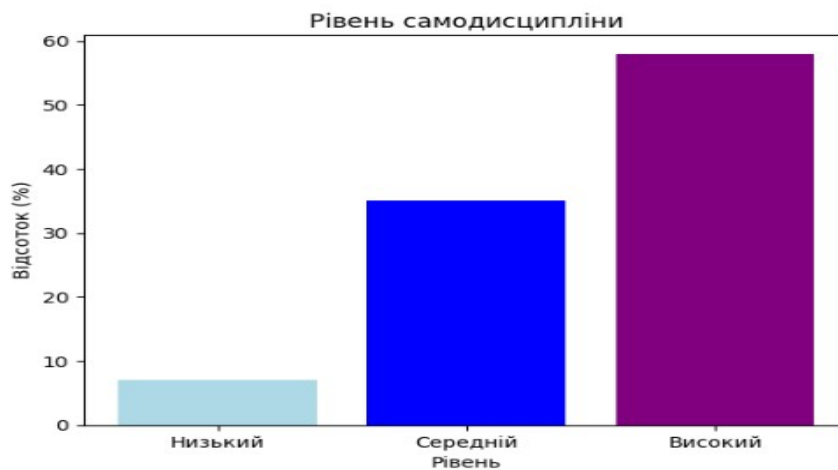


Рис.2.11. Показники за рівнем самодисципліни

Отримані результати свідчать, що переважна більшість досліджуваних характеризується високим рівнем самодисципліни, що проявляється у здатності до самоконтролю, розвиненій волі, організованості, точності у виконанні соціальних вимог та ефективному управлінні власними емоціями. Водночас значно менша частина респондентів демонструє недостатній рівень самодисципліни, що може супроводжуватися зниженим самоконтролем, схильністю до імпульсивних реакцій, певною індиферентністю, залежністю від власних бажань і внутрішньою суперечливістю.

За показником напруженості встановлено, що 11 осіб (20%) мають низький рівень, 25 осіб (45%) – середній, а 19 осіб (35%) характеризуються високим рівнем напруженості.

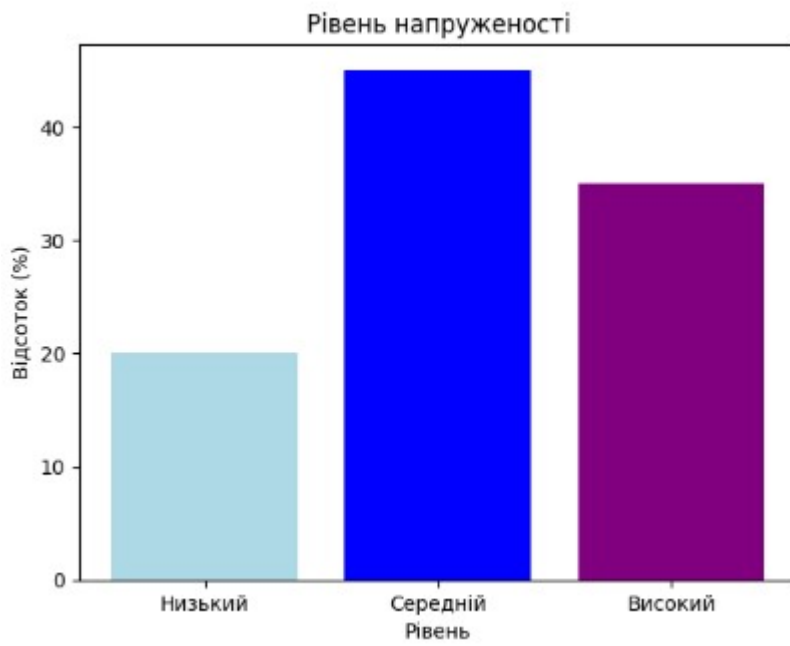


Рис.2.12. Показники за рівнем напруженості

Отримані результати свідчать, що для більшості досліджуваних характерний середній рівень напруженості. Водночас значна частина респондентів демонструє підвищену внутрішню напруженість, збудженість, стурбованість і нетерплячість, тоді як незначна кількість осіб характеризується внутрішньою розслабленістю, флегматичністю, певною млявістю та можливим зниженням мотивації.

Кореляційний аналіз даних.

За результатами кореляційного аналізу встановлено, що рівень нервово-психічної нерівноваженості має статистично значущі прямі зв'язки з показниками нейротизму ($r=0,32$, $p\leq 0,05$), ситуативної тривожності ($r=0,86$, $p\leq 0,01$), особистісної тривожності ($r=0,64$, $p\leq 0,01$), мрійливості ($r=0,51$, $p\leq 0,01$) та напруженості ($r=0,28$, $p\leq 0,05$). Водночас виявлено обернені кореляційні залежності з рівнем екстраверсії ($r=-0,29$, $p\leq 0,05$), інтернальності ($r=-0,42$, $p\leq 0,01$), комунікабельності ($r=-0,47$, $p\leq 0,01$), емоційної стійкості ($r=-0,48$, $p\leq 0,01$), домінантності ($r=-0,37$, $p\leq 0,01$), моральної нормативності ($r=-0,44$, $p\leq 0,01$), сміливості ($r=-0,34$, $p\leq 0,05$) та самодисципліни ($r=-0,54$, $p\leq 0,01$). Таким чином, підвищення рівня нервово-психічної нерівноваженості супроводжується зростанням нейротизму, ситуативної та

особистісної тривожності, мрійливості та напруженості, а також зниженням рівнів екстраверсії, внутрішнього контролю, комунікативної активності, емоційної стабільності, доміантності, моральної нормативності, сміливості та самодисципліни.

Отримані результати дають підстави стверджувати, що для дорослих із високим рівнем нервово-психічної неврівноваженості характерні підвищена напруженість, занепокоєність, нервозність і тенденція інтерпретувати широкий спектр життєвих ситуацій як загрозливі, реагуючи на них станами тривоги. У таких осіб спостерігається емоційна нестійкість, труднощі адаптації, схильність до частих змін настрою, переживання почуття провини та внутрішнього напруження, можливі депресивні реакції. Також відзначаються зниження концентрації уваги, нестійкість у стресових ситуаціях, невпевненість у собі, підвищена чутливість, вразливість і схильність до дратівливості.

Результати кореляційного аналізу засвідчили, що рівень екстраверсії має статистично значущі прямі зв'язки з емоційною стійкістю ($r=0,34$, $p\leq 0,05$), сміливістю ($r=0,36$, $p\leq 0,05$) та самодисципліною ($r=0,27$, $p\leq 0,01$). Водночас встановлено обернені залежності з нейротизмом ($r=-0,40$, $p\leq 0,01$), особистісною тривожністю ($r=-0,36$, $p\leq 0,01$), підозрілістю ($r=-0,33$, $p\leq 0,05$), мрійливістю ($r=-0,29$, $p\leq 0,05$) та загальним рівнем тривожності ($r=-0,57$, $p\leq 0,01$). Це дає підстави стверджувати, що зі зростанням екстраверсії підвищуються показники емоційної стабільності, сміливості та самоконтролю, тоді як рівні тривожності, підозрілості та нейротизму знижуються. Високий рівень екстраверсії асоціюється з товариськістю, відкритістю до взаємодії та здатністю діяти впевнено і без надмірної обережності.

Щодо нейротизму, виявлено його прямі зв'язки з нервово-психічною неврівноваженістю ($r=0,32$, $p\leq 0,05$), доміантністю ($r=0,28$, $p\leq 0,05$), безтурботністю ($r=0,47$, $p\leq 0,01$), емоційною чутливістю ($r=0,42$, $p\leq 0,01$), підозрілістю ($r=0,57$, $p\leq 0,01$) та тривожністю ($r=0,37$, $p\leq 0,01$), а також обернені зв'язки з екстраверсією ($r=-0,40$, $p\leq 0,01$) і інтернальністю ($r=-0,45$, $p\leq 0,01$). Таким чином, підвищення нейротизму супроводжується зростанням емоційної напруженості, підозрілості, тривожності та нестійкості, а також зниженням соціальної активності та

внутрішнього контролю. Низький рівень нейротизму, навпаки, відображає емоційну стабільність, що проявляється у здатності зберігати організованість поведінки та цілеспрямованість як у звичайних, так і в стресових ситуаціях. Такі особи відзначаються зрілістю, адаптивністю, відсутністю надмірної тривожності та схильністю до ефективної соціальної взаємодії.

Аналіз зв'язків інтернальності показав, що вона позитивно корелює з емоційною стійкістю ($r=0,45$, $p\leq 0,01$), сміливістю ($r=0,47$, $p\leq 0,01$) та сприйнятливістю до нового ($r=0,50$, $p\leq 0,01$), і водночас має обернені зв'язки з нервово-психічною неврівноваженістю ($r=-0,42$, $p\leq 0,01$), нейротизмом ($r=-0,45$, $p\leq 0,01$), ситуативною ($r=-0,34$, $p\leq 0,05$) та особистісною тривожністю ($r=-0,64$, $p\leq 0,01$), безтурботністю ($r=-0,65$, $p\leq 0,01$) і емоційною чутливістю ($r=-0,29$, $p\leq 0,05$). Це свідчить про те, що зі зростанням інтернальності підвищується емоційна врівноваженість, сміливість і відкритість до нового досвіду, тоді як показники тривожності, емоційної нестійкості та залежності від зовнішніх обставин знижуються. Високий рівень інтернальності відповідає вираженому суб'єктивному контролю над подіями життя: такі особи характеризуються емоційною стабільністю, наполегливістю, упевненістю у власних діях, комунікабельністю, розвиненою самодисципліною та високим рівнем нервово-психічної стійкості.

Кореляційний аналіз показав, що рівень ситуативної тривожності має статистично значущі прямі зв'язки з нервово-психічною неврівноваженістю ($r=0,84$, $p\leq 0,01$), особистісною тривожністю ($r=0,70$, $p\leq 0,01$), мрійливістю ($r=0,61$, $p\leq 0,01$) та напруженістю ($r=0,38$, $p\leq 0,01$). Водночас зафіксовано обернені кореляції з інтернальністю ($r=-0,34$, $p\leq 0,01$), комунікабельністю ($r=-0,35$, $p\leq 0,01$), емоційною стійкістю ($r=-0,67$, $p\leq 0,01$), домінантністю ($r=-0,42$, $p\leq 0,01$), моральною нормативністю ($r=-0,47$, $p\leq 0,01$), сміливістю ($r=-0,53$, $p\leq 0,01$) та самодисципліною ($r=-0,60$, $p\leq 0,01$). Це свідчить, що зростання ситуативної тривожності супроводжується посиленням внутрішньої напруженості, тривожних переживань і схильності до фантазування, а також зниженням рівня самоконтролю, емоційної стабільності, соціальної активності та внутрішнього контролю. Високий рівень ситуативної тривожності проявляється у напрузі, занепокоєнні та нервозності й пов'язаний зі зниженням емоційної врівноваженості та саморегуляції.

Рівень особистісної тривожності, у свою чергу, демонструє прямі зв'язки з нервово-психічною неврівноваженістю ($r=0,64$, $p\leq 0,01$), ситуативною тривожністю ($r=0,70$, $p\leq 0,01$), безтурботністю ($r=0,34$, $p\leq 0,05$), мрійливістю ($r=0,41$, $p\leq 0,01$) та напруженістю ($r=0,27$, $p\leq 0,05$), а також обернені — з екстраверсією ($r=-0,36$, $p\leq 0,01$), інтернальністю ($r=-0,64$, $p\leq 0,01$), емоційною стійкістю ($r=-0,63$, $p\leq 0,01$), домінантністю ($r=-0,38$, $p\leq 0,01$), моральною нормативністю ($r=-0,36$, $p\leq 0,01$) і сміливістю ($r=-0,54$, $p\leq 0,01$). Це означає, що підвищення особистісної тривожності супроводжується зростанням емоційної напруженості, тривожності та нестійкості, а також зниженням впевненості, внутрішнього контролю та емоційної врівноваженості. Високий рівень особистісної тривожності відображає стійку тенденцію сприймати широкий спектр життєвих ситуацій як загрозливі та реагувати на них тривожними станами, що пов'язано з внутрішніми конфліктами та ризиком емоційних зривів.

Аналіз зв'язків комунікабельності показав її позитивні кореляції з інтелектуальністю ($r=0,33$, $p\leq 0,05$), безтурботністю ($r=0,53$, $p\leq 0,01$) та моральною нормативністю ($r=0,54$, $p\leq 0,01$), а також негативні зв'язки з нервово-психічною неврівноваженістю ($r=-0,47$, $p\leq 0,01$), ситуативною тривожністю ($r=-0,35$, $p\leq 0,01$) та загальною тривожністю ($r=-0,45$, $p\leq 0,05$). Це вказує на те, що зростання комунікабельності супроводжується підвищенням інтелектуальної активності, відкритості та нормативності поведінки, а також зниженням рівня тривожності й емоційної нестійкості. Особи з високою комунікабельністю відзначаються відкритістю, активністю у взаємодії, здатністю до емоційного відгуку та готовністю до соціальних контактів.

Рівень інтелектуальності має прямі зв'язки з комунікабельністю ($r=0,33$, $p\leq 0,05$), сприйнятливістю до нового ($r=0,53$, $p\leq 0,01$) та моральною нормативністю ($r=0,49$, $p\leq 0,01$), а також обернені — з емоційною стійкістю ($r=-0,27$, $p\leq 0,05$), сміливістю ($r=-0,54$, $p\leq 0,01$), дипломатичністю ($r=-0,66$, $p\leq 0,01$) і безтурботністю ($r=-0,53$, $p\leq 0,01$). Це свідчить, що зростання інтелектуальності супроводжується підвищенням відкритості до нової інформації, когнітивної гнучкості та соціальної нормативності, водночас може поєднуватися зі зниженням емоційної легкості, безпосередності та поведінкової спонтанності. Особи з високим рівнем

інтелектуальності здатні швидко адаптуватися до нових умов, відкриті до знань і демонструють розвинені пізнавальні процеси.

Емоційна стійкість, у свою чергу, має прямі зв'язки з екстраверсією ($r=0,34$, $p\leq 0,05$), інтернальністю ($r=0,45$, $p\leq 0,01$), домінантністю ($r=0,27$, $p\leq 0,05$), моральною нормативністю ($r=0,43$, $p\leq 0,01$), сміливістю ($r=0,66$, $p\leq 0,01$), дипломатичністю ($r=0,45$, $p\leq 0,01$) та самодисципліною ($r=0,32$, $p\leq 0,05$), а також обернені зв'язки з нервово-психічною неврівноваженістю ($r=-0,49$, $p\leq 0,01$), ситуативною ($r=-0,67$, $p\leq 0,01$) та особистісною тривожністю ($r=-0,63$, $p\leq 0,01$), безтурботністю ($r=-0,50$, $p\leq 0,01$), мрійливістю ($r=-0,48$, $p\leq 0,01$) і напруженістю ($r=-0,51$, $p\leq 0,01$). Це означає, що підвищення емоційної стійкості супроводжується зростанням самоконтролю, впевненості, соціальної активності та внутрішньої регуляції, водночас знижуються рівні тривожності, емоційної нестійкості та напруження. Високий рівень емоційної стійкості характеризує особистість як врівноважену, адаптивну, здатну до ефективної діяльності в умовах стресу, з чіткими інтересами та стабільними поведінковими реакціями. Натомість емоційна нестійкість пов'язана з підвищеною залежністю від емоційних станів, лабільністю настрою, дратівливістю та схильністю до невротичних проявів.

Кореляційний аналіз показав, що домінантність має статистично значущі прямі зв'язки з нейротизмом ($r=0,28$, $p\leq 0,05$), емоційною стійкістю ($r=0,27$, $p\leq 0,05$), підозрілістю ($r=0,60$, $p\leq 0,01$) та самодисципліною ($r=0,47$, $p\leq 0,01$), а також обернені зв'язки з нервово-психічною неврівноваженістю ($r=-0,37$, $p\leq 0,01$), ситуативною ($r=-0,42$, $p\leq 0,01$) та особистісною тривожністю ($r=-0,38$, $p\leq 0,01$), мрійливістю ($r=-0,38$, $p\leq 0,01$) і напруженістю ($r=-0,51$, $p\leq 0,01$). Це означає, що зі зростанням домінантності підвищуються показники емоційної організованості, самоконтролю та настороженості, водночас зменшуються рівні тривожності, напруженості та емоційної нестабільності. Висока домінантність пов'язана з незалежністю суджень, прагненням до контролю та критичним ставленням до інших, що зумовлює тенденцію до лідерства і впливу.

Показник безтурботності демонструє прямі кореляції з нейротизмом ($r=0,47$, $p\leq 0,01$), особистісною тривожністю ($r=0,34$, $p\leq 0,05$), комунікабельністю ($r=0,53$, $p\leq 0,01$), інтелектуальністю та моральною нормативністю ($r=0,37$, $p\leq 0,01$), а також обернені зв'язки з емоційною стійкістю ($r=-0,49$, $p\leq 0,01$), сміливістю ($r=-0,36$,

$p \leq 0,01$) і сприйнятливістю до нового ($r = -0,45$, $p \leq 0,01$). Це свідчить про те, що зростання безтурботності супроводжується підвищенням соціальної активності, емоційної виразності та динамічності поведінки, однак водночас може поєднуватися зі зниженням емоційної рівноваженості та схильністю до імпульсивності. За низьких показників особистість характеризується стриманістю, рівноваженістю та схильністю до ускладнення ситуацій, тоді як високі значення відображають життєрадісність, енергійність, відкритість і виражену комунікативну активність.

Моральна нормативність має прямі зв'язки з комунікабельністю ($r = 0,54$, $p \leq 0,01$), емоційною стійкістю ($r = 0,43$, $p \leq 0,01$), безтурботністю ($r = 0,37$, $p \leq 0,01$), сміливістю ($r = 0,47$, $p \leq 0,01$) та самодисципліною ($r = 0,37$, $p \leq 0,01$), а також обернені зв'язки з нервово-психічною нерівноваженістю ($r = -0,44$, $p \leq 0,01$), ситуативною ($r = -0,47$, $p \leq 0,01$) і особистісною тривожністю ($r = -0,36$, $p \leq 0,01$), мрійливістю ($r = -0,41$, $p \leq 0,01$) та загальною тривожністю ($r = -0,59$, $p \leq 0,01$). Це свідчить, що зі зростанням моральної нормативності посилюються емоційна стабільність, соціальна активність, відповідальність і самоконтроль, тоді як показники тривожності та емоційної нестійкості знижуються. Особи з високим рівнем цієї характеристики відзначаються рівноваженістю, цілеспрямованістю, дисциплінованістю, почуттям обов'язку та орієнтацією на соціальні норми.

Рівень сміливості має прямі зв'язки з екстраверсією ($r = 0,36$, $p \leq 0,01$), інтелектуальністю ($r = 0,47$, $p \leq 0,01$), емоційною стійкістю ($r = 0,65$, $p \leq 0,01$), моральною нормативністю ($r = 0,47$, $p \leq 0,01$), дипломатичністю ($r = 0,43$, $p \leq 0,01$) та самодисципліною ($r = 0,28$, $p \leq 0,05$), а також обернені — з нервово-психічною нерівноваженістю ($r = -0,34$, $p \leq 0,01$), ситуативною ($r = -0,53$, $p \leq 0,01$) і особистісною тривожністю ($r = -0,54$, $p \leq 0,01$), безтурботністю ($r = -0,36$, $p \leq 0,01$), емоційною чутливістю ($r = -0,34$, $p \leq 0,05$), мрійливістю ($r = -0,67$, $p \leq 0,01$) та тривожністю ($r = -0,44$, $p \leq 0,01$). Це означає, що підвищення сміливості супроводжується зростанням впевненості, соціальної активності, самоконтролю та емоційної стабільності, водночас зменшуються показники тривожності та емоційної вразливості. Низькі значення відображають нерішучість і обережність, тоді як високі — готовність до ризику, відкритість і соціальну активність.

Емоційна чутливість демонструє прямі зв'язки з нейротизмом ($r=0,42$, $p\leq 0,01$), підозрілістю ($r=0,31$, $p\leq 0,01$) та тривожністю ($r=0,41$, $p\leq 0,01$), а також обернені — з інтернальністю ($r=-0,29$, $p\leq 0,05$) і сміливістю ($r=-0,34$, $p\leq 0,05$). Це свідчить про те, що з підвищенням емоційної чутливості зростає емоційна нестійкість, тривожність і настороженість, що може проявлятися у зниженні адаптивності, частих змінах настрою та підвищеній вразливості. Водночас нижчі значення цієї характеристики пов'язані з кращою адаптацією, здатністю до самостійного прийняття рішень і більшою впевненістю у поведінці.

Результати кореляційного аналізу свідчать, що підозрілість має статистично значущі прямі зв'язки з нейротизмом ($r=0,57$, $p\leq 0,01$), домінантністю ($r=0,60$, $p\leq 0,01$), емоційною чутливістю ($r=0,31$, $p\leq 0,05$) та тривожністю ($r=0,41$, $p\leq 0,01$), а також обернені зв'язки з нервово-психічною неврівноваженістю ($r=-0,34$, $p\leq 0,05$), екстраверсією ($r=-0,33$, $p\leq 0,01$), ситуативною тривожністю ($r=-0,43$, $p\leq 0,01$), мрійливістю ($r=-0,52$, $p\leq 0,01$) і напруженістю ($r=-0,39$, $p\leq 0,01$). Це означає, що зростання підозрілості супроводжується посиленням тривожності, настороженості та емоційної чутливості, а також зниженням відкритості, соціальної активності та схильності до фантазування. Низький рівень підозрілості пов'язаний із довірливістю, відкритістю, здатністю до співпраці та адаптивністю у груповій взаємодії, тоді як високий — із внутрішньою напруженістю, схильністю до контролю та концентрацією на потенційних загрозах.

Показник мрійливості демонструє прямі кореляції з нервово-психічною неврівноваженістю ($r=0,51$, $p\leq 0,01$), ситуативною ($r=0,61$, $p\leq 0,01$) і особистісною тривожністю ($r=0,41$, $p\leq 0,01$), сприйнятливістю до нового ($r=0,52$, $p\leq 0,01$) та напруженістю ($r=0,31$, $p\leq 0,05$), а також обернені зв'язки з екстраверсією ($r=-0,29$, $p\leq 0,05$), емоційною стійкістю ($r=-0,48$, $p\leq 0,01$), домінантністю ($r=-0,38$, $p\leq 0,01$), моральною нормативністю ($r=-0,41$, $p\leq 0,01$), сміливістю ($r=-0,67$, $p\leq 0,01$), підозрілістю ($r=-0,52$, $p\leq 0,01$) і самодисципліною ($r=-0,47$, $p\leq 0,01$). Це свідчить, що підвищення мрійливості супроводжується зростанням тривожності, емоційної напруженості та відкритості до нового досвіду, водночас знижуються показники самоконтролю, соціальної впевненості та поведінкової організованості. Високий рівень мрійливості характеризує особистість як схильну до ідеалізації, з

розвиненою уявою та творчим потенціалом, однак із ризиком відірваності від реальності та зниженням уваги до практичних аспектів діяльності.

Дипломатичність має прямі зв'язки з нейротизмом ($r=0,63$, $p\leq 0,01$), емоційною стійкістю ($r=0,45$, $p\leq 0,01$), моральною нормативністю ($r=0,46$, $p\leq 0,01$), сміливістю ($r=0,43$, $p\leq 0,01$) та самостійністю ($r=0,53$, $p\leq 0,01$), а також обернені — з підозрілістю ($r=-0,28$, $p\leq 0,01$) і напруженістю ($r=-0,30$, $p\leq 0,01$). Це означає, що зростання дипломатичності пов'язане з підвищенням емоційної врівноваженості, соціальної компетентності, впевненості та здатності до самостійних рішень, водночас знижується рівень внутрішньої напруженості та недовіри. Особи з високими показниками дипломатичності характеризуються розумінням мотивів інших, гнучкістю у взаємодії, вмінням контролювати власні емоції та ефективно адаптуватися в соціальному середовищі.

Рівень тривожності має прямі зв'язки з нервово-психічною неврівноваженістю ($r=0,70$, $p\leq 0,01$), нейротизмом ($r=0,37$, $p\leq 0,01$), ситуативною ($r=0,59$, $p\leq 0,01$) і особистісною тривожністю ($r=0,58$, $p\leq 0,01$), емоційною чутливістю ($r=0,41$, $p\leq 0,01$), а також обернені зв'язки з екстраверсією ($r=-0,57$, $p\leq 0,01$), інтернальністю ($r=-0,47$, $p\leq 0,01$), комунікабельністю ($r=-0,45$, $p\leq 0,01$), емоційною стійкістю ($r=-0,41$, $p\leq 0,01$), моральною нормативністю ($r=-0,60$, $p\leq 0,01$), сміливістю ($r=-0,44$, $p\leq 0,01$) і самодисципліною ($r=-0,38$, $p\leq 0,01$). Це свідчить, що підвищення тривожності супроводжується посиленням емоційної нестійкості, внутрішньої напруженості та вразливості, а також зниженням соціальної активності, впевненості та здатності до саморегуляції. Високий рівень тривожності проявляється у невпевненості, очікуванні негативних подій, схильності до переживання страху та провини, підвищеній чутливості до оцінок інших і залежності від емоційного стану. Натомість низький рівень тривожності пов'язаний зі спокоєм, емоційною стабільністю, життєрадісністю та більшою впевненістю у поведінці.

Результати кореляційного аналізу свідчать, що сприйнятливність до нового має статистично значущі прямі зв'язки з інтернальністю ($r=0,50$, $p\leq 0,01$), моральною нормативністю ($r=0,52$, $p\leq 0,01$) та інтелектуальністю ($r=0,28$, $p\leq 0,01$), а також обернені зв'язки з напруженістю ($r=-0,53$, $p\leq 0,01$), безтурботністю ($r=-0,50$, $p\leq 0,01$) і самодисципліною ($r=-0,36$, $p\leq 0,01$). Це означає, що зі зростанням

відкритості до нового досвіду підвищуються внутрішній контроль, інтелектуальна активність і орієнтація на соціальні норми, тоді як знижуються показники напруженості, імпульсивності та жорсткої поведінкової регуляції. Особи з високим рівнем цієї характеристики схильні до експериментування, критично ставляться до усталених поглядів, демонструють незалежність мислення, інтелектуальну активність і толерантність до невизначеності.

Самостійність виявляє прямі зв'язки з віком ($r=0,40$, $p\leq 0,01$), нервово-психічною неврівноваженістю ($r=0,44$, $p\leq 0,01$), нейротизмом ($r=0,47$, $p\leq 0,01$), ситуативною тривожністю ($r=0,70$, $p\leq 0,01$), дипломатичністю ($r=0,53$, $p\leq 0,01$) та загальною тривожністю ($r=0,32$, $p\leq 0,01$), а також обернені зв'язки з комунікабельністю ($r=-0,53$, $p\leq 0,01$), самодисципліною ($r=-0,39$, $p\leq 0,01$) і напруженістю ($r=-0,35$, $p\leq 0,01$). Це свідчить, що зростання самостійності супроводжується підвищенням автономності, здатності до самостійного прийняття рішень і соціальної гнучкості, водночас може поєднуватися зі зниженням залежності від інших та певною дистанційованістю у взаємодії. Виявлений зв'язок із віком вказує на тенденцію поступового посилення самостійності у процесі дорослішання.

Самодисципліна має прямі кореляції з екстраверсією ($r=0,27$, $p\leq 0,01$), емоційною стійкістю ($r=0,32$, $p\leq 0,05$), домінантністю ($r=0,47$, $p\leq 0,01$), моральною нормативністю ($r=0,37$, $p\leq 0,01$) і сміливістю ($r=0,28$, $p\leq 0,05$), а також обернені зв'язки з нервово-психічною неврівноваженістю ($r=-0,54$, $p\leq 0,01$), ситуативною тривожністю ($r=-0,60$, $p\leq 0,01$), тривожністю ($r=-0,38$, $p\leq 0,01$), сприйнятливістю до нового ($r=-0,36$, $p\leq 0,01$) і напруженістю ($r=-0,55$, $p\leq 0,01$). Це означає, що зі зростанням самодисципліни посилюється здатність до самоконтролю, емоційної регуляції, цілеспрямованості та соціальної відповідальності, тоді як рівні тривожності, емоційної нестійкості та напруженості знижуються. Низький рівень самодисципліни пов'язаний із труднощами у саморегуляції, імпульсивністю та нестійкістю поведінки, тоді як високий відображає організованість, здатність діяти послідовно та доводити справи до завершення.

Показник напруженості демонструє прямі зв'язки з нервово-психічною неврівноваженістю ($r=0,28$, $p\leq 0,01$), ситуативною ($r=0,38$, $p\leq 0,01$) і особистісною тривожністю ($r=0,27$, $p\leq 0,01$), комунікабельністю ($r=0,48$, $p\leq 0,01$), мрійливістю

($r=0,31$, $p\leq 0,05$) та підозрілістю ($r=0,28$, $p\leq 0,05$), а також обернені зв'язки з емоційною стійкістю ($r=-0,51$, $p\leq 0,01$), домінантністю ($r=-0,51$, $p\leq 0,01$), сприйнятливістю до нового ($r=-0,39$, $p\leq 0,01$), дипломатичністю ($r=-0,30$, $p\leq 0,05$), самостійністю ($r=-0,35$, $p\leq 0,01$) і самодисципліною ($r=-0,55$, $p\leq 0,01$). Це свідчить, що зростання напруженості супроводжується підвищенням тривожності, емоційної нестійкості та настороженості, водночас знижуються показники самоконтролю, гнучкості поведінки та адаптивності. Низький рівень напруженості характеризується спокоєм і розслабленістю, інколи зниженням мотивації, тоді як високий пов'язаний із внутрішнім неспокоєм, дратівливістю та труднощами у міжособистісній взаємодії.

Таким чином, проведений кореляційний аналіз дозволив виявити характер, напрям і силу взаємозв'язків між ключовими психологічними показниками, зокрема емоційною стійкістю, емоційною чутливістю, нервово-психічною неврівноваженістю, ситуативною та особистісною тривожністю, комунікабельністю, екстраверсією–інтроверсією, локусом контролю, напруженістю та сприйнятливістю до нового, що дає можливість комплексно оцінити їх роль у структурі особистості.

2.3. Рекомендації для посилення психологічної стійкості особистості до маніпуляцій

Рекомендації щодо посилення психологічної стійкості особистості до маніпулятивних впливів доцільно вибудовувати як систему взаємопов'язаних напрямів, що охоплюють когнітивний, емоційно-регулятивний, мотиваційно-смысловий і поведінковий рівні функціонування особистості.

Перший напрям пов'язаний із розвитком когнітивної автономії. Йдеться не лише про формування критичного мислення, а про здатність усвідомлювати власні когнітивні процеси. У роботі з клієнтом доцільно вводити регулярну практику «когнітивної паузи»: перед прийняттям рішення або реакцією на інформацію клієнт навчається ставити собі три питання — що саме я зараз думаю, на чому ґрунтується ця думка, які є альтернативні пояснення. Це дозволяє знизити автоматизм реакцій і вивести мислення з-під

впливу евристик та емоційних тригерів. Додатково ефективним є навчання розпізнаванню типових маніпулятивних стратегій: апеляції до страху, терміновості, авторитету, соціального тиску.

Другий напрям стосується емоційної регуляції. Маніпуляція, як правило, активує афективні стани, що знижують здатність до рефлексії. Тому ключовим є розвиток здатності витримувати емоційне напруження без імпульсивного реагування. У практиці доцільно використовувати техніку «маркування емоції»: клієнт навчається чітко називати переживання («я зараз відчуваю тривогу», «я злюсь»), відокремлюючи його від дії. Це знижує інтенсивність афекту і підвищує контроль. Також ефективною є робота з тілесною регуляцією — уповільнення дихання, стабілізація через опору на тіло, що дозволяє зменшити фізіологічне збудження і повернути контроль над реакцією.

Третій напрям – формування внутрішніх орієнтирів і ціннісної визначеності. Людина є більш вразливою до маніпуляцій, коли її рішення не спираються на внутрішні критерії. У роботі доцільно використовувати техніку «особистісного фільтра»: клієнт формулює перелік власних базових цінностей і принципів, після чого кожен зовнішній вплив співвідноситься з ними. Питання, які вводяться у практику: чи відповідає це моїм цілям, чи не суперечить це моїм принципам, яку ціну я плачу за цю згоду. Це підсилює здатність до вибору, а не автоматичного реагування.

Четвертий напрям – розвиток навичок психологічних меж. Маніпуляція часто спирається на труднощі у відмові та страх втратити стосунок або схвалення. Доцільною є робота з формуванням асертивної поведінки. Зокрема, використовується техніка «структурованого НІ»: коротке повідомлення про відмову без виправдань, з опорою на власне рішення («я не готова це робити», «мені це не підходить»). Важливим компонентом є тренування витримувати провини як реакції на зміну ролі, а не як показника реальної помилки.

П'ятий напрям – зниження сугестивності через підвищення суб'єктивного контролю. Особам із зовнішнім локусом контролю притаманна більша вразливість до впливу. У роботі варто акцентувати увагу на реконструкції досвіду контролю: аналіз ситуацій, де клієнт реально впливав на події, фіксація власного внеску в результат, формування причинно-наслідкових зв'язків між діями і наслідками. Це зміщує фокус із зовнішніх факторів на власну агентність.

Шостий напрям – розвиток інформаційної гігієни. У кризових умовах особливо важливим є обмеження надмірного інформаційного потоку та перевірка джерел. Доцільно вводити правило «двох джерел» для перевірки значущої інформації, а також обмеження часу перебування у інформаційному середовищі, що викликає емоційне перенавантаження. Це знижує ефект інформаційного тиску та зменшує ризик імпульсивних рішень.

Сьомий напрям – інтегративна саморегуляція. Кінцевою метою є не окремі навички, а здатність утримувати контакт із собою в умовах зовнішнього впливу. У цьому контексті ефективною є техніка «точки опори»: у ситуації впливу клієнт фіксує три аспекти — що я відчуваю, що я думаю, чого я хочу. Це дозволяє повернути суб'єктність і здійснити усвідомлений вибір.

Таким чином, підвищення стійкості до маніпуляцій не зводиться до накопичення знань про маніпуляції, а передбачає розвиток здатності до саморегуляції, рефлексії та опори на власні цінності, що забезпечує збереження автономії особистості в умовах зовнішнього психологічного тиску.

Висновок до розділу II

Узагальнення результатів емпіричного дослідження дозволяє зробити висновок, що обрана методологічна база є адекватною поставленим завданням дослідження та забезпечує комплексне вивчення психологічних чинників стійкості особистості до маніпулятивних впливів. Використаний

діагностичний інструментарій дозволив охопити ключові складові цієї стійкості, зокрема емоційно-регулятивні, когнітивні, мотиваційні та особистісні характеристики, що дало змогу сформуванню цілісного уявлення про її структуру та прояви.

Аналіз отриманих результатів засвідчив, що досліджувана група характеризується достатньо вираженою неоднорідністю психологічних показників. З одного боку, виявлено переважання таких ресурсних характеристик, як інтернальний локус контролю, високий рівень комунікабельності, значна частка осіб із високою самодисципліною та достатнім рівнем емоційної стійкості. Ці показники можна розглядати як потенційні фактори психологічної стійкості до маніпулятивних впливів, оскільки вони забезпечують здатність до саморегуляції, усвідомленого прийняття рішень та збереження суб'єктної позиції.

Водночас у вибірці зафіксовано низку характеристик, які підвищують вразливість до маніпуляцій. Зокрема, значна частина досліджуваних демонструє високий рівень особистісної та загальної тривожності, підвищену підозрілість, емоційну чутливість і напруженість. Також встановлено, що рівень особистісної тривожності у вибірці системно перевищує рівень ситуативної, що свідчить про стійку схильність до тривожного реагування. Подібні характеристики можуть знижувати ефективність когнітивної обробки інформації, посилювати афективну реактивність і, відповідно, підвищувати сприйнятливність до маніпулятивних впливів.

Результати кореляційного аналізу підтвердили системний характер взаємозв'язків між показниками. Встановлено, що ключовими детермінантами вразливості виступають нервово-психічна нерівноваженість, нейротизм, тривожність і емоційна чутливість, які мають прямі зв'язки між собою та обернені — з такими характеристиками, як емоційна стійкість, інтернальність, самодисципліна, сміливість і комунікабельність. Це дозволяє розглядати емоційну регуляцію та

суб'єктивний контроль як центральні механізми забезпечення стійкості до маніпуляцій.

Окремої уваги заслуговує встановлений зв'язок між емоційною стійкістю та широким спектром особистісних характеристик. Високий рівень емоційної стійкості асоціюється зі зниженням тривожності, напруженості та неврівноваженості, а також із підвищенням самодисципліни, сміливості, інтернальності та соціальної активності. Це підтверджує її інтегративний характер і визначальну роль у структурі психологічної стійкості особистості.

Розроблені рекомендації логічно випливають із отриманих емпіричних даних і спрямовані на посилення ключових механізмів стійкості — розвитку критичного мислення, емоційної регуляції, внутрішнього локусу контролю, ціннісної визначеності та навичок асертивної поведінки. Їх реалізація дозволяє не лише знизити рівень вразливості до маніпулятивних впливів, а й підвищити загальний рівень психологічної зрілості та автономії особистості.

Таким чином, результати емпіричного дослідження підтверджують, що психологічна стійкість до маніпуляцій є багатовимірним утворенням, яке визначається взаємодією емоційних, когнітивних і особистісних характеристик. Ключовими умовами її формування виступають розвиток саморегуляції, зниження тривожності та посилення суб'єктної позиції особистості, що забезпечує здатність протистояти маніпулятивному впливу навіть у складних соціальних умовах.

ВИСНОВКИ

Узагальнення теоретичних і емпіричних результатів дослідження дозволяє сформулювати системні висновки щодо психологічної стійкості особистості до маніпуляцій як складного багатовимірного феномена.

Теоретичний аналіз засвідчив, що стійкість до маніпулятивних впливів доцільно розглядати як інтегративну властивість особистості, яка формується на перетині когнітивних, емоційно-регулятивних, мотиваційно-сміслових і поведінкових механізмів. Її сутність полягає у здатності особистості зберігати суб'єктність, критичність мислення та емоційну рівновагу в умовах зовнішнього психологічного тиску. Встановлено, що маніпуляція функціонує як прихований вплив, спрямований на активацію автоматизованих реакцій, обхід критичного мислення та використання емоційних і соціальних тригерів. У цьому контексті ключову роль у забезпеченні стійкості відіграють механізми саморегуляції, рефлексії та внутрішнього контролю.

У межах теоретичного розділу також обґрунтовано, що особливого значення проблема стійкості до маніпуляцій набуває в умовах кризових періодів суспільства, які характеризуються невизначеністю, інформаційним перевантаженням, підвищеним рівнем тривожності та поляризацією соціальних наративів. Саме в таких умовах знижується аналітичність мислення, посилюється афективна реактивність і зростає вразливість до маніпулятивних впливів. Водночас криза виступає середовищем, у якому актуалізуються або, навпаки, послаблюються внутрішні ресурси особистості.

Результати емпіричного дослідження підтвердили теоретичні положення щодо ролі емоційної та особистісної регуляції у забезпеченні стійкості до маніпуляцій. Встановлено, що досліджувана вибірка характеризується поєднанням як ресурсних, так і вразливих характеристик. До ресурсних належать інтернальний локус контролю, достатній рівень комунікабельності, самодисципліни та значна частка осіб із середнім і високим рівнем емоційної стійкості. Ці показники забезпечують здатність до

усвідомленого прийняття рішень, контролю поведінки та збереження автономності.

Водночас виявлено виражену тенденцію до підвищеної особистісної тривожності, емоційної чутливості, підозрливості та напруженості, що виступають чинниками вразливості до маніпулятивних впливів. Особливо значущим є те, що рівень особистісної тривожності системно перевищує рівень ситуативної, що свідчить про стабільну схильність до тривожного реагування як фонові характеристики особистості.

Кореляційний аналіз дозволив виявити системні взаємозв'язки між показниками та окреслити структурні детермінанти стійкості. Показано, що нервово-психічна неврівноваженість, нейротизм і тривожність утворюють ядро вразливості, тоді як емоційна стійкість, інтернальність, самодисципліна, сміливість і комунікабельність виступають системоутворюючими ресурсами. Особливої уваги заслуговує інтегративна роль емоційної стійкості, яка пов'язана з більшістю досліджуваних характеристик і визначає здатність особистості зберігати функціональність у складних умовах.

Отримані результати підтверджують, що психологічна стійкість до маніпуляцій не є ізольованою характеристикою, а формується як результат взаємодії особистісних властивостей, емоційних станів і когнітивних процесів. Вона визначається не лише рівнем знань або обізнаності, а передусім ефективністю внутрішніх регуляторних механізмів, що забезпечують усвідомленість, контроль і здатність до рефлексії.

Розроблені на основі емпіричних даних рекомендації спрямовані на розвиток ключових компонентів стійкості: зниження рівня тривожності, формування навичок емоційної регуляції, посилення внутрішнього локусу контролю, розвиток критичного мислення та асертивної поведінки. Їх впровадження сприяє підвищенню психологічної автономії особистості та зменшенню її вразливості до маніпулятивних впливів.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що стійкість до маніпуляцій є динамічним і системним утворенням, яке визначається

балансом між емоційною регуляцією, когнітивною автономією та особистісною зрілістю. Її розвиток можливий за умови цілеспрямованого впливу на внутрішні механізми саморегуляції, що є перспективним напрямом подальших наукових і практичних розробок.

Перспективи подальших досліджень доцільно пов'язувати з поглибленням розуміння психологічної стійкості до маніпуляцій як динамічного процесу, що формується в конкретних соціальних і інформаційних контекстах. Передусім актуальним є розширення емпіричних вибірок з урахуванням вікових, професійних та соціокультурних відмінностей, що дозволить виявити специфіку проявів стійкості у різних групах населення та уточнити її детермінанти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аршава І.Ф. Експериментально-психологічні та психофізіологічні методи дослідження в авіаційній психології та медицині. Метод. рекомендації. Д.: РВВ ДНУ, 2002. 24с.
2. Аршава І.Ф. Емоційна стійкість людини та її діагностика: монографія. Д.: Вид-во ДНУ, 2008. 468 с.
3. Аршава І.Ф. Емоційна стійкість людини-оператора: напрями змін парадигми досліджень. *Вісн. Дніпропетр. ун-ту.: Сер. Педагогіка та психологія.* Д., 2005. Вип. 11. С. 3-7.
4. Аршава І.Ф. Категоріальний статус феномена «емоційна стійкість» та його особистісних детермінант з позиції адаптаційної та когнітивної теорії стресу. *Наукові записки Ін-ту психології ім. Г.С.Костюка АПН України.* За ред. академіка С.Д. Максименка. - К.: Міленіум, 2006. - Вип. 27. - С. 319-329.
5. Аршава І.Ф. Підходи до операціоналізації феномена «емоційна стійкість» як основи для вдосконалення його діагностики. *Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України.* За ред. академіка С.Д. Максименка. К., 2006. Т.8. Ч.9. С. 13-20.
6. Бізюк О.П. Особистість та тривога: навч. посібник. 2017. 236 с.
7. Бохонкова Ю. О., Ліпський А. В. Теоретико-методологічний аналіз проблеми адаптації особистості в умовах травмівного досвіду. Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Київ: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2024. № 3 (65). Т. 1. С. 47-59.
8. Бохонкова Ю. О., Завацький В. Ю., Сербін Ю. В., Завацька Н. Є., Царенок Л.Б. Специфіка подолання посттравматичних стресових розладів особистості в період криз: аналіз соціально-психологічних чинників. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи:* зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2022. № 1 (57). Т.1. С. 181-190.

9. Вікова і педагогічна психологія / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін., - 2-е вид., допов. К.: Каравела, 2009. 400 с.
10. Водоп'янова Н. Є., Лозінська Н. С. Ресурси психологічної стійкості особистості у професійній діяльності. Психологія і особистість, 2022, №2, с. 44–59.
11. Гребенюк Г.С. Розвиток саморегуляції у навчально-професійній діяльності майбутніх рятувальників: монографія. Черкаси: Вид. Чабаненко Ю., 2006. 397 с.
12. Завацька Н.Є. Соціально-психологічні особливості стресостійкості у професійній діяльності керівника. Психологічні основи розвитку особистості: монографія / за заг. ред. В.Й. Бочелюка, за ред. Ю.В. Стрюкової. Запоріжжя: Просвіта, 2021. Т. 7. С. 44-71.
13. Залуцька Н.М. Генералізований тривожний розлад: сучасні теоретичні моделі та підходи до діагностики та терапії. Вип. 3. 2016. С. 80-89.
14. Зливков В. Л. Саморегуляція особистості в процесі професійного становлення. Київ, Інтерсервіс, 2018.
15. Зливков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
16. Йосифович Д.І., Кузьо Л.І. Розвиток комунікативної компетентності майбутніх поліцейських в процесі іншомовної підготовки. *Інноваційна педагогіка*. 2024. Випуск 67. Том 1. 107-111.
17. Карамушка Л. М., Москальова Л. М. Психологічна підтримка персоналу в умовах професійного стресу. Київ, Наукова думка, 2022.
18. Ковальчук З.Я. Вплив деяких властивостей особистості викладача на педагогічну взаємодію при підготовці майбутніх працівників ОВС. Трансформація ціннісних орієнтацій професійного становлення світогляду працівників ОВС України в сучасному полікультурному суспільстві: Збірник матеріалів круглого столу 30 травня 2014 року. – Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2014. С. 145-149.

19. Ковальчук З.Я. Вплив особистісних властивостей на розвиток емоційної стійкості фахівців силових структур. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна: збірник наукових праць / головний редактор З.Я. Ковальчук. Львів: ЛьвДУВС, 2023. Вип. 2. С.32-40.
20. Ковальчук З.Я. Вплив особистісних властивостей на формування професійної деформації працівників ризиконебезпечних професій. Науковий теоретико-методологічний і прикладний психологічний журнал «Психологія особистості». Видавництво Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. № 1(9), 2018. С. 30-36.
21. Ковальчук З.Я. Емоційна стійкість педагога як детермінанта ефективної педагогічної роботи в освітніх закладах. Детермінанти професіоналізації як умова розвитку освітнього простору суспільства. Збірник тез круглого столу факультету психології ЛьвДУВС: 22 березня 2013 р. Упоряд. М.П. Козирев. Львів: Ліга Прес, 2013. С. 73-75.
22. Ковальчук З.Я. Емоційна стійкість педагога як структурний компонент педагогічної діяльності. Роль та місце ОВС у розбудові правової держави : матеріали V міжнар. наук.-практ. конф., м. Одеса, 26 квітня 2013 р. Одеса : ОДУВС, 2013. С. 304-305.
23. Ковальчук З.Я. Психоемоційна стійкість учителя у комунікативно-перцептивній взаємодії з депривованими школярами . Психогенеза особистості: норма і девіація : зб. наук. статей і тез; [гол. ред. Я. Гошовський]. Луцьк : СНУ імені Лесі Українки, 2017. С.28-34.
24. Кокун О. Г. Психологічна стійкість особистості в умовах стресу та ризику. Київ, Педагогічна думка, 2016.
25. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: Монографія. К.: Міленіум, 2004. 265 с.
26. Кононова М.М., Кучма Т.В. Сутність стресу як психологічної категорії. Молодий вчений. 2021. С. 28–33.

27. Корольчук В. М. Психологія стресостійкості особистості: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01 / ін-т психології імені Г. С. Костюка АПН України. Київ. 2009. 19 с.
28. Корольчук М.С. Психофізіологія діяльності / Підр. К.: Єльга, Ніка-центр, 2003. 400 с.
29. Корольчук М.С., Крайнюк В.М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К.: Ніка-Центр, 2006. 580 с.
30. Кузьо О., Кузьо Л. Психосемантична реконструкція генералізованого-тривожного розладу в когнітивному ключі. *Науково-практичний журнал «Освіта і Наука» Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського*. Вип. 4, 2021. С. 5-17.
31. Лук'янова М. В. Види стратегій опанування та їх динаміка. Актуальні проблеми психології. 2017. Т. 7. Вип. 16. С. 89–92.
32. Лялюк Г.М. Особистісні ресурси психолога як чинник подолання напружених ситуацій у професійній діяльності в умовах воєнного стану. *Науковий журнал «Габітус / Habitus»*, 2024. № 57. С.226-231.
33. Лялюк Ю.Р. Використання специфічних та неспецифічних способів розвитку емоційної стійкості офіцерів Національної гвардії України в процесі професіоналізації «Психологія особистості фахівця в умовах воєнного часу та пост воєнної реабілітації»: матеріали ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції (15 жовтня 2024 року) / уклад. В. С. Бліхар. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2024. С. 215-219.
34. Лялюк Ю.Р. Емоційна стійкість офіцерів Національної гвардії України як необхідна умова управління у військовій сфері. Виклики толерантності в умовах російської воєнної агресії: матеріали Всеукраїнської науково-дискусійної платформи, яка приурочена до Міжнародного дня толерантності, Кропивницький Донецький державний університет внутрішніх справ, 22 листопада 2024 року. Кропивницький: ДонДУВС, 2024. 202 с. С. 95-97.

35. Лялюк Ю.Р. Емоційна стійкість як чинник ефективності професійної діяльності фахівців сектору сил безпеки та оборони України в умовах військового стану: соціально-психологічні аспекти / Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві: збірник матеріалів VII Всеукраїнської науково-практичної конференції (28 жовтня 2022 року) / уклад. В.С. Бліхар. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2022. С. 208-2011.
36. Лялюк Ю.Р. Емпіричне дослідження психологічних особливостей стресостійкості офіцерів Національної гвардії України. Міжнародний журнал «Věda a perspektivy». № 9(40), 2024. С.265-277.
37. Лялюк Ю.Р. Основні компоненти структури емоційної стійкості особистості. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна: збірник наукових праць*. Львів: ЛьВДУВС, 2023. Вип.2. С.73-79.
38. Лялюк Ю.Р. Особливості організації психологічного супроводу розвитку емоційної стійкості майбутніх фахівців сил безпеки та оборони: матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні аспекти психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України» (30 листопада 2022 р.) / [редкол.: І.І. Приходько (голова)]. м. Харків, Національна академія НГУ 2021. С. 113-116.
39. Лялюк Ю.Р. Розвиток емоційної стійкості офіцерського складу Національної гвардії України у процесі професіоналізації. «Габітус» 2024, Вип. 63. С.191-195.
40. Лялюк Ю.Р. Роль інтегративних технологій у розвитку емоційної стійкості офіцерів Національної гвардії України III Міжнародна науково-практична конференція «Innovative methods in education, sciences and business: challenges and opportunities» Abstracts of III International Scientific and Practical Conference Antwerp, Brussels (September 16-18, 2024) С.153-155.
41. Лялюк Ю.Р. Теоретичний аналіз основних підходів до визначення емоційної стійкості особистості. *Науковий вісник Львівського державного*

- університету внутрішніх справ. Серія психологічна: збірник наукових праць. Львів: ЛьвДУВС, 2023. Вип.1. С. 70-77.
42. Ляшин Я. Є. Копінг-поведінка у складних життєвих ситуаціях. *Міжнародний науковий журнал «Інтернаука»*. 2016. № 12 (22), Т. 1. С. 78–80.
43. Макарова О.П., Червоний П.Д. Сутність стресу та його вплив на організм людини в екстремальних умовах. *Габітус. Науковий журнал з соціології та психології*. 2023. Вип. 46. С. 222–226.
44. Максименко С. Д. Метод дослідження особистості / С.Д.Максименко // *Практична психологія та соціальна робота*. - 2004. -№ 7. - С. 1-9.
45. Максименко С. Д. Метод дослідження особистості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2004. № 7. С. 1-9.
46. Максименко С. Д. Психологічні механізми зародження, становлення та здійснення особистості / С. Д. Максименко, В. В. Клименко, А. В. Толстоухов. К. : Вид-во Європейського ун-ту, 2010.
47. Максименко С. Д., Зливков В. Л., Кузікова С. Б. (ред.). Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика: монографія. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. 430 с.
48. Максименко С.Д. Психологічні засади пропагування психогігієнічного виховання і здорового способу життя. *Практична психологія та соціальна робота*. 2018. № 6(111). С. 72–76.
49. Москалець В. П. Психологія особистості (переробл., доповн.). Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.
50. Національна програма психічного здоров'я та психосоціальної підтримки. URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/ofis-pershoyi-ledi-moz-ta-partneri-zapuskayutnacionalnu-programu-psihichnogo-zdorovya-tapsihosocialnoyi-pidtrimki>
51. Носенко Е.Л. Диспозиційні та перцептивно оцінювані характеристики емоційного інтелекту. *Вісн. Харк. ун-ту*. Сер. Психологія. Х., 2002. №550. Ч.1. С.177-179.

52. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномена, основні функції. Монографія. Е.Л.Носенко, Н.В. Коврига. К.: Вища школа, 2003.
53. Носенко Е.Л., Аршава І.Ф. Системний підхід до вивчення стійкості людини у світлі новітніх досліджень емоцій і психічних станів. *Зб. наук. праць ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. Т.8. Вип. 5. К., 2006. С. 229-243.
54. Носенко Е.Л., Аршава І.Ф. Теоретико-психологічні засади комп'ютерної діагностики емоційної стійкості людини: Монографія. Дн-ськ: вид. ДНУ, 2006. 188 с.
55. Пов'якель Н. І. Саморегуляція професійного мислення в системі фахової підготовки практичних психологів: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.07. Київ, 2004.
56. Поліщук В. М. Вікова та педагогічна психологія. В.М.Поліщук. Суми, 2007. 330 с.
57. Предко В.В., Сомова О.О. Вплив війни на зміну рівня стресу та стратегій збереження життєстійкості українців. Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія». 2022. Т. 33 (72). № 4. С. 89–98.
58. Савчин М. Психологія відповідальної поведінки. М.В. Савчин. Івано-Франківськ : Місто НВ, 2008. 280 с.
59. Савчин М., Василенко Л. Вікова психологія. М.В. Савчин, Л.В. Василенко. К. : Академвидав. (Альма-матер), 2005. 360 с.
60. Семиченко В.А. Психологія особистості. В.А. Семиченко. К.: вид. О.М. Ешке, 2001. 427 с.
61. Сергєєва І.В. Емоційна регуляція діяльності на різних рівнях активності людини. *Проблеми загальної та педагогічної психології*: Зб. наук. пр. Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України / За ред. С.Д.Максименка. К., 2002. Т.4. Ч.3. С. 241-245.

62. Сергеева І.В. Емоційні стани учителів в напружених ситуаціях педагогічної діяльності. *Психологія: Зб. наук. пр.* К.: НПУ ім. М.П.Драгоманова. 2000. Вип.11. С. 387-393.
63. Сергеева І.В. Індивідуальні особливості емоційної сфери особистості й емоційної регуляції діяльності педагогів. *Проблеми загальної та педагогічної психології: Зб. наук. пр. Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України / За ред. С.Д.Максименка. К., 2003. Т.5. Ч.4. С. 272-282.*
64. Сергєєнкова О.П. Вікова психологія: підручник. К.: Центр учбової літератури, 2012. 376 с.
65. Склень О.І. Взаємозв'язок самооцінки особистості та типу її поведінки в стресовій ситуації. *Проблеми екстремальної та кризової психології.* – Харків: УЦЗУ, 2007. Вип. 3. Ч.2. С. 276-282.
66. Стасюк В.В. Формування емоційної стійкості у воїнів-десантників в умовах сучасного бою: Автореф. дис. канд. психол. наук. К., 1999. 15 с.
67. Стасюк В.В. Формування емоційної стійкості у воїнів-десантників в умовах сучасного бою: Автореф. дис. канд. психол. наук. К., 1999. 15 с.
68. Титаренко Т. М. (ред.). Психологія життєтворення особистості в сучасному світі: монографія. Київ: Міленіум, 2016. 320 с.
69. Тімченко О.В. Оцінка напруженості праці та фізіологічна «вартість» основних видів діяльності органів та підрозділів внутрішніх справ України //Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України./За ред. С.Д. Максименка – К., 2001. Т. III. Ч. 7. С. 222 – 229.
70. Тімченко О.В. Професійний стрес працівників органів внутрішніх справ України (концептуалізація, прогнозування, діагностика та корекція): Дис. ...д-ра психол. наук: 19.00.06. Харків: Національний університет внутрішніх справ, 2003. 427 с.
71. Федчук О. В. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовця як основа готовності до дій в ризиконебезпечних умовах. *Актуальні аспекти психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України: Матеріали VIII всеукраїнської*

науково-практичної конференції (Харків, 30 листопада 2022 року). Харків : Національна академія НГУ, 2022. С. 203–205.

72. Федчук О. В. Мобілізація та виснаження життєвих ресурсів особистості. *Безпеківі аспекти управління організаціями в умовах війни та повоєнної відбудови держави*: матеріали круглого столу (Львів, 12 травня 2023 року) / за заг. ред. В. С. Бліхара, Г. З. Леськів. [Електронний ресурс] Львів : ЛьВДУВС, 2023. С. 178–184.

73. Федчук О. В. Психологічні особливості життєвих ресурсів особистості. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві*: збірник матеріалів VI Всеукраїнської науково-практичної конференції (Львів, 22 жовтня 2021 р.) / уклад. В. С. Бліхар. Львів : ЛьВДУВС, 2021. С. 311–314.

74. Федчук О. В. Роль емоційної стійкості у структурі особистісної безпеки людини сучасного суспільства. *Соціально-психологічні проблеми трансформації сучасного суспільства*: матеріали XVI Всеукраїнської науково-практичної вебконференції (з міжнародною участю) (Севєродонецьк, 12 листопада 2021 р.) / [редкол.: Ю. О. Бохонкова (голова)]. Севєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2021. С. 228–232.

75. Федчук О. В. Стратегії подолання життєвих труднощів. *Актуальні проблеми екстремальної та кризової психології*: збірник тез Міжнародної науково-практичної конференції. / Відп. ред. Коваль В. О. Дніпро : Дніпроп. держ. ун-т внутр. справ, 2022. С. 95–99.

76. Чебикін О. В., Павлова Т. Л. Емоційна стійкість як чинник ефективності професійної діяльності. *Психологія і суспільство*, 2016, №3, С. 88–97.

77. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Х.: Прапор, 2005. 640 с.

78. Шебанова В. І., Діденко Г. О. Копінг-поведінка у сучасних психологічних дослідженнях. 2018. С. 368–379.

79. Яремко Р. Я. Коваль І. С. Емпіричне дослідження розвитку асертивної поведінки у здобувачів вищої освіти університетів з особливими умовами

навчання. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна: збірник наукових праць / головний редактор З.Я. Ковальчук. Львів: ЛьвДУВС, 2023. Вип. 1. 120 с.

80. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання: Навчальний посібник. К.: Вища школа, 2004. 697 с.: іл.

81. Halian, A., Halian, I., Popovych, I., Zavatskyi, Y., Semenov, O., Semenova, N. Stress Resistance in the Situation of Uncertainty as a Factor of Development of Adaptive Ability of Medical Personnel. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2021; 12(1): 251–264. doi:10.18662/brain/12.1/181.

82. Kalka N., Blikhar V., Tsyvinska M., Kuzo L., Marchuk A., Katolyk H. Analysis of peculiarities and components of resiliency of people facing military aggression against Ukraine. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 2022. №13(3), С. 320-339.

83. Karpenko, Ye., Savko, N., Lialiuk, Yu., & Kolisnyk, R. (2024). Emotional Intelligence in Organization of the Personality Motivation Structure. Insight: the psychological dimensions of society, (Емоційний інтелект в організації структури мотивації особистості. Інсайт: психологічні виміри суспільства), 2024. № 11. С. 57–76.

84. Popovych, I., Blynova, O., Bokshan, H., Piletska, L., Berbentsev, V. The research of the mental states of expecting a victory in men minifootball teams. *Journal of Physical Education and Sport*. Vol. 19 (4). 2019. pp.2343-2352.