ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА ПРАВА «КРОК»
Навчально-науковий інститут психології
Кафедра психології

Бондарева Анна Іванівна

Кваліфікаційна робота

Особливості прояву довіри у міжособистісних стосунках студентської молоді

053 «Психологія»
«Організаційна психологія»

Подається на здобуття освітнього ступеня бакалавр

Кваліфікаційна робота містить результати власних доробок. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

Науковий керівник — Васильченко Ольга Миколаївна, доктор психологічних наук, доцент

Київ – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП …….. 3

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОЯВУ ДОВІРИ У МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ …… 7

1.1. Поняття довіри у психології …….. 7

1.2. Особливості міжособистісних стосунків у студентській молоді ……..... 13

1.3. Чинники, що сприяють або заважають формуванню довіри у студентській молоді …….. 20

Висновки до розділу 1 …… 28

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ДОВІРИ У МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ …….. 31

2.1. Організація та методики емпіричного дослідження прояву довіри у міжособистісних стосунках студентської молоді….. 31

2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих емпіричних результатів ... 38

Висновки до розділу 2 …… 59

РОЗДІЛ 3. КОРИГУВАЛЬНИЙ ВПЛИВ НА ДИНАМІКУ ДОВІРИ У МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ СТУДЕНТІВ…….. 63

3.1. Психокорекційна програма з розвитку довіри та подолання недовіри в міжособистісних стосунках студентів …… 63

3.2. Аналіз ефективності психокорекційної програми…… 76

Висновки до розділу 3 …… 80

ВИСНОВКИ …….. 82

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ …..…….. 85

ДОДАТКИ …… 91

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасному суспільстві, де міжособистісна комунікація значною мірою зміщується в цифровий простір, питання довіри набуває нового змісту. Для студентської молоді, яка перебуває на етапі формування соціальних зв'язків, довіра є ключовим чинником у побудові стосунків, що сприяють особистісному зростанню та соціальній адаптації.

Аналіз теоретико-методологічних джерел з досліджуваної проблеми засвідчив, що питання довіри у міжособистісних стосунках молоді, зокрема в умовах цифровізації комунікації, досліджене фрагментарно, а також недостатньо розроблені наукові підходи до розуміння її проявів у студентському середовищі. Ідеї щодо ролі довіри в міжособистісних стосунках розглядаються у працях таких дослідників, як Дж. Марсі, В. Паркер, Дж. Джонс, К. Бартлетт, Е. Еріксон, М. Крей та ін. Чинники, що сприяють або ускладнюють формування довіри в молодіжному середовищі, висвітлюються у працях Г. Хофстеда, Б. Розенберга, Г. Тодорова, М. Джонса, Л. Брауна, П Гая, Дж. Т. Говера, Д. Холдена, Р. Баррі та С. Сміта.

Отже, особливої актуальності набуває поглиблене вивчення особливостей прояву довіри у міжособистісних стосунках студентів як умови їх особистісного розвитку, соціальної адаптації та ефективної взаємодії. Вище зазначене зумовило вибір теми дослідження: **«Особливості прояву довіри у міжособистісних стосунках студентської молоді»**.

Мета дослідження – здійснити теоретико-емпіричне дослідження особливостей довіри у міжособистісних стосунках студентської молоді

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукову літературу з проблеми прояву довіри у міжособистісних стосунках.
2. Виявити чинники, що впливають на формування довіри у студентських міжособистісних стосунках.

3. Емпірично дослідити прояви довіри та міжособистісних стосунків у студентської молоді.
4. Розробити корекційну програму спрямовану на підвищення довіри та подолання недовіри у міжособистісних стосунках студентської молоді.

Об'єкт дослідження – довіра як психосоціальний феномен.

Предмет дослідження –довіра в структурі міжособистісних стосунках студентської молоді.

Методи дослідження:

Теоретичний метод - аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукової літератури, що дозволили розкрити зміст базових понять – «довіра», «міжособистісні стосунки», «діалогічність»; порівняльний аналіз результатів попередніх досліджень – з метою формулювання гіпотези дослідження; моделювання – для виявлення та структуризації чинників, що сприяють або перешкоджають формуванню довіри у студентської молоді.

Емпіричні метод - анкетування, бесіда, психодіагностичні методики, констатувальний експеримент для вивчення довіри в структурі міжособистісних стосунках студентської молоді. Для емпіричного дослідження особливостей прояву довіри у міжособистісних стосунках студентської молоді застосовано: шкала довіри Розенберга, тест міжособистісних стосунків Т. Лірі, методика «Суб'єктивна оцінка міжособистісних відношень», шкала діалогічності міжособистісних стосунків застосовувалась.

Метод кількісної обробки даних - t-критерій Стьюдента для виявлення відмінностей показників між вибіркою дослідження та факторний аналіз для визначення структурних компонентів довіри та міжособистісних стосунків студентської молоді.

Обробка отриманих емпіричних даних здійснювалася з використанням статистичного пакета SPSS (версія 17.0) для проведення факторного аналізу та перевірки статистичної значущості результатів, а також Microsoft Excel – для попередньої організації, обчислення середніх значень та побудови графіків.

Наукова новизна дослідження

Вперше: здійснено комплексне теоретико-емпіричне дослідження довіри у міжособистісних стосунках студентської молоді, з акцентом на соціальну та психологічну динаміку цього феномену.

Уточнено:

взаємозв'язок між довірою та особистісними характеристиками студентів, що впливають на їх соціальну адаптацію та взаємодію у навчальному середовищі.

Теоретичне значення одержаних результатів полягає у доповненні наукових уявлень про феномен довіри та недовіри в контексті міжособистісних стосунків студентської молоді. Результати дослідження дозволяють уточнити теоретичні моделі довіри, поглиблюючи розуміння її проявів, функцій та значення в соціальних взаємодіях молоді. Також результати можуть бути корисними для розвитку нових підходів до психологічної підтримки та адаптації студентів.

Практичне значення одержаних результатів полягає у можливості використання результатів дослідження для розробки практичних рекомендацій та психологічних програм, спрямованих на розвиток довіри у міжособистісних стосунках студентської молоді. Отримані дані можуть бути застосовані практичними психологами вищих навчальних закладів для створення та впровадження тренінгових програм, семінарів і заходів психологічної підтримки; кураторами академічних груп, викладачами та педагогами-організаторами для покращення комунікаційного клімату в студентському середовищі; психологічними службами університетів з метою ранньої діагностики низького рівня довіри в студентських колективах та профілактики дезадаптації; соціальними працівниками, які працюють зі студентською молоддю. Застосування результатів дослідження сприятиме покращенню міжособистісної комунікації, розвитку соціальних навичок та успішній соціальній адаптації студентської молоді.

Експериментальна база дослідження: дослідження проходило в онлайн формі за допомогою гугл форми на якій було розміщене опитування. Всього у дослідженні взяли участь 60 студентів I-IV курсів. Вік досліджуваних від 18 до 22 років.

Структура роботи: Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (70 найменування) та додатків. Основний текст роботи викладений на 82 сторінках. Диплом містить 6 рисунків та 13 таблиць та 2 додатки (на 91-94 сторінках).

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОЯВУ ДОВІРИ У МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ

1.1. Поняття довіри у психології

Довіра є складним та багатовимірним психологічним феноменом, який пронизує всі аспекти міжособистісної взаємодії та соціальної комунікації. Вона виконує роль своєрідного емоційного «моста», що об'єднує людей на глибинному рівні, сприяючи розвитку автентичних стосунків, підвищенню емпатії та формуванню безпечного простору для самовираження. Довіра не лише забезпечує відкритість у спілкуванні, але й створює відчуття психологічної безпеки, яке дозволяє особистості позбавитися страху перед відторгненням, зрадою чи маніпуляцією [5].

Довіра відіграє ключову роль у розвитку зрілих та гармонійних стосунків, оскільки сприяє зміцненню соціальних зв’язків, формуванню почуття належності до групи та підвищенню ефективності міжособистісної взаємодії. Вона виступає своєрідним буфером від стресу, допомагає знижувати рівень тривожності в соціальних ситуаціях та сприяє розкриттю особистісного потенціалу [9].

Сучасні наукові підходи підкреслюють динамічний характер довіри, розглядаючи її не як статичну рису особистості, а як складний процес, який може підсилюватися або послаблюватися залежно від зовнішніх обставин та внутрішніх психологічних процесів [13].

Довіра визначається різними дослідниками як психологічний процес, в основі якого лежить очікування певної поведінки від іншої людини, що базується на попередньому досвіді або соціальних нормах. Наприклад, Ф. Роттер у своїх працях розглядає довіру як «очікування, що інша людина поводитиметься в спосіб, який є позитивним і не завдасть шкоди» [3]. Це визначення розкриває декілька ключових аспектів феномену довіри у міжособистісних стосунках.

По-перше, очікування позитивної поведінки означає, що людина, яка довіряє, сприймає свого партнера по взаємодії як надійного та чесного. Вона вірить, що інша особа діятиме доброзичливо та конструктивно, навіть у непередбачуваних чи складних ситуаціях. Це передбачає певний рівень оптимізму та віри у добрі наміри іншої людини [25].

По-друге, передбачуваність поведінки є важливим компонентом довіри. Коли ми знаємо, чого очікувати від іншої людини, це знижує рівень невизначеності та тривоги у взаємодії. Передбачуваність забезпечує відчуття стабільності, що особливо важливо у тривалих та близьких в стосунках, таких як дружба, партнерство чи родинні зв’язки.

По-третє, аспект «не завдасть шкоди» акцентує увагу на безпеці у стосунках. Довіра передбачає відсутність страху перед можливими негативними наслідками дій іншої людини. Це створює психологічний простір, у якому можна відкриватися, проявляти свої почуття, висловлювати думки без ризику бути зрадженим чи скривдженим.

Таким чином, підхід Роттера до розуміння довіри підкреслює її адаптивну функцію в соціальних стосунках. Довіра не лише полегшує спілкування, але й сприяє формуванню глибоких, автентичних зв’язків між людьми, створюючи основу для здорових та гармонійних стосунків.

Ніклас Луман у своїй теорії соціальних систем розглядає довіру як важливий механізм зниження рівня невизначеності у соціальній взаємодії. На думку вченого, у сучасному суспільстві, де люди постійно стикаються зі складними й динамічними ситуаціями, довіра відіграє роль своєрідного психологічного буфера, який допомагає орієнтуватися у світі непередбачуваності. Довіра як спосіб зменшення невизначеності. У стосунках між людьми рідко можливо з абсолютною впевненістю передбачити дії чи реакції іншої особи. Незалежно від того, йдеться про дружбу, партнерство чи професійні стосунки, завжди існує ризик непорозумінь, розчарувань або зрад. Довіра у цьому контексті працює як компенсатор невідомості, дозволяючи знизити рівень тривоги та невпевненості. Луман підкреслює, що довіра не

знімає усіх ризиків, а радше переносить увагу з негативних можливостей на позитивні очікування. Людина, яка довіряє, обирає вірити у доброзичливість та передбачуваність партнера, незважаючи на відсутність гарантій [26, 57].

Особливість підходу Лумана полягає в тому, що він розглядає довіру не тільки як очікування надійності, але і як активну готовність до ризику. Коли ми довіряємо, то погоджуємося відкритися іншій людині, приймаючи можливість того, що наші очікування можуть не справдитися. Це означає, що довіра завжди містить у собі елемент невизначеності, але при цьому дозволяє зосередитися на позитивних аспектах взаємодії. Наприклад, у романтичних стосунках довіра дозволяє будувати близькість та емоційну підтримку, навіть якщо ми не можемо повністю передбачити, як партнер відреагує у тій чи іншій ситуації. Вона створює умови для взаємного розкриття, що неможливо без готовності до ризику [59].

Важливим аспектом концепції Лумана є те, що довіра має кумулятивний характер. Кожна успішна взаємодія, де очікування справджуються, посилює рівень довіри, створюючи підґрунтя для подальших позитивних взаємодій. Водночас невиправдані очікування можуть різко знизити рівень довіри, і відновити її буде значно складніше.

Отже, довіра за Луманом – це не лише механізм адаптації до складних соціальних умов, але й активна стратегія поведінки, яка дозволяє людям формувати глибокі й стабільні стосунки навіть у ситуаціях невизначеності.

Змінювані уявлення про довіру, зокрема через її психологічну складову, дозволяють не лише поглибити розуміння цієї категорії, а й дослідити її багатогранність у контексті особистісного розвитку та міжособистісних стосунків [58].

У класичних соціальних теоріях, наприклад, у працях Т. Гоббса та Ж. - Ж. Руссо, довіра сприймалася як соціальна норма або контракт, що визначає поведінку індивідів у межах суспільства [8, 31].

У Гоббса довіра була необхідною для забезпечення порядку та стабільності в суспільстві, де кожен індивід поважав права та власність інших

через створення соціального контракту, що, своєю чергою, обмежувало можливості конфліктів. Руссо, хоча і погоджувався з важливістю соціальної довіри, вказував на необхідність внутрішньої чесності та духовної єдності в межах громадянської спільноти [8].

З часом дослідження довіри значно розширилось та стало більш акцентувати увагу на індивідуальних аспектах цієї соціальної категорії. Психологи почали розглядати довіру не лише як соціальний феномен, а і як внутрішній психологічний механізм, що визначається через особистісний досвід, емоційне становлення та сприйняття інших людей [39].

У психологічному контексті довіра визначається як здатність особистості відкриватися перед іншими людьми, вірити в їхні наміри та дії, незважаючи на можливі ризики. Вона включає два основні аспекти: когнітивний, що базується на логіці та досвіді та емпатійний, який формується на основі емоційної відкритості, розуміння та відчутті безпеки [29].

Когнітивний аспект довіри полягає в здатності людини оцінювати інших на основі попереднього досвіду чи інтуїції, вірячи в те, що ці люди будуть діяти відповідно до визначених соціальних норм та правил. Довіра в цьому аспекті значною мірою залежить від попереднього досвіду взаємодії: позитивний досвід зміцнює довіру, а негативний — ослаблює її [7].

Емоційний аспект довіри також відіграє важливу роль. Емоційна безпека — це те, що людина відчуває, взаємодіючи з іншими, коли вона може відкрито проявляти себе без страху бути осудженою або відкинутою. Цей аспект довіри залежить від почуття емоційної підтримки, яке виникає в стабільних та взаємодопоміжних стосунках [51].

Психологи також звертають увагу на самодовіру, що є здатністю особистості довіряти власним переконанням, рішенням та оцінкам. Самодовіра важлива не тільки для міжособистісних взаємин, але й для загального психічного благополуччя. Вона дозволяє людині бути впевненою у своїх силах, навіть коли зовнішні обставини чи соціальний контекст

створюють тиск або непередбачуваність. Низька самодовіра часто супроводжується невпевненістю, тривогою та страхом перед невдачею [33].

Такий внутрішній підхід до довіри дозволяє краще зрозуміти, як особистісні переживання та психологічні механізми впливають на здатність людини відкриватися перед іншими, долати соціальні бар'єри та будувати довірливі стосунки. У цьому контексті довіра стає не лише соціальним інструментом, але й основою психологічної стабільності та взаєморозуміння [2].

Довіра в сучасному розумінні — це багатогранний концепт, який не лише забезпечує стабільність у соціальних стосунках, а і є важливою складовою особистісного розвитку, емоційної зрілості та соціальної інтеграції [17].

Формування довіри в міжособистісних стосунках залежить від низки психологічних механізмів. Ось кілька ключових механізмів:

1. Переживання безпеки. Джон Боулбі у своїй теорії прив'язаності підкреслював, що відчуття емоційної безпеки, яке формується в дитинстві завдяки стабільним та надійним стосункам із батьками, створює підґрунтя для довіри в дорослих стосунках [45]. Мері Ейнсворт у своїх дослідженнях «Незнайома ситуація» показала, як стиль прив'язаності впливає на відчуття безпеки у міжособистісних взаємодіях. Вона виявила, що діти з надійною прив'язаністю, які отримували стабільну підтримку від своїх доглядачів, демонстрували спокій та впевненість навіть у стресових ситуаціях. Натомість діти з уникаючою або тривожно-амбівалентною прив'язаністю виявляли тривогу, невпевненість або, навпаки, емоційну відстороненість. Ці стилі прив'язаності закладають основу для майбутніх моделей поведінки у стосунках, визначаючи, наскільки людина зможе довіряти іншим, відкрито виражати свої емоції та формувати стабільні соціальні зв’язки. [41].

2. Позитивний досвід переживання в минулому, такий як надійна підтримка з боку іншої людини, укріплюють довіру. У цьому контексті важливими є не лише спільні переживання, а й уміння конструктивно

вирішувати конфлікти. Роберт Штернберг у своїй трикутній теорії кохання виділяє «інтимність» як компонент, що базується на позитивному досвіді та довірі [65, 66]. Карл Роджерс у своїй концепції клієнт-центрованої терапії підкреслював важливість безумовного прийняття та підтримки для формування довіри [62, 63].

3. Емпатія та взаєморозуміння. Здатність поставити себе на місце іншої людини, розуміти її потреби та емоції є важливим аспектом довіри. Емпатія сприяє глибшому взаєморозумінню, що створює підґрунтя для довірливих стосунків. Дослідження Даніеля Гоулмана у сфері емоційного інтелекту показали, що емпатія є важливою складовою довіри у міжособистісних стосунках. Високий рівень емоційного інтелекту сприяє кращому розумінню емоцій та потреб інших людей, що підвищує рівень довіри [52].

4. Міжособистісна стабільність та чесність. Довіра формується на основі стабільних та передбачуваних взаємодій, а також на основі щирості, відкритості та правдивості в комунікації. Ері Еріксон у своїй теорії психосоціального розвитку вказував, що довіра формується ще в ранньому дитинстві (стадія «довіра проти недовіри»). Якщо базова довіра сформована, людина схильна до стабільних та чесних взаємин у дорослому віці [48, 49].

5.Соціальна підтримка та взаємодопомога. Дослідження соціальної підтримки в контексті стресу та адаптації, наприклад, роботи Шелдона Коена та його колег, демонструють, що соціальна підтримка не лише знижує рівень стресу, але й сприяє формуванню довіри у стосунках із тими, хто цю підтримку надає [47].

Отже, довіра виступає фундаментальним елементом міжособистісної взаємодії, сприяючи побудові автентичних стосунків, підвищенню рівня емпатії та створенню безпечного простору для самовираження. Вона забезпечує не лише відкритість у спілкуванні, але й знижує рівень тривожності, діючи як психологічний буфер у соціальних ситуаціях. Розуміння довіри як динамічного процесу, підкріпленого підходами Ф. Роттера та Н. Лумана, дозволяє виявити її адаптивну функцію та значення

у зниженні невизначеності у стосунках. Сучасні дослідження підкреслюють багатовимірність цього феномену, його зв’язок із когнітивними та емпатійними аспектами, що сприяє формуванню глибоких та стабільних соціальних зв’язків навіть у складних життєвих обставинах. Визначення довіри як результату когнітивного та емоційного аспекту дозволяє глибше зрозуміти її роль у зміцненні соціальних зв’язків та взаємодії між індивідами.

1.2. Особливості міжособистісних стосунків у студентській молоді

Міжособистісні стосунки в студентському середовищі є важливим елементом соціалізації та особистісного розвитку молодих людей, адже на цьому етапі життя вони переживають період інтенсивних змін. Студентська молодь часто стикається з новими соціальними контекстами, де змінюється не тільки їхнє оточення, а й ролі та очікування, які на них покладаються. Це може включати як нові вимоги до навчання, так і адаптацію до нових соціальних зв’язків, у тому числі з одногрупниками, викладачами, а також із більш широким університетським середовищем [4].

Студентська молодь зазвичай знаходиться на етапі ранньої дорослості (від 17 до 25 років), що є важливим етапом у розвитку самосвідомості та соціальних ролей. У цей період, молода людина поступово відходить від залежності від батьків, набуваючи більшої самостійності як у навчанні, так і у встановленні нових соціальних зв’язків. Вік студентів часто супроводжується певною соціальною ідентичністю, яку вони намагаються сформувати, стикаючись із численними новими ролями та викликами [15].

Дослідження Джеймса Марсії підкреслюють важливість періоду ранньої дорослості для формування ідентичності, яка включає етапи вибору, дослідження та зобов'язання. Студенти часто опиняються на перехресті різних життєвих напрямків, що включають вибір кар'єри, стосунків, цінностей. Під час цього процесу вони можуть стикатися з кризами ідентичності, де рішення, що приймаються, значною мірою визначають їхній подальший розвиток. Тому студентський вік є ключовим для формування соціальної та професійної

ідентичності, яка з часом закріплюється через досвід навчання, роботи та соціальних взаємодій [60].

Сучасні дослідження акцентують увагу на впливі соціальних мереж на формування ідентичності студентів. Студенти активно використовують ці платформи для самовираження та взаємодії з однолітками. Однак, це може викликати як позитивні, так і негативні ефекти. З одного боку, соціальні мережі можуть допомогти молодим людям знайти свою аудиторію та відчути підтримку. З іншого боку, постійне порівняння себе з іншими може призводити до емоційного стресу та невпевненості, що може впливати на самооцінку і самосвідомість [18].

Адаптація до нових соціальних контекстів, таких як зміна місця навчання або життя в іншому культурному середовищі, також є важливим фактором у розвитку ідентичності. Дослідження адаптації молоді до нових соціальних ролей та культурних середовищ, проведене Паулом В. Паркером, демонструє, як ці фактори можуть сприяти розвитку як позитивних, так і негативних аспектів особистості, таких як соціальна впевненість або стрес [64].

Студентський вік часто супроводжується високим рівнем стресу через академічні навантаження, соціальні взаємодії та необхідність прийняття важливих життєвих рішень. На цьому етапі важливим є вивчення стратегій саморегуляції стресу, таких як емоційне самоуправління, яке сприяє розвитку психологічної стійкості та адаптації до змін [20].

Сучасні дослідження підкреслюють важливість емоційної саморегуляції для підтримки психічного здоров'я. Наприклад, дослідження Джеймса Дж. Джонса та Сьюзен К. Бартлетт показують, що релаксаційні техніки, когнітивно-поведінкова терапія та фізична активність допомагають студентам знижувати рівень стресу, підвищуючи стійкість до стресових ситуацій та знижуючи ризик виникнення психічних розладів [43].

Інші дослідження, зокрема, Мері Джонсон та Джеймса Фітцпатрика, доводять, що здатність ефективно управляти емоціями знижує рівень стресу

та тривоги, покращує академічні результати та соціальні взаємодії. Позитивне самопідтримання та рефлексія відіграють важливу роль у психологічному благополуччі [24].

Ці дослідження підкреслюють важливість розвитку навичок саморегуляції та емоційної самосвідомості для студентів, оскільки вони допомагають зберегти психічне здоров'я, підвищити стійкість до стресових ситуацій і поліпшити адаптацію до змін у період ранньої дорослості.

Основні вікові особливості:

Пошук ідентичності. Е. Еріксон у своїй теорії психосоціального розвитку зазначав, що студентська молодь переживає кризу «ідентичність проти розпорошення ролей». У цей період особистість активно експериментує із соціальними ролями, намагаючись знайти своє місце в суспільстві [70]. Сучасні дослідження, зокрема праці Дж. Марсії, підтверджують цю ідею, виділяючи чотири статуси ідентичності: дифузія, передчасна ідентичність, мораторій та досягнення ідентичності [12, 62].

Стимулювання соціальних зв’язків. Дослідження показують, що студентська молодь прагне до соціальної інтеграції. Формування дружніх та професійних зв’язків забезпечує підтримку та підвищує рівень суб’єктивного благополуччя (Гейл, Ганнум та Еспеладж). Також важливу роль відіграють студентські об'єднання та життя у гуртожитку, що сприяє соціалізації [21, 69].

Емоційна нестабільність. Відомо, що період ранньої дорослості характеризується емоційною лабільністю. Наприклад, дослідження Джеффрі Арнетта про концепцію «перехід до дорослості» підкреслює, що цей етап життя пов’язаний із невизначеністю та пошуком стабільності, що часто супроводжується емоційними коливаннями [42].

Зміни у життєвих пріоритетах. Студенти намагаються поєднати навчання, особисте життя та соціальні обов’язки. Це підтверджують дослідження стресу та часу, наприклад, праці Лазаруса та Фолкмана про подолання стресу та концепцію «стратегії подолання», які студенти використовують для адаптації до нових умов [56].

Студентське середовище часто є не тільки академічним, але й соціальним простором, де молода людина починає взаємодіяти з представниками різних соціальних груп, розвивати соціальні навички та формувати уявлення про власну ідентичність.

1. Соціальний контекст університету. Університет є місцем, де зустрічаються студенти з різних куточків, з різними культурними, соціальними та економічними характеристиками. Це сприяє розвитку відкритості до інших культур і точок зору, хоча інколи може призводити й до певної соціальної напруги [10, 22].

2. Роль академічного середовища. Високий рівень конкуренції та вимог до студентів може створювати стрес, який також впливає на їхні стосунки. Водночас робота в групах, наукові проекти, колективні заходи можуть створювати позитивне середовище для розвитку партнерських та дружніх стосунків [19].

3. Інституційні фактори. Наявність різноманітних програм підтримки студентів (психологічні консультації, студентські організації, спортивні та культурні заходи) може сприяти більшій взаємодії між студентами та полегшувати їх соціальну адаптацію [11].

4. Групова динаміка. Студенти часто утворюють соціальні групи за інтересами, на основі спільних поглядів, захоплень або спеціальностей. Групи можуть стати основою для глибоких та підтримуючих стосунків, однак, у таких групах може також виникати відчуття відчуження для тих, хто не відноситься до певного соціального кола [30].

Комбінація вікових та соціальних характеристик студентів визначає, як вони формують міжособистісні стосунки. Взаємодія цих факторів може сприяти як позитивним, так і негативним змінам у студентських зв’язках. Наприклад, студент, який відчуває себе соціально незахищеним або ізольованим, може мати складнощі з адаптацією та налагодженням взаємодії з однокурсниками, а активні соціальні групи можуть допомогти налагодити підтримку та стосунки [23].

Таким чином, вікові та соціальні характеристики студента є важливими детермінантами його здатності будувати міжособистісні стосунки в університетському середовищі. Університет створює специфічний соціальний контекст, що вимагає від студентів адаптації до нових соціальних ролей, пошуку однодумців та розвитку навичок ефективної взаємодії в умовах різноманіття [40].

Фактори, що впливають на побудову міжособистісних стосунків у студентському середовищі

1. Суспільно-культурні фактори. Соціальні норми та культурні традиції, що існують у середовищі університету, можуть значною мірою формувати способи взаємодії серед студентів. Як зазначають соціологи, створення інклюзивного та різноманітного середовища сприяє розвитку толерантності та відкритості серед студентів, що важливо для формування ефективних міжособистісних стосунків (Таджфел, Тернер). Наприклад, університети, які активно підтримують культурні клуби чи спортивні активності, можуть сприяти зміцненню зв'язків серед студентів з різними інтересами та походженням, забезпечуючи простір для спільної діяльності та зниження соціальних бар'єрів [68].

2. Психологічні особливості студентів. Психологічні фактори, такі як потреба в приналежності до групи, емоційна відкритість та здатність до самоконтролю, також відіграють ключову роль у формуванні міжособистісних стосунків. Дослідження показують, що студенти з високим рівнем комунікабельності та емоційної зрілості здатні легше встановлювати довірчі стосунки та керувати конфліктами, що важливо для колективної роботи та групових проектів (Баумейстер, Лірі). Потреба у соціальній підтримці та взаєморозумінні особливо актуальна в умовах адаптації до нового соціального контексту [44, 69].

3. Індивідуальні фактори. Особистісні характеристики студентів, такі як рівень самовпевненості, досвід соціальних взаємодій до вступу в університет та тип особистості (інтроверсія чи екстраверсія), значно впливають на процес

побудови стосунків. Студенти з високим рівнем самовпевненості, як правило, здатні ініціювати соціальні взаємодії та будувати стосунки з іншими, в той час, як інтроверти можуть стикатися з певними труднощами при інтеграції в колектив, хоча вони можуть створювати глибші зв'язки в менших, більш тісних групах (Мак Крей, Коста) [61].

4. Інституційні фактори. Наявність програм, які сприяють розвитку студентських взаємодій, є важливим аспектом формування здорових міжособистісних стосунків. Як зазначає дослідження, університети, які підтримують студентські організації, психологічні консультації, а також організовують заходи для розвитку командної роботи, можуть позитивно впливати на соціалізацію студентів (Астін). Такі програми створюють можливості для налагодження соціальних контактів і допомагають студентам адаптуватися до нового середовища [1].

Ці фактори взаємодіють та створюють основу для того, як студенти будують та підтримують свої стосунки, що має важливе значення для їхнього емоційного благополуччя та успішної академічної діяльності [38].

Довіра є важливою складовою для формування успішних міжособистісних стосунків у студентському середовищі. Вона не лише сприяє розвитку здорових та стабільних стосунків між студентами, а й має значний вплив на емоційний клімат групи, що підвищує ефективність спільної роботи та адаптацію до нового соціального контексту. Психологічні дослідження вказують на різні аспекти довіри, кожен з яких відіграє свою роль у взаємодії студентів [37].

1. Когнітивна довіра. Це переконання в тому, що інші студенти діятимуть відповідно до встановлених соціальних норм та правил. Когнітивна довіра ґрунтується на попередньому досвіді взаємодії та на оцінці групової атмосфери, зокрема справедливості та чесності. Як зазначає Л. Ф. Рис, когнітивна довіра включає сприйняття, що інші учасники групи будуть діяти відповідно до очікувань, що забезпечує стабільність у взаємодії та дозволяє студентам покладатися на своїх одногрупників при виконанні спільних

завдань. Дослідження Шеріф показують, що довіра, яка формується через спільний позитивний досвід та виконання норм, сприяє покращенню співпраці та взаєморозумінню у групі [14].

2. Емоційна довіра. Вона передбачає почуття безпеки та відкритості у стосунках. Студенти, які відчувають емоційну підтримку від одногрупників, готові до більш відкритого вираження своїх переживань та почуттів, що створює атмосферу співчуття та взаємопідтримки. Як зазначає Браун, емоційна довіра важлива для створення таких умов, в яких студент може не тільки відкрито виражати свої думки, але й бути впевненим, що його підтримають у складні моменти. Це дозволяє знижувати рівень стресу та тривоги серед студентів, сприяючи їх емоційному благополуччю [27].

3. Самодовіра. Здатність довіряти собі, своїм переконанням та рішенням є важливою складовою для міжособистісних стосунків. Студенти з високим рівнем самодовіри краще справляються з внутрішніми та зовнішніми конфліктами, оскільки вони здатні оцінювати ситуацію без зайвої самокритики та сумнівів. Гілберг та Нельсон підкреслюють, що самодовіра забезпечує впевненість у власних силах, що сприяє більш ефективній взаємодії з іншими. Вона також дозволяє студентам відчувати себе комфортно в процесі спільної діяльності, зменшуючи ризик соціальної ізоляції або виникнення негативних емоцій, пов'язаних із відмовою чи відсутністю підтримки [36].

Всі ці аспекти довіри взаємодіють та формують умови для створення здорового психологічного клімату в студентському середовищі. Як показують дослідження Фішера, міжособистісні стосунки, побудовані на довірі, забезпечують стійкість групових процесів, знижують рівень конфліктності та сприяють розвитку позитивної групової динаміки. Таким чином, довіра є фундаментом не лише ефективної співпраці, а й загального емоційного благополуччя студентів [16].

Отже, міжособистісні стосунки в студентському середовищі характеризуються великою кількістю змін та викликів. Фактори, які впливають на їх побудову, включають соціальні, психологічні та індивідуальні

особливості студентів, а також культурні й інституційні впливи. Важливу роль у цьому процесі відіграє довіра, яка є основою для формування здорових і взаємопідтримуючих стосунків, що сприяють як особистісному розвитку, так і ефективній взаємодії в академічному середовищі.

1.3. Чинники, що сприяють або заважають формуванню довіри у студентській молоді

Формування довіри у студентському середовищі є складним процесом, на який впливають різноманітні чинники — від соціокультурних до особистісних детермінант. Довіра є ключовим елементом здорових міжособистісних стосунків, і її рівень може бути значно підвищений або знижений залежно від багатьох факторів [67].

1. Соціокультурні детермінанти довіри.

Соціокультурні чинники відіграють важливу роль у формуванні довіри серед студентської молоді, зумовлюючи особливості сприйняття міжособистісної взаємодії, рівень відкритості, очікування щодо поведінки інших та готовність до співпраці. До таких чинників належать культурні норми, традиції, соціальні установки, міжособистісні сценарії поведінки, що притаманні певній соціальній групі, а також соціальні стандарти, що формуються у конкретному освітньому середовищі [55].

Одним із ключових аспектів соціокультурної детермінації є культурна парадигма — тобто система цінностей, що визначає значущість колективізму або індивідуалізму. Наприклад, згідно з дослідженнями Г. Хофстеде, в культурах із високим рівнем колективізму переважають цінності групової гармонії, взаємної підтримки, що сприяє вищому рівню довіри до інших членів колективу, включаючи студентське середовище. Студенти в такому контексті швидше долучаються до спільних проєктів, легше відкриваються іншим і частіше демонструють готовність до співпраці, що сприяє формуванню стійких міжособистісних зв’язків.

Водночас у індивідуалістичних культурах пріоритет надається особистим досягненням, автономії та конкуренції, що може знижувати готовність до довіри та відкритої взаємодії. У таких умовах студенти можуть з більшою обережністю підходити до міжособистісних стосунків, особливо на початкових етапах взаємодії [54].

Крім культурного фону, значний вплив на рівень довіри має соціальне середовище університету. Формальні й неформальні соціальні практики, що підтримуються адміністрацією закладу (організація спільних заходів, академічного наставництва, студентських клубів, волонтерських ініціатив), створюють платформи соціальної взаємодії, що сприяють довірі. Згідно з дослідженнями Гріффітса та Херлі, саме участь у таких активностях підвищує не лише рівень довіри, а й соціальну включеність, відчуття належності до групи, що є надзвичайно важливим для адаптації першокурсників та студентів з інших регіонів або культур [30].

Також не варто ігнорувати роль соціального капіталу, який формується у студентському середовищі через горизонтальні (товариські) зв’язки та мережі взаємної підтримки. Соціальний капітал ґрунтується на нормах взаємодопомоги, відповідальності за колектив та передбачуваності поведінки учасників спільноти.

Загалом соціокультурні детермінанти довіри виявляються в особливостях комунікації, готовності до взаємодії, обміну досвідом та емоційної відкритості. Усвідомлення соціокультурних чинників сприяє створенню сприятливого освітнього середовища, заснованого на взаємній довірі та підтримці. Саме довіра між студентами є однією з ключових умов безпечної, відкритої й ефективної взаємодії, що забезпечує не лише соціальну адаптацію, а й загальний добробут студентської молоді [32].

2. Особистісні детермінанти довіри.

Особистісні фактори мають важливий вплив на те, як студент взаємодіє з іншими і наскільки він готовий довіряти. Це включає як внутрішні аспекти особистості, такі як емоційна зрілість, так і зовнішні характеристики, які

визначають його соціальні взаємодії та сприйняття довіри в університетському середовищі. Важливо зазначити, що особистісні детермінанти довіри не є ізольованими, а функціонують у тісній взаємодії з контекстом соціального середовища, яке може як сприяти, так і стримувати процеси довіри. [34].

Одним із важливих факторів, який впливає на здатність до довіри, є емоційна зрілість. Як показують дослідження Бенжаміна Розенберга та інших психологів, студенти, які мають високий рівень емоційної зрілості, здатні краще управляти своїми емоціями та підтримувати відкриту, чесну комунікацію. Вони менш схильні до підозрілості чи недовіри, що дозволяє будувати міцні, довірчі стосунки як у навчальному процесі, так і поза ним. Емоційно зрілі студенти мають більш високу здатність до самоусвідомлення, що допомагає їм уникати негативних впливів стресу та зовнішніх факторів на їхні соціальні зв’язки. Дослідження, проведене Шенною та Вілсоном, підтверджує, що емоційна зрілість є ключовим фактором, що забезпечує соціальну інтеграцію в середовищі студентів та сприяє їхньому психологічному благополуччю [50].

Тип особистості також має суттєвий вплив на рівень довіри, особливо у контексті соціальних взаємодій серед студентів. Студенти, які схильні до інтроверсії, часто більш обережні в установленні контактів та можуть потребувати більше часу, щоб відкритися перед іншими. Вони можуть бути менш схильні до швидкого формування довіри, адже для них важливо спершу оцінити ситуацію та знайти комфорт в нових стосунках. Натомість екстраверти, згідно з дослідженнями Вільямса та Коена, зазвичай відкритіші та більш готові до встановлення нових соціальних зв’язків. Їм легше довіряти, оскільки вони часто схильні до активної соціалізації та взаємодії в групах, що дає їм більше можливостей для розвитку довірчих стосунків. Таким чином, тип особистості не лише визначає швидкість та глибину формування довіри, але й впливає на характер студентських стосунків у навчальному середовищі [6].

Крім того, важливим доповненням до розуміння особистісних детермінант є роль когнітивних стилів та соціальних навичок. Наприклад, студенти з розвиненими навичками активного слухання, асертивності та ефективної вербальної комунікації демонструють більш високий рівень довіри, оскільки такі вміння сприяють зниженню непорозумінь та конфліктів у спілкуванні. Такі соціальні компетенції формуються не лише під впливом особистісних характеристик, а й через соціальний досвід, що підсилює значення інтегративного підходу до вивчення довіри.

Загалом, емоційна зрілість і тип особистості є ключовими чинниками, що формують готовність студентів до довіри та їхні здатності до побудови здорових міжособистісних стосунків у навчальному середовищі. Розуміння цих факторів може допомогти у створенні більш підтримуючого та гармонійного студентського середовища.

3. Вплив ціннісних орієнтацій на рівень довіри

Ціннісні орієнтації студентів можуть істотно змінювати ставлення до довіри в міжособистісних стосунках. Ці орієнтації визначають, наскільки людина готова бути відкрита до інших та наскільки готова вкладатися у стосунки. Цінності є своєрідним компасом, що спрямовує індивіда у соціальній взаємодії, і саме через них відбувається регуляція довіри [53].

Студенти з індивідуалістичними орієнтаціями, які акцентують увагу на самостійності, автономії та особистій відповідальності, можуть проявляти більшу обережність у встановленні довірчих зв’язків. Їм властива певна дистанційованість та скептичне ставлення до групових норм, що ускладнює процес входження в колектив та формування стійких соціальних зв’язків. Водночас індивідуалістична позиція може сприяти більш вибірковій довірі, орієнтованій на особистий досвід та раціональну оцінку партнерів по спілкуванню. Натомість студенти з орієнтацією на колективізм, які цінують згуртованість, взаємодопомогу та спільні цілі, демонструють більшу готовність до формування довірчих стосунків. Колективістські цінності сприяють розвитку соціальної підтримки, емпатії та почуття відповідальності

за добробут групи. Як зазначає Г. С. Тодорова, цінності, пов’язані з груповою згуртованістю, мають позитивний вплив на рівень довіри в соціальних стосунках, адже вони зміцнюють соціальні зв’язки та стимулюють альтруїстичну поведінку. Таким чином, колективістичні орієнтації виступають важливим ресурсом для створення стабільного та підтримуючого середовища у студентських групах [35].

Особливе значення для формування довіри мають моральні цінності, зокрема чесність, справедливість та відповідальність. Студенти, які визнають ці цінності як ключові, схильні будувати здорові довірливі стосунки з одногрупниками, оскільки вони орієнтуються на відкритість, послідовність у діях і готовність дотримуватися етичних норм у взаємодії. Така ціннісна база підвищує рівень психологічної безпеки у спілкуванні та сприяє формуванню довготривалих партнерських стосунків. Проте, як підкреслює М. Д. Джонсон, відсутність або низька значущість цих моральних цінностей у свідомості студентів може призводити до зниження рівня довіри у групах. У такому разі зростає ризик маніпулятивної поведінки, приховування інформації, а також соціальної дезінтеграції, що негативно позначається на загальному психологічному кліматі та ефективності колективної діяльності.

Отже, ціннісні орієнтації виступають не лише як внутрішній регулятор поведінки, а і як соціальний чинник, що визначає рівень довіри у студентському середовищі. Розуміння ролі цих орієнтацій дає можливість більш цілеспрямовано формувати освітні та виховні програми, які сприятимуть розвитку довірчих стосунків та підтримці позитивної соціальної атмосфери.

4. Психологічні та поведінкові прояви довіри у студентів.

Довіра у студентському середовищі виявляється через різноманітні психологічні та поведінкові характеристики, які можуть мати як позитивний, так і негативний характер залежно від контексту і рівня довіри. Психологічні прояви довіри включають внутрішні емоційні стани та когнітивні установки, що відображають ступінь впевненості студента у надійності та

доброзичливості інших учасників навчального процесу. Зокрема, наявність довіри супроводжується відчуттям безпеки, психологічного комфорту, готовністю до відкритої комунікації та позитивним сприйняттям партнерів по взаємодії [9].

Відкрита комунікація. Студенти, які довіряють своїм одногрупникам, зазвичай характеризуються більш відкритою, чесною та конструктивною комунікацією. Вони готові ділитися не лише своїми думками, а й особистими проблемами, переживаннями та ідеями, що створює сприятливу атмосферу взаємопідтримки та співпраці. Така відкритість сприяє зміцненню емоційних зв'язків та зниженню рівня соціальної тривожності у навчальному середовищі. Згідно з дослідженнями Л. Брауна та П. Гая, відкритість та готовність до діалогу є ключовими ознаками довірливих стосунків у студентському середовищі. Вони підкреслюють, що у контексті високого рівня довіри студенти значно активніше обмінюються інформацією, що сприяє підвищенню якості колективної роботи, покращенню соціальних зв'язків та розвитку ефективної групової динаміки. Відкрита комунікація також сприяє попередженню непорозумінь та зниженню конфліктів, що є важливим фактором підтримки психологічного комфорту в колективі. [46].

Інтеграція в групу. Поведінка студентів, які активно інтегруються в групу, є яскравим індикатором високого рівня довіри до своїх одногрупників і загалом до колективу. Такі студенти не лише беруть участь у формальних та неформальних групових заходах (навчальних, культурних чи спортивних), а й проявляють ініціативу в організації спільної діяльності, підтримці інших членів групи, обміні інформацією та ресурсами. Вони прагнуть взаємодіяти на рівних, що свідчить про відсутність страху осуду чи відторгнення з боку колективу. Ця поведінка сприяє формуванню позитивного соціального клімату, де панують взаємоповага, підтримка та співпраця.

Згідно з дослідженнями Дж. Т. Говера та Д. С. Холдена, активна інтеграція в групу корелює з вищим рівнем соціальної підтримки, яку отримують студенти від однолітків, викладачів та адміністрації. Соціальна

підтримка, своєю чергою, має позитивний вплив на емоційне благополуччя студентів, допомагаючи знижувати рівень стресу та тривожності, а також підвищувати мотивацію до навчання. Активно інтегровані студенти відчувають себе більш впевнено у своєму соціальному оточенні, що сприяє розвитку стійкості до життєвих труднощів. Крім того, дослідники відзначають, що такі студенти частіше звертаються за допомогою до своїх колег та викладачів, не побоюючись продемонструвати вразливість чи незнання, що є важливим елементом ефективного навчання. Їхня готовність до спільної роботи проявляється у відкритості до обговореннях, прийнятті компромісів та конструктивному вирішенні конфліктів, що сприяє розвитку довіри на міжособистісному рівні в студентському колективі. Цей процес взаємної підтримки та співпраці є критично важливим для формування психологічного комфорту, згуртованості групи та досягненні високих академічних результатів [28].

Таким чином, інтеграція в групу виступає не лише як показник рівня довіри, але і як чинник, що безпосередньо впливає на якість навчального процесу, соціальну адаптацію та загальний добробут студентів.

Конфлікти та недовіра. У ситуаціях, коли студенти не можуть знайти спільної мови або стикаються з труднощами у взаємодії з іншими членами групи, це часто проявляється у вигляді конфліктів, недовіри або униканні співпраці. Конфлікти можуть виникати через різні причини: розбіжності у поглядах, ціннісних орієнтацій, стилях спілкування чи різному рівні мотивації до навчання та участі в груповій діяльності. Недовіра своєю чергою підсилює ці розбіжності, блокуючи відкритий діалог та створюючи психологічні бар'єри між студентами.

Дослідження Р. Б. Баррі та С. Л. Сміта показують, що конфлікти та недовіра часто є наслідком високого рівня невизначеності та тривоги, які студенти переживають у навчальному процесі та соціальному оточенні. Тривожність може бути викликана як зовнішніми факторами (наприклад, академічним навантаженням, стресом від оцінювання), так і внутрішніми

(страхом бути не почутим або відкинутим у колективі). У таких умовах поведінка студентів може варіюватися від уникання контактів та співпраці до проявів відкритої агресивності, ворожості чи пасивно-агресивної поведінки.

Ці негативні реакції перешкоджають формуванню довірчих стосунків та знижують ефективність спільної діяльності, що може призводити до ізоляції окремих студентів або фрагментації групи. Баррі та Сміт підкреслюють, що для зниження рівня конфліктів та відновлення довіри необхідно створювати умови для більш гнучкої та підтримуючої комунікації, яка дозволяє кожному висловити свої думки та почуття без страху осуду. Важливо також активно працювати з емоційним кліматом в університетських групах. Це може включати фасилітацію групових зустрічей, тренінги з емоційного інтелекту, розвиток навичок конструктивного вирішення конфліктів та взаємної підтримки.

Крім того, дослідники рекомендують запроваджувати систему зворотного зв’язку та медіації, які допомагають швидше виявляти джерела напруження та долати їх, що сприяє відновленню взаємної довіри. Такий комплексний підхід дозволяє не лише зменшити прояви конфліктів, а й формує культуру відкритості, взаємоповаги та співпраці, що є ключовими чинниками успішної соціальної адаптації та навчання студентів. Таким чином, високий рівень довіри та активна інтеграція студентів у групу мають вирішальне значення для створення здорового соціального клімату в університеті, тоді як конфлікти та недовіра можуть значно ускладнити взаємодію і призвести до соціальної ізоляції [7].

Чинники, які сприяють або заважають формуванню довіри у студентів, є багатогранними та взаємопов'язаними. Психологічні, соціокультурні та особистісні характеристики формують різні прояви довіри, що своєю чергою визначають якість міжособистісних стосунків у студентському середовищі.

Висновки до розділу 1

1. Довіра є важливим та багатогранним феноменом у психології, який охоплює не лише міжособистісні стосунки, а й глибоко інтегрується в психологічний розвиток особистості. Вона виступає як основа для формування ефективних та гармонійних стосунків, сприяючи розвитку відкритості, емоційної безпеки та психологічної підтримки. Психологічний аспект довіри включає як когнітивний, так і емоційний компоненти, що взаємодіють для створення безпечного простору для самовираження та міжособистісної комунікації.

Згідно з концепцією Ф. Роттера, довіра визначається як очікування позитивної та безпечної поведінки іншої особи на основі попереднього досвіду або соціальних норм. Цей підхід підкреслює важливість передбачуваності та впевненості в стабільності взаємодії, що особливо важливо у тривалих стосунках. Луман, своєю чергою, акцентує увагу на динамічності довіри, розглядаючи її як адаптивний механізм, що знижує рівень невизначеності та допомагає орієнтуватися у соціальних ситуаціях з високим рівнем непередбачуваності.

Психологічне розуміння довіри охоплює не лише зовнішні взаємодії, а й внутрішні механізми, зокрема самодовіру, яка є важливим елементом психологічної стабільності особистості. Самодовіра дозволяє людині підтримувати власну впевненість навіть в умовах соціальної невизначеності.

У формуванні довіри значну роль відіграють психоаналітичні концепції, такі як теорія прив'язаності Джона Боулбі та дослідження Мері Ейнсворт. Вони підкреслюють, що почуття емоційної безпеки, яке розвивається у ранньому дитинстві, стає основою для здатності довіряти в подальшому житті. Позитивний досвід минулих взаємодій, надійна підтримка та здатність конструктивно вирішувати конфлікти укріплюють довіру та формують стійкі соціальні зв'язки.

2. Міжособистісні стосунки в студентському середовищі є важливим аспектом соціалізації та розвитку особистості молодих людей, сприяючи

формуванню як соціальної, так і професійної ідентичності. Студентський вік є етапом, коли молода людина переживає численні трансформації, що охоплюють не лише освітні та кар'єрні орієнтації, а й соціальні ролі, які вона має сформувати у новому для себе середовищі. Високий рівень стресу, емоційної лабільності, а також пошук ідентичності вимагають активної роботи над розвитком емоційної саморегуляції та стійкості до стресу. Водночас міжособистісні стосунки серед студентів часто формуються під впливом суспільно-культурних, психологічних та індивідуальних факторів, що значно визначають якість цих взаємодій.

Особливо важливими є соціальні контексти університету, включаючи академічне середовище та інституційні програми підтримки студентів, які допомагають створювати сприятливі умови для розвитку дружніх та професійних зв'язків. Водночас існують індивідуальні та психологічні особливості, що впливають на здатність студентів будувати стосунки: комунікабельність, емоційна зрілість, самовпевненість, а також наявність соціальних зв'язків до вступу в університет. Врахування цих аспектів є необхідним для розуміння складності та динаміки студентських стосунків.

3. Формування довіри у студентському середовищі є результатом взаємодії багатьох чинників, серед яких соціокультурні, особистісні та психологічні аспекти відіграють ключову роль. Соціокультурні фактори, зокрема культурні норми та групові традиції, мають істотний вплив на рівень довіри серед студентів. Важливими є також ініціативи університетів, спрямовані на створення соціальних груп, які допомагають студентам формувати довірчі стосунки через спільні інтереси та діяльність. Своєю чергою, особистісні характеристики студентів, зокрема емоційна зрілість та тип особистості, визначають готовність до встановлення довіри та взаємодії з одногрупниками. Студенти з більш високим рівнем емоційної зрілості мають більші можливості для формування здорових міжособистісних зв'язків, що позитивно позначається на їх адаптації та соціальній інтеграції в університетському середовищі.

Ціннісні орієнтації студентів також мають важливе значення для формування довіри. Студенти з орієнтацією на колективізм зазвичай більш схильні до довірчих стосунків, тоді як індивідуалісти можуть стикатися з труднощами у налагодженні таких зв’язків. Зрештою, поведінкові прояви довіри, такі як відкритість у комунікації та інтеграція в групу, є показниками наявності здорового соціального клімату в студентському середовищі. Водночас конфлікти та недовіра можуть стати суттєвими бар’єрами для ефективної взаємодії, що підкреслює важливість розуміння та корекції цих процесів на рівні університетської спільноти.

Таким чином, для формування довіри у студентській молоді необхідно враховувати широкий спектр чинників, зокрема особистісні та соціокультурні особливості, а також вплив ціннісних орієнтацій. Окрему увагу слід приділяти створенню підтримуючого середовища в університетах, що сприятиме розвитку здорових міжособистісних стосунків, комунікації та соціальної інтеграції студентів.

РОЗДІЛ 2
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ДОВІРИ У МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

2.1. Організація та методики емпіричного дослідження прояву довіри у міжособистісних стосунках студентської молоді

Дослідження особливостей прояву довіри у міжособистісних стосунках студентської молоді проводилося в онлайн-форматі за допомогою Google Forms, яка містила структуроване опитування. Такий формат дослідження забезпечив зручність участі та дозволив охопити студентів з різних регіонів України, що сприяло отриманню репрезентативних даних.

Вибірка дослідження: у дослідженні взяло участь 80 студентів I–IV курсів денної та заочної форми навчання. Вибірка включала представників різних закладів вищої освіти України, зокрема: Київського національного університету імені Тараса Шевченка, Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, Харківського національного аерокосмічного університету, Університет «Крок», навчально-науковий інститут психології, ПВНЗ «Європейський університет». Такий підхід дозволив проаналізувати прояви довіри в міжособистісних стосунках у студентському середовищі з урахуванням регіональних особливостей, соціокультурного контексту та індивідуальних характеристик учасників.

Для більш глибокого аналізу представимо результати соціально-демографічної анкети, що допомагають зрозуміти контекст і можливі впливи різних соціальних факторів на рівень довіри у міжособистісних стосунках студентської молоді (див. рис. 2.1.).

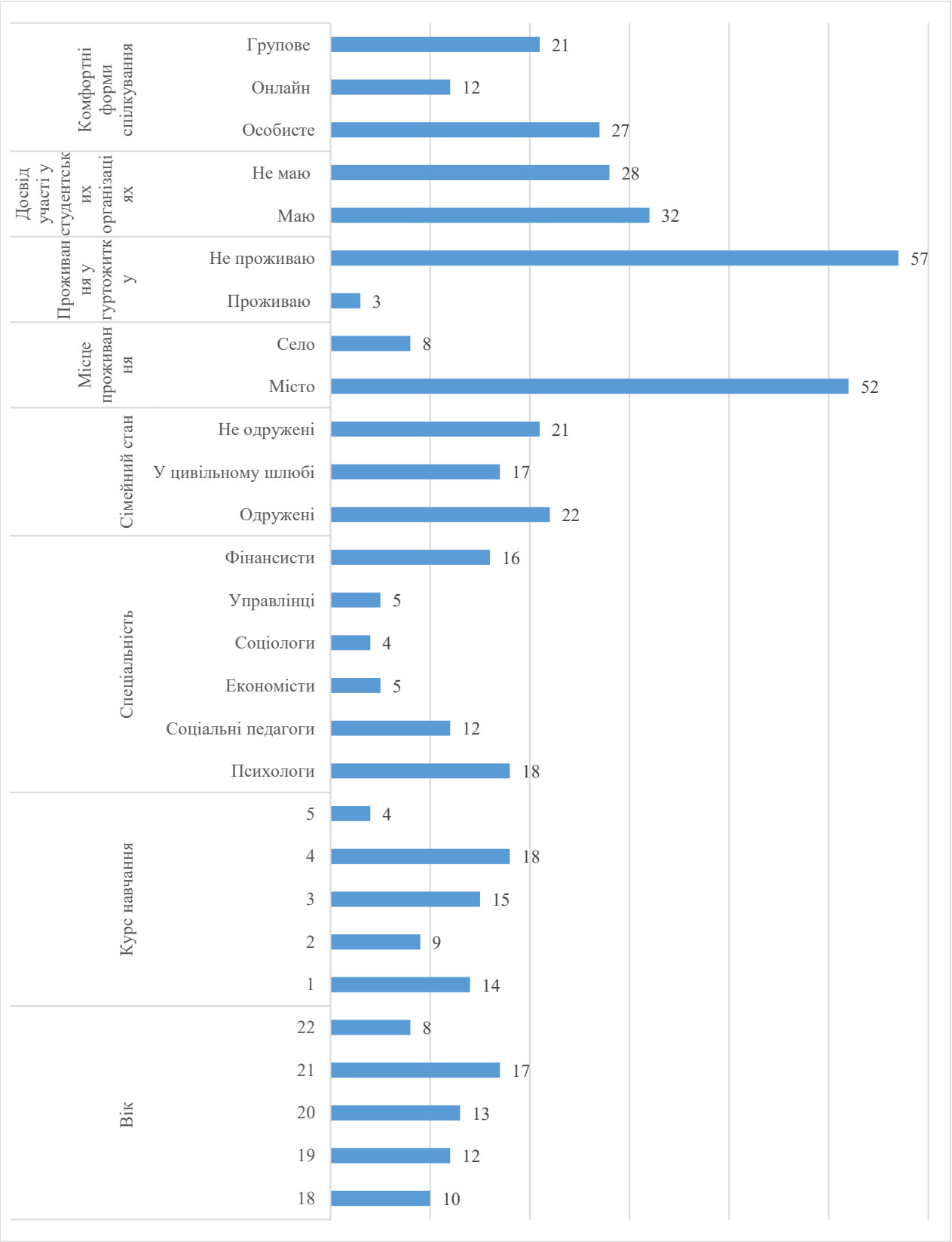

Рис. 2.1. Загальна характеристика вибірки дослідження

У дослідженні взяли участь студенти віком від 18 до 22 років, які навчаються на 1-5 курсах різних спеціальностей. Серед них найбільше

представлені фінансисти (16 осіб, 27%), психологи (18 осіб, 17%) та соціальні педагоги (12 осіб, 20%). Менш численними є групи економістів (5 осіб, 8%), соціологів (4 особи, 7%) та управлінців (5 осіб, 8%).

Сімейний статус студентів також є важливим чинником соціальної взаємодії: 22 особи (37%) перебувають у шлюбі, 17 (28%) – у цивільному партнерстві, а 21 студент (35%) наразі не має подружніх зобов'язань.

Переважна більшість досліджуваних мешкає у міському середовищі (52 особи, 87%), тоді як лише 8 студентів (13%) родом із сільської місцевості. 32 особи (53%) мають досвід участі у студентських організаціях, що вказує на їхню зацікавленість у групових взаємодіях та колективній діяльності, тоді як 28 студентів (47%) залишаються осторонь таких ініціатив, що може свідчити про індивідуальні особливості їхньої соціальної довіри.

Щодо комфортних форм спілкування, більшість студентів (27 осіб, 45%) надають перевагу особистим зустрічам, що вказує на їхню орієнтацію на глибокий, безпосередній контакт у взаємодії. Групове спілкування обирають 21 особа (35%), що може свідчити про соціальну відкритість та здатність вибудовувати довіру в колективі. Водночас онлайн-формат взаємодії є найбільш прийнятним для 12 студентів (20%), що може бути пов'язано із сучасними тенденціями цифрової комунікації або ж із певною дистанційованістю у міжособистісних стосунках.

Вибірка дослідження була розподілена на групи відповідно до рівнів довіри, визначених за результатами методики «Шкала довіри» Розенберга. Такий підхід дав змогу виділити учасників із високим та низьким рівнем довіри, що забезпечило можливість більш диференційованого аналізу особливостей міжособистісних стосунків. Учасників із середнім рівнем довіри було виключено з подальшого аналізу, оскільки їхні результати не давали змоги достатньо чітко ідентифікувати особливості прояву довіри, що могло б знизити валідність інтерпретацій. Отже, всього в дослідженні після виключення студентів з середнім рівнем довіри залишилось 60. Така стратегія відбору сприяла більш чіткому виявленню психологічних особливостей,

властивих досліджуваним з крайніми показниками довіри, що, своєю чергою, підвищує точність інтерпретації отриманих даних. Результати тестування наведені на рис. 2.2.

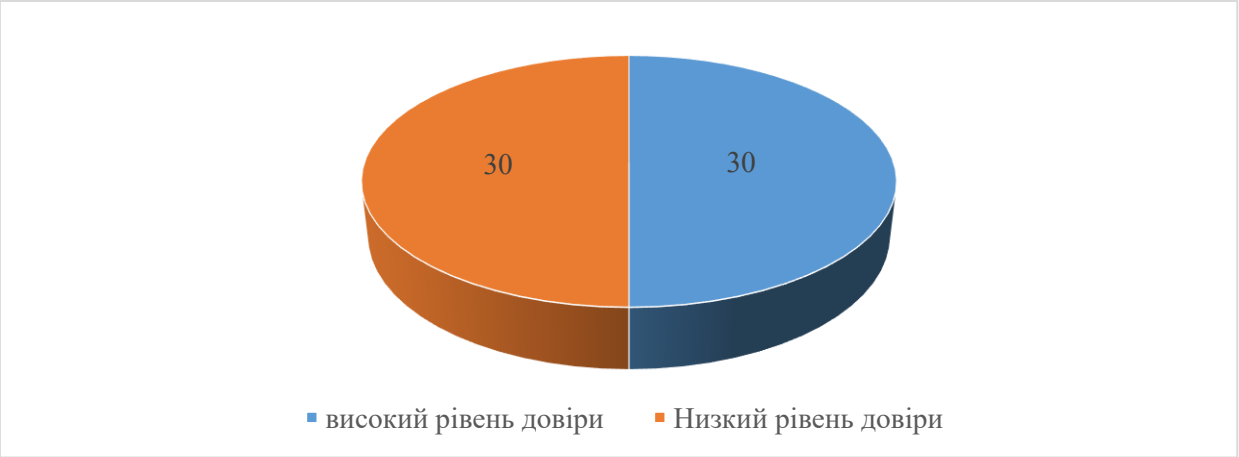

Рис. 2.2. Показники рівня довіри студентської молоді.

Отже, як свідчать дані, представлені на рис. 2.2, вибірка дослідження була рівномірно поділена на дві групи відповідно до рівня прояву довіри. До першої групи увійшли 50% учасників (30 осіб), які продемонстрували високий рівень довіри за результатами методики Розенберга. Другу групу також склали 50% досліджуваних (30 осіб), але з низьким рівнем довіри. Такий підхід дав змогу здійснити порівняльний аналіз психологічних особливостей міжособистісних стосунків студентів з різними рівнями довіри, а також виявити специфіку проявів недовіри та її можливі детермінанти у молодіжному середовищі.

Дослідження особливостей прояву довіри у міжособистісних стосунках студентської молоді здійснювалося у кілька послідовних етапів, кожен із яких мав свою мету, зміст та методологічну спрямованість.

На першому етапі відбувся теоретико-методологічний аналіз наукових джерел з проблеми довіри у міжособистісних взаєминах. У межах цього етапу було відібрано валідні та надійні психодіагностичні інструменти для дослідження: шкала довіри Розенберга застосовувалась для дослідження загального рівня довіри та розподілу вибірки дослідження; тест

міжособистісних стосунків Т. Лірі для вивчення уявлення студентів про себе та визначення переважаючого типу стосунків з оточуючими; методика «Суб'єктивна оцінка міжособистісних стосунків» для визначення характеристик дисгармонії міжособистісних стосунків студентської молоді; шкала діалогічності міжособистісних стосунків застосовувалась для дослідження прагнення бачити та враховувати унікальність свого партнера, цінність та значимість стосунків для взаємодіючих суб'єктів. Добір методик було здійснено з урахуванням цілей дослідження та специфіки вікової вибірки. Також нами була розроблена анкета, яка дозволила зібрати соціально-демографічні дані про досліджуваних.

Другий етап охоплював організацію та проведення самого експериментального дослідження. Опитування реалізовувалося в онлайн-форматі за допомогою Google Forms, що дозволило зберегти анонімність респондентів та забезпечити комфортні умови для заповнення тестових бланків.

На третьому етапі здійснювалася обробка та інтерпретація отриманих емпіричних результатів. Аналіз даних проводився з використанням кількісних методів математичної статистики (описова статистика, порівняльний аналіз), що дало змогу виявити загальні тенденції, рівень сформованості довіри в учасників дослідження, а також взаємозв'язки між досліджуваними показниками.

За результатами першого зрізу була розроблена та впроваджена корекційна програма, спрямована на підвищення рівня довіри та зниження проявів недовіри у міжособистісних стосунках студентської молоді. Програма включала серію психокорекційних вправ, що базувалися на розвитку емоційного інтелекту, навичок ефективної комунікації, емпатії та рефлексії.

Після завершення реалізації корекційної програми було проведено повторне діагностичне обстеження (другий зріз) із застосуванням тих самих психодіагностичних методик, які використовувалися на початковому етапі дослідження. Це дало змогу здійснити порівняльний аналіз результатів та

оцінити ефективність впроваджених заходів, зокрема зміни рівня довіри у міжособистісних взаєминах студентів.

Таким чином, дослідження мало цілісну структуру, спиралося на сучасні психодіагностичні інструменти й дало змогу глибше зрозуміти феномен довіри в контексті студентського соціуму.

Представимо методи та методики дослідження більш детально.

1) Анкета соціально-демографічних характеристик застосовувалася для збору загальних даних про досліджуваних.

Анкета містила запитання щодо віку, статі, курсу навчання, спеціальності, сімейного стану, місця проживання, досвіду проживання в гуртожитку, участі у студентських організаціях та волонтерських проектах, а також комфортних форм спілкування.

2) Шкала довіри Розенберга застосовувалась для дослідження загального рівня довіри та розподілу вибірки дослідження. Шкала складається з низки тверджень, які оцінюють довіру як узагальнену установку особистості. Вона допомагає визначити, наскільки людина вважає інших надійними, доброзичливими та чесними.

Отримані бали дозволяють виділити групи респондентів із високим, середнім та низьким рівнем довіри, що є важливим для подальшого аналізу чинників, які впливають на довіру в студентському середовищі.

Обробка результатів відбувалась шляхом підрахунку балів для кожного респондента відповідно до ключа методики.

3) Тест міжособистісних стосунків Т. Лірі застосовувався для вивчення уявлення студентів про себе та визначення переважаючого типу стосунків з оточуючими. Методика дозволяє оцінити міжособистісну поведінку та домінуючі риси характеру досліджуваних у взаємодії з іншими людьми.

Тест містить низку тверджень, що характеризують різні стилі міжособистісної взаємодії, які згруповані у вісім основних типів: владний, незалежний, агресивний, недовірливий, підпорядкований, залежний, дружній та відповідальний.

Отримані результати дають змогу визначити, як студенти сприймають себе у соціальній взаємодії, які ролі вони найчастіше приймають у стосунках, а також які стилі поведінки є для них найбільш характерними.

Обробка результатів відбувалася шляхом підрахунку балів за кожною із восьми шкал тесту. Отримані «сирі» бали переводилися у стіни (стандартні оцінки). Це дозволило виділити основні тенденції у взаємодії студентів із соціальним оточенням та проаналізувати їх особистісні особливості у контексті довіри.

4) Методика «Суб'єктивна оцінка міжособистісних стосунків» застосовувалася для аналізу характеристик дисгармонії у міжособистісних стосунках студентської молоді. Вона дозволяє оцінити рівень комфорту, стабільності та задоволеності соціальними взаємодіями, а також виявити потенційні труднощі у спілкуванні.

Методика включає такі шкали: напруженість стосунків – відображає рівень емоційної напруги у взаємодії з оточуючими; відчуженість у стосунках – показує ступінь дистанційованості, ізоляції або нестачі емоційної близькості; конфліктність у стосунках – характеризує частоту та інтенсивність конфліктних ситуацій у спілкуванні; агресія у стосунках – оцінює вираженість ворожості, агресивних реакцій або схильності до домінування; підсумкова оцінка стосунків – узагальнений показник, що відображає загальний рівень гармонійності чи дисгармонії у міжособистісній взаємодії.

Обробка результатів здійснювалася шляхом підрахунку балів за кожною шкалою відповідно до ключа методики. Для стандартизації даних «сирі» бали переводилися у стіни.

5) Шкала діалогічності міжособистісних стосунків використовувалася для дослідження прагнення студентської молоді бачити та враховувати унікальність свого партнера, а також оцінки значущості взаємодії у міжособистісних стосунках. Методика дозволяє визначити рівень усвідомленості, відкритості та взаємоповаги у стосунках.

Шкали методики: самостійність – відображає здатність особистості зберігати власну автономію у взаєминах, не втрачаючи при цьому глибини емоційного зв’язку з партнером; конструктивність – оцінює готовність до продуктивного вирішення конфліктів, здатність до компромісів та взаємопідтримки; діалогічність стосунків – характеризує рівень відкритості, взаєморозуміння та схильність до рівноправного діалогу у стосунках.

Обробка результатів проводилася шляхом підрахунку балів за кожною шкалою відповідно до ключа методики. Для забезпечення стандартизації отриманих показників «сирі» бали переводилися у стіни, що дозволяло визначити рівень вираженості кожного показника та зробити узагальнений аналіз тенденцій у вибірці студентської молоді.

Метод математичної обробки результатів дослідження включає використання t-критерію Стьюдента та факторного аналізу для аналізу даних, зібраних під час опитування студентської молоді.

Т-критерій Стьюдента застосовується для порівняння середніх значень між двома групами за рівнем прояву довіри.

Факторний аналіз застосовується для виявлення структурних компонентів довіри та міжособистісних стосунків серед студентської молоді в рамках кожної з груп. Факторний аналіз дозволяє визначити, які фактори найбільше впливають на прояв довіри в міжособистісних стосунках у групах з різним рівнем довіри.

2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів

Для дослідження уявлень студентів про себе та визначення переважаючого типу стосунків з оточуючими було проведено тест міжособистісних стосунків Т. Лірі. Результати дослідження представлені на рис. 2.3. та 2.4.

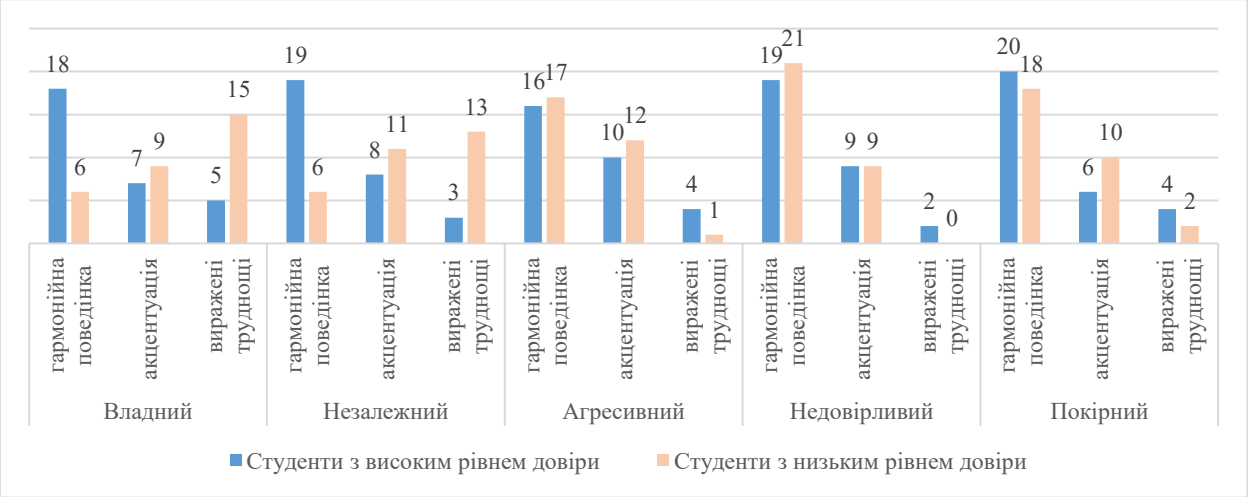

Рис. 2.3. Показники переважаючого типу стосунків з оточуючими (владний, незалежний, агресивний, недовірливий, покірний) студентів з високим та низьким рівнем довіри

Аналізуючи результати тесту міжособистісних стосунків Т. Лірі, які представлені на рис. 2.3, робимо висновок, що:

Гармонійна поведінка владного типу стосунків виражена у 18 студентів з високим типом довіри (60%) так у 6 студентів з низьким рівнем довіри (20%), що свідчить про їх здатність до адекватної взаємодії в межах соціальних зв'язків та ефективного самовираження. Проте у 7 студентів з високим рівнем довіри (23%) та у 9 з низьким рівнем довіри (30%) виражена акцентуація, що може вказувати на певну схильність до домінування чи контролю в стосунках. Виражені труднощі виявлені у 5 студентів з високим рівнем довіри (17%) та у 15 студентів з низьким рівнем довіри (50%), що свідчить про наявність певних труднощів у побудові стабільних міжособистісних стосунків.

Гармонійна поведінка незалежного типу стосунків виражена у 19% студентів з високим рівнем довіри (63%) та у 6 студентів з низьким рівнем довіри (20%). Це свідчить про здатність студентів ефективно взаємодіяти та підтримувати здорові міжособистісні стосунки, що характерно для незалежного типу стосунків. У 8% студентів з високим рівнем довіри (27%) та у 11 студентів з низьким рівнем довіри (37%) спостерігається акцентуація. Це свідчить про певні труднощі в межах самовираження або схильність до

індивідуалізму, що, своєю чергою, може проявлятися в бажанні уникати тісних соціальних зв'язків або важкості в адаптації до групових норм.

3 студента з високим рівнем довіри (10%) та 13 студентів з низьким рівнем довіри (43 %) мають виражені труднощі в побудові міжособистісних стосунків. Це свідчить про певні труднощі в адаптації та побудові ефективних стосунків, особливо серед студентів з низьким рівнем довіри, де труднощі можуть бути більш вираженими.

16 студентів з високим рівнем довіри (53%) та 17 студентів з низьким рівнем довіри (57%) проявляють гармонійну поведінку агресивного типу стосунків. Незважаючи на агресивні тенденції в їх типах стосунків, більшість студентів зберігає здатність до адекватної взаємодії в соціумі, що може вказувати на наявність певного контролю в межах емоційних проявів. У 10 студентів з високим рівнем довіри (33%) та у 12 студентів з низьким рівнем довіри (40%) мають акцентуацію, що свідчить про певну схильність до конфліктності та прояву домінування в стосунках. У студентів з низьким рівнем довіри ця схильність більш виражена, що може бути пов'язано з нестабільністю емоційного фону та потребою в контролі оточуючих. У 4 студентів з високим рівнем довіри (13%) та у 1 студента з низьким рівнем довіри (3%) виникають виражені труднощі. Це свідчить про те, що навіть при агресивних схильностях, деякі студенти мають труднощі в міжособистісних взаємодіях, що може призводити до конфліктів та проблем у побудові стосунків.

Гармонійна поведінка недовірливого типу виявлена у 19 студентів з високим рівнем довіри (63%) та у 21 студентів з низьким рівнем довіри (70%). Це може свідчити про схильність до спостереження за ситуацією та прагнення до стабільності, навіть при наявності недовіри. Студенти з низьким рівнем довіри проявляють більшу схильність до гармонійної поведінки, що може бути результатом захисних механізмів у міжособистісних взаємодіях. У 9 студентів з високим рівнем довіри (30%) та у стількох же студентів з низьким рівнем довіри виражена акцентуація. Це свідчить про схильність до напруження та

занепокоєння в міжособистісних стосунках, що може бути зумовлено недовірою, незалежно від рівня довіри в групі. Тільки 2 студентів з високим рівнем довіри (7%) мають виражені труднощі у міжособистісних стосунках. Вираженими труднощами в цьому контексті є серйозні труднощі в адаптації до соціальних ситуацій, що можуть проявлятися в частих конфліктах, труднощах у встановленні довірчих зв'язків, проблемах з комунікацією або емоційною взаємодією.

Гармонійна поведінка покірного типу стосунків спостерігається у 10 студентів з високим рівнем довіри (67%) та у 18 студентів з низьким рівнем довіри (60%). Це вказує на те, що студентам обох груп притаманна здатність підтримувати здорові міжособистісні стосунки, навіть при покірному ставленні до інших. 6 студентів з високим рівнем довіри (20%) та 10 студентів з низьким рівнем довіри (33%) мають акцентуацію. Це може свідчити про більш виражену схильність до підкорення та пасивного прийняття ситуації серед студентів з низьким рівнем довіри, що може бути результатом їх низької впевненості в собі та сприйнятті світу. 4 студенти з високим рівнем довіри (13%) та 2 студенти з низьким рівнем довіри (7%) мають виражені труднощі. Це вказує на наявність певних проблем у взаємодії з іншими, зокрема щодо відсутності активності або схильності до пасивної поведінки.

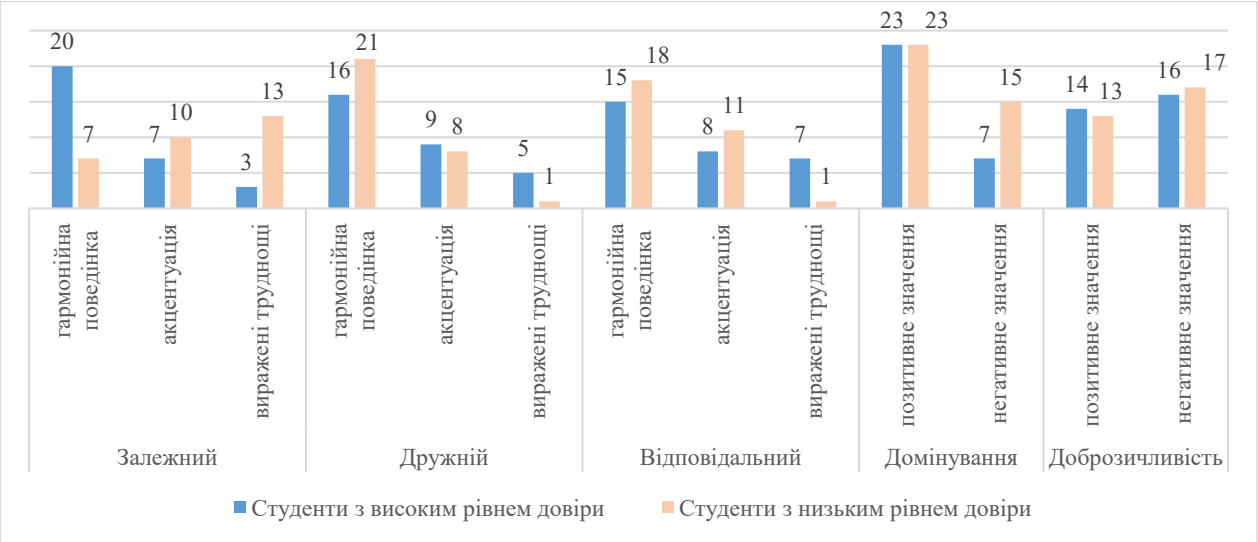

Рис. 2.4. Показники переважаючого типу стосунків з оточуючими (залежний, дружній, відповідальний, домінування, доброзичливість) студентів з високим та низьким рівнем довіри

Гармонійна поведінка залежного типу стосунків з оточуючими виражена у 20 студентів з високим рівнем довіри (67%) та 7 студентів з низьким рівнем довіри (23%). Це свідчить про здатність студентів зберігати стабільність у стосунках, попри схильність до залежності від думки інших. 7 студентів з високим рівнем довіри (23%) та 13 студентів з низьким рівнем довіри (43%) мають схильність до акцентуації. Це свідчить про емоційну нестабільність або чутливість до змін у соціальних ситуаціях, що характерно для залежних типів стосунків. 3 студенти з високим рівнем довіри (10%) та 1 студент з низьким рівнем довіри (3%) стикаються з серйозними труднощами у міжособистісних стосунках, що може вказувати на їх залежність від інших людей або невміння самостійно вирішувати конфлікти.

Гармонійна поведінка дружнього типу стосунків з оточуючими виражена у 16 студентів з високим рівнем довіри (53%) та 21 студент з низьким рівнем довіри (70%). Це вказує на те, що більшість студентів з низьким рівнем довіри здатні гармонійно взаємодіяти в колективі, демонструючи високу здатність до співпраці. Студенти з високим рівнем довіри також проявляють схильність до підтримки стабільних стосунків у групах. 9 студентів з високим рівнем довіри (30%) та 8 студентів з низьким рівнем довіри (27%) мають схильність до акцентуації. Це свідчить про їх схильність до надмірної чутливості до емоційного контексту стосунків, що може впливати на їхню здатність до співпраці в команді. 5 студентів з високим рівнем довіри (17%) та 1 студент з низьким рівнем довіри (3%) мають виражені труднощі у стосунках з оточенням, що може вказувати на труднощі в знаходженні спільної мови або в адаптації до групової динаміки.

Гармонійна поведінка відповідального типу стосунків з оточуючими виражений у 15 студентів з високим рівнем довіри (50%) та 18 студентів з низьким рівнем довіри (60%) демонструють гармонійну поведінку. Це вказує на здатність студентів з обох груп підтримувати доброзичливі та позитивні стосунки, навіть у складних ситуаціях, коли є схильність до самопожертви чи високих моральних стандартів. У 8 студентів з високим рівнем довіри (27%)

та у 11 студентів з низьким рівнем довіри (37%) мають схильність до акцентуації. Це може свідчити про їх підвищену чутливість до емоційних аспектів взаємодії та складнощі у балансуванні між особистими потребами та потребами інших. У 7 студентів з високим рівнем довіри (23%) та 1 студента з низьким рівнем довіри (3%) виражені труднощі у міжособистісних стосунках. Це може бути пов’язано з надмірною відкритістю або високими вимогами до себе та інших, що ускладнює нормальну адаптацію в соціумі.

Позитивне значення домінування як аспекту стосунків з оточуючими виражено у 23 студенти (77%) з високим рівнем довіри та 23 студенти (77%) з низьким рівнем довіри. Це вказує на здатність до лідерства, впевненості в собі та контролю над ситуацією, що є важливим у соціальних та професійних взаємодіях. У 7 студентів (23%) з високим рівнем довіри та 15 студентів (50%) з низьким рівнем довіри проявляють негативне значення домінування. Це може свідчити про схильність до маніпулятивної або агресивної поведінки, яка може призводити до конфліктів або складнощів у взаємодії з оточенням.

Позитивне значення доброзичливості як аспекту стосунків з оточуючими виражено у 14 студентів (47%) з високим рівнем довіри та 13 студентів (43%) з низьким рівнем довіри. Це вказує на їх здатність до створення позитивних взаємин, бажання допомагати іншим і підтримувати гармонію в соціумі. 16 студентів (53%) з високим рівнем довіри та 17 студентів (57%) з низьким рівнем довіри мають негативне значення доброзичливості. Це може свідчити про відчуття недовіри або схильність до негативного сприйняття інших людей, що ускладнює встановлення гармонійних стосунків у колективі.

Для виявлення достовірних відмінностей у переважаючих типах стосунків з оточуючими між студентами з високим та низьким рівнем довіри ми провели t-критерій Стьюдента (див. таблицю 2.1). Це дозволило оцінити, наскільки значущими є відмінності між двома групами за рівнем довіри у типах стосунків з оточуючими.

Таблиця 2.1

Достовірні відмінності типів стосунків з оточуючими студентів з високим та низьким рівнем довіри

Типи стосунків з оточуючими	Студенти з високим рівнем довіри		Студенти з низьким рівнем довіри		t	p
	Середні значення	Стандартне відхилення	Середні значення	Стандартне відхилення		
Владний	7,10	4,20	11,60	2,80	**4,90**	**0,01**
Незалежний	7,40	3,60	11,10	2,80	**4,50**	**0,01**
Агресивний	7,90	3,90	7,10	3,90	0,70	0,01
Недовірливий	6,70	4,00	6,30	3,60	0,40	0,01
Покірний	6,70	3,90	6,80	3,50	0,10	0,01
Залежний	6,70	4,30	10,90	3,00	**4,40**	**0,01**
Дружній	7,60	4,30	6,60	3,40	0,90	0,01
Відповідальний	8,10	4,00	6,70	3,80	1,30	0,01
Домінування	1,90	7,50	5,30	5,80	2,00	0,01
Доброзичливість	5,29	7,80	-0,34	7,20	**3,30**	**0,01**

Аналізуючи результати порівняльного аналізу, які представлені у таблиці 2.1, робимо висновок, що:

Аналізуючи владний тип стосунків з оточуючими, виявлено достовірні відмінності між студентами з різним рівнем довіри. Зокрема, у студентів із низьким рівнем довіри цей показник є значно вищим (середнє значення 11,6), ніж у тих, хто має високий рівень довіри (середнє значення 7,1). Це свідчить про те, що владний стиль взаємодії є більш притаманним для осіб, які не схильні довіряти іншим. Такий зв’язок можна пояснити тим, що студенти з низьким рівнем довіри, ймовірно, прагнуть контролювати ситуації та міжособистісні стосунки, компенсуючи власну невпевненість щодо намірів оточуючих. Владний тип спілкування дозволяє їм встановлювати чіткі межі, знижуючи ризик відчуття вразливості чи потенційної маніпуляції з боку інших. Таким чином, домінування у взаєминах може виступати своєрідним

захисним механізмом, що допомагає уникати ситуацій невизначеності та емоційної нестабільності.

Окрім того, за показником незалежного типу стосунків також зафіксовані достовірні відмінності. Студенти з низьким рівнем довіри демонструють вищий рівень незалежності у спілкуванні (середнє значення 11,1) порівняно зі студентами з високим рівнем довіри (середнє значення 7,4). Це вказує на те, що для осіб, які не довіряють іншим, характерне прагнення до автономії та самодостатності у взаєминах. Можливим поясненням цього є те, що студенти з низьким рівнем довіри можуть свідомо уникати тісних соціальних зв'язків, оскільки сприймають їх як потенційно ризиковані чи ненадійні. Вони можуть надавати перевагу самостійним рішенням та мінімізації залежності від інших, що дозволяє їм почуватися більш захищеними. Однак така стратегія взаємодії може призводити до зниження рівня соціальної підтримки та обмеження емоційної залученості у спільноту, що, своєю чергою, може мати як адаптивні, так і дезадаптивні наслідки для їхнього соціального функціонування.

Виявлено достовірні відмінності за показником залежного типу стосунків. Студенти з низьким рівнем довіри демонструють вищий показник (середнє значення 10,9), тоді як у студентів із високим рівнем довіри цей показник нижчий (середнє значення 6,7). Це свідчить про те, що для осіб, які не довіряють оточуючим, більш характерною є залежність у міжособистісних взаєминах. Одним із можливих пояснень цього є те, що студенти з низьким рівнем довіри можуть відчувати невпевненість у власних силах і, попри загальну настороженість до оточення, прагнути до опори на інших у певних аспектах взаємодії. Недовіра до світу може призводити до потреби в контролі, але водночас – до труднощів у прийнятті самостійних рішень, що змушує їх шукати підтримки у більш впевнених людях.

Однак потрібно зауважити, що така стратегія міжособистісної взаємодії може бути суперечливою: прагнення до автономії (що підтверджується високими показниками незалежного типу стосунків) поєднується з потребою

у схваленні та керівництві. Це може свідчити про певну внутрішню конфліктність, яка може впливати на якість соціальної адаптації та самосприйняття.

Також зафіксовані достовірні відмінності за показником доброзичливості. Студенти з високим рівнем довіри демонструють значно вищий показник (середнє значення 5,29), тоді як у студентів із низьким рівнем довіри цей показник навіть має від’ємне значення (середнє значення -0,34). Це свідчить про те, що доброзичливе ставлення до оточуючих є більш характерним для студентів, які довіряють іншим. Цей результат є цілком закономірним, оскільки довіра сприяє відкритості у міжособистісних стосунках, формуванню позитивного сприйняття інших людей та прагненню до гармонійної взаємодії. Натомість студенти з низьким рівнем довіри можуть сприймати соціальну взаємодію як потенційно загрозливу або таку, що вимагає обережності. Це може пояснюватися їхньою схильністю до захисних механізмів, що виражаються у дистанціюванні, контролі або навіть підвищеній настороженості у контактах з іншими.

За такими типами стосунків з оточуючими, як агресивний, недовірливий, покірний, дружній, відповідальний та домінування достовірних відмінностей не виявлено. Це може свідчити про те, що ці аспекти взаємодії не залежать від рівня довіри в значущій мірі або ж вони мають більш комплексний характер, пов'язаний з іншими психосоціальними факторами, які не були враховані у даному дослідженні. Наприклад, агресивність, недовірливість та покірність можуть мати глибші корені в індивідуальних психологічних характеристиках, таких як самооцінка, особистісні риси чи минулий досвід, а не лише в рівні довіри до оточуючих. Аналогічно, дружнє ставлення та відповідальність можуть бути пов'язані з іншими соціальними факторами, такими як виховання, культурні норми та соціальний контекст, в якому перебуває студент.

Отже, отримані дані підтверджують, що рівень довіри значною мірою впливає на характер міжособистісних стосунків: чим вищий рівень довіри, тим

більше людина схильна до відкритості, доброзичливості та конструктивної взаємодії з оточуючими, тоді як низька довіра сприяє формуванню більш стриманих, насторожених або навіть суперечливих моделей соціальної поведінки.

Наступною представимо результати методики «Суб'єктивна оцінка міжособистісних стосунків», яка була застосована нами для аналізу характеристик дисгармонії у міжособистісних стосунках студентської молоді. Ця методика дозволяє виявити особливості сприйняття та оцінки молодими людьми своїх соціальних зв'язків, їхню емоційну комфортність у стосунках, рівень взаєморозуміння та довіри до оточуючих. Отримані результати наведені на рис. 2.5.

Рис. 2.5. Показники дисгармонії у міжособистісних стосунках студентів з високим та низьким рівнем довіри.

Аналізуючи результати методики «Суб'єктивна оцінка міжособистісних стосунків», робимо висновок, що:

Низький рівень напруженості у стосунках спостерігається у 9 студентів з високим рівнем довіри (30%) та лише у 3 студентів з низьким рівнем довіри (10%). Це свідчить про те, що студенти з високим рівнем довіри загалом відчувають менше напруги у взаємодії з оточуючими. Середній рівень напруженості характерний для 13 студентів з високим рівнем довіри (43%) та 9 студентів з низьким рівнем довіри (30%), що вказує на відносну рівномірність розподілу цього рівня серед обох груп. Високий рівень напруженості у стосунках виявлено у 8 студентів з високим рівнем довіри (27%) та 18 студентів з низьким рівнем довіри (60%). Це означає, що студенти з низьким рівнем довіри частіше відчувають значну напруженість у взаємодії з іншими.

Низький рівень відчуженості спостерігається у 7 студентів з високим рівнем довіри (23%) та 6 студентів з низьким рівнем довіри (20%), що свідчить про відносну схожість у сприйнятті соціальної дистанції. Середній рівень відчуженості характерний для 17 студентів з високим рівнем довіри (57%) та 9 студентів з низьким рівнем довіри (30%). Це вказує на те, що студенти з високим рівнем довіри частіше оцінюють свої стосунки як помірно дистанційовані. Високий рівень відчуженості виявлено у 6 студентів з високим рівнем довіри (20%) та 15 студентів з низьким рівнем довіри (50%), що може свідчити про значну соціальну ізоляцію серед студентів з низьким рівнем довіри.

Низький рівень конфліктності спостерігається у 9 студентів з високим рівнем довіри (30%) та 10 студентів з низьким рівнем довіри (33%), що свідчить про приблизно однакову здатність обох груп уникати конфліктів. Середній рівень конфліктності характерний для 15 студентів з високим рівнем довіри (50%) та 9 студентів з низьким рівнем довіри (30%). Це вказує на те, що студенти з високим рівнем довіри частіше оцінюють свої стосунки як помірно конфліктні. Високий рівень конфліктності виявлено у 6 студентів з високим рівнем довіри (20%) та 11 студентів з низьким рівнем довіри (37%), що вказує на більшу схильність до конфліктів серед студентів з низьким рівнем довіри.

Низький рівень агресії спостерігається у 5 студентів з високим рівнем довіри (17%) та 6 студентів з низьким рівнем довіри (20%), що вказує на невеликі відмінності між групами. Середній рівень агресії характерний для 21 студента з високим рівнем довіри (70%) та 18 студентів з низьким рівнем довіри (60%), що свідчить про те, що більшість студентів незалежно від рівня довіри проявляють середній рівень агресивності у стосунках. Високий рівень агресії виявлено у 4 студентів з високим рівнем довіри (13%) та 6 студентів з низьким рівнем довіри (20%), що вказує на дещо більшу схильність до агресії серед студентів з низьким рівнем довіри.

Низький рівень задоволеності стосунками спостерігається у 1 студента з високим рівнем довіри (3%) та 5 студентів з низьким рівнем довіри (17%), що свідчить про значно нижчу задоволеність стосунками серед студентів з низьким рівнем довіри. Середній рівень задоволеності характерний для 26 студентів з високим рівнем довіри (87%) та 23 студентів з низьким рівнем довіри (77%), що вказує на те, що більшість студентів оцінюють свої стосунки як середньо задовільні. Високий рівень задоволеності стосунками виявлено у 3 студентів з високим рівнем довіри (10%) та 2 студентів з низьким рівнем довіри (7%), що свідчить про схожу, але низьку частку студентів, які високо оцінюють свої стосунки.

Для виявлення достовірних відмінностей дисгармонії у міжособистісних стосунках студентів з високим та низьким рівнем довіри нами був проведений порівняльний аналіз за t критерієм Стьюдента, результати якого подані у таблиці 2.2.

Аналізуючи напруженість у міжособистісних стосунках, виявлено достовірні відмінності між студентами з високим та низьким рівнем довіри. Зокрема, у студентів із низьким рівнем довіри цей показник є значно вищим (середнє значення 51,33), ніж у тих, хто має високий рівень довіри (середнє значення 42,17). Це свідчить про те, що низький рівень довіри асоціюється з більшою напруженістю у взаєминах. Можливо, студенти, які менш схильні довіряти оточуючим, частіше відчувають внутрішню тривогу та побоювання

щодо можливих негативних намірів інших людей. Вони можуть бути більш підозрілими, сприймати соціальні сигнали як загрозливі або мати труднощі у встановленні емоційно близьких контактів. Така напруженість у взаєминах може бути наслідком прагнення до самозахисту, коли студент із низьким рівнем довіри уникає відкритості та щирості у спілкуванні, що, своєю чергою, може призводити до конфліктності, нерозуміння чи емоційного відчуження. Таким чином, низька довіра може виступати фактором, що сприяє зростанню міжособистісних бар'єрів та загальної соціальної напруги.

Таблиця 2.2

Достовірні відмінності дисгармонії у міжособистісних стосунках студентів з високим та низьким рівнем довіри

Типів стосунків з оточуючими	Студенти з високим рівнем довіри		Студенти з низьким рівнем довіри		t	p
	Середні значення	Стандартне відхилення	Середні значення	Стандартне відхилення		
Напруженість стосунків	42,17	15,60	51,33	13,90	**2,40**	**0,05**
Відчуженість у стосунках	42,53	14,30	50,07	14,70	2,00	0,01
Конфліктність у стосунках	33,20	10,00	35,10	12,90	0,60	0,01
Агресія у стосунках	36,73	9,20	38,50	10,20	0,70	0,01

За відчуженістю у стосунках, конфліктністю у стосунках та агресією у стосунках достовірних відмінностей не виявлено. Це може свідчити про те, що ці показники не мають прямого зв'язку з рівнем довіри до оточуючих, або ж їхнє проявлення залежить від інших, можливо більш складних, чинників, таких як особистісні характеристики, стресові ситуації чи попередній досвід міжособистісних взаємодій. Наприклад, навіть якщо студент має низький рівень довіри, це не обов'язково призводить до відчуження або конфліктності, оскільки він може компенсувати свою недовіру за допомогою більш обережного та контрольованого підходу до взаємин, уникаючи відкритих конфліктів.

Останніми представимо результати методики «Шкала діалогічності міжособистісних стосунків», яка використовувалась нами з метою визначити рівень усвідомленості, відкритості та взаємоповаги у стосунках студентів з високим та низьким рівнем довіри (див. рис. 2.6).

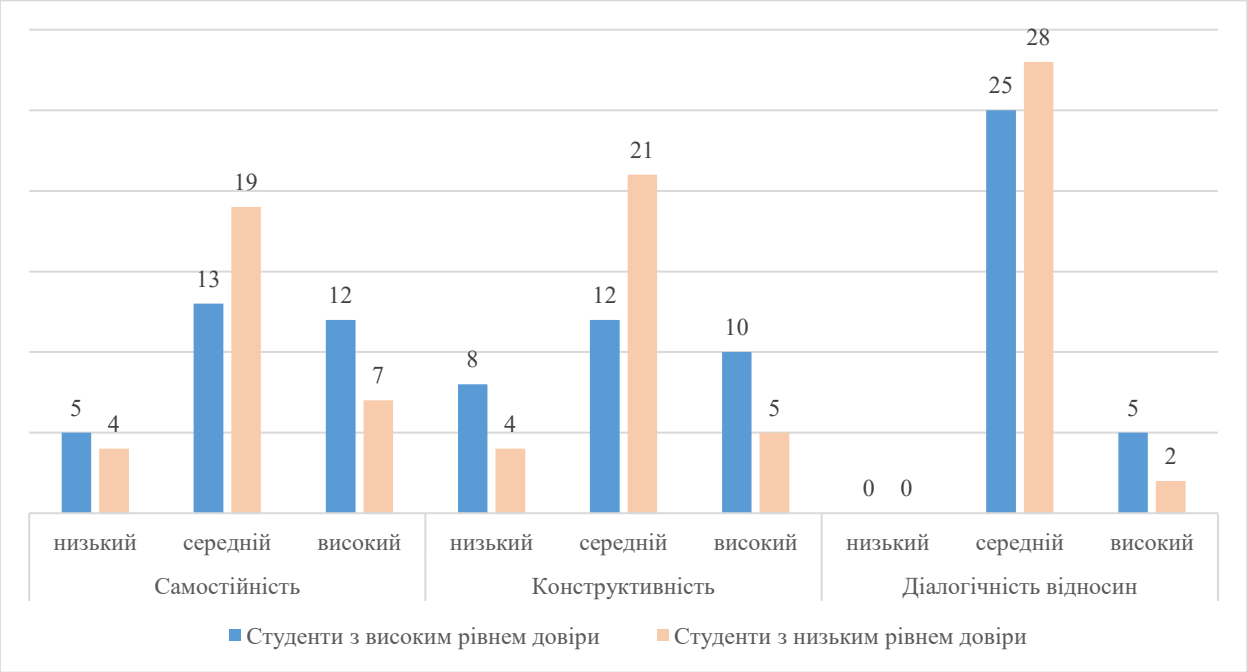

Рис. 2.6. Показники діалогічності міжособистісних стосунків студентів з високим та низьким рівнем довіри

Виходячи з результатів методики «Шкала діалогічності міжособистісних стосунків», які представлені на рис. 2.6, робимо висновок, що:

12 студентів з високим рівнем довіри (40%) та 7 студентів з низьким рівнем довіри (23%) мають високий рівень самостійності. Це свідчить про їхню здатність приймати рішення незалежно від зовнішнього впливу, опиратися на власні переконання та брати відповідальність за свої дії. 13 студентів з високим рівнем довіри (43%) та 19 студентів з низьким рівнем довіри (63%) мають середній рівень самостійності. Вони частково орієнтовані на власні рішення, але можуть потребувати підтримки або схвалення з боку інших. 5 студентів з високим рівнем довіри (17%) та 4 студенти з низьким рівнем довіри (13%) демонструють низький рівень самостійності. Це може

вказувати на їхню залежність від думки інших, складнощі з прийняттям власних рішень або уникнення відповідальності.

10 студентів з високим рівнем довіри (33%) та 5 студентів з низьким рівнем довіри (17%) демонструють високий рівень конструктивності. Це свідчить про те, що такі студенти вміють ефективно будувати стосунки, вирішувати конфлікти шляхом компромісів та враховувати думку співрозмовника. 12 студентів з високим рівнем довіри (40%) та 21 студент з низьким рівнем довіри (70%) мають середній рівень конструктивності. Вони здатні знаходити взаєморозуміння, але можуть стикатися з труднощами у складних конфліктних ситуаціях. 8 студентів з високим рівнем довіри (27%) та 4 студенти з низьким рівнем довіри (13%) мають низький рівень конструктивності. Це може свідчити про труднощі у взаємодії, схильність до конфліктної поведінки або уникнення складних розмов.

5 студентів з високим рівнем довіри (17%) та 2 студенти з низьким рівнем довіри (7%) мають високий рівень діалогічності. Це вказує на те, що такі студенти відкриті до спілкування, готові до рівноправного діалогу та конструктивного обговорення проблем. 25 студентів з високим рівнем довіри (83%) та 28 студентів з низьким рівнем довіри (93%) мають середній рівень діалогічності. Вони здатні до відкритого спілкування, однак у певних ситуаціях можуть мати труднощі з вираженням власної позиції або прийняттям точки зору співрозмовника. Низький рівень діалогічності не виявлено, що свідчить про загальну орієнтацію студентів на взаємодію та комунікацію.

Для виявлення достовірних відмінностей діалогічності міжособистісних стосунків студентів з високим та низьким рівнем довіри нами був проведений t-критерій Стьюдента. Результати математичної обробки представлені у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Достовірні відмінності діалогічності міжособистісних стосунків студентів з високим та низьким рівнем довіри

Типи стосунків з оточуючими	Студенти з високим рівнем довіри		Студенти з низьким рівнем довіри		t	p
	Сер. значення	Ст. відхилення	Сер. значення	Ст. відхилення		
Самостійність	41,70	7,20	38,80	5,60	1,70	0,01
Конструктивність	41,70	7,60	41,00	5,40	0,40	0,01
Діалогічність стосунків	83,40	10,60	79,80	8,30	1,50	0,01

Як бачимо з таблиці 2.3, математична обробка результатів за показниками самостійність, конструктивність та діалогічність стосунків між студентами з високим та низьким рівнем довіри достовірних відмінностей не виявила. На нашу думку, це можна пояснити тим, що ці показники можуть бути менш залежними від рівня довіри та більшою мірою визначатися іншими особистісними характеристиками. Можливо, самостійність, конструктивність та діалогічність формуються під впливом більш стійких індивідуальних факторів, таких як темперамент чи когнітивний стиль, і не так тісно пов’язані з рівнем довіри. Крім того, студентське середовище сприяє розвитку цих якостей незалежно від рівня довіри, оскільки навчальна діяльність та соціальні контакти часто вимагають прояву конструктивної взаємодії та самостійності.

Отже, можемо зробити висновок, що рівень довіри суттєво впливає на характер міжособистісної взаємодії. Висока довіра сприяє відкритості, доброзичливості та конструктивній взаємодії, тоді як її низький рівень може зумовлювати суперечливі стратегії поведінки, підвищену напруженість у взаєминах та прагнення до контролю. Врахування цих особливостей є важливим для розуміння механізмів соціальної адаптації студентської молоді та розробки психологічних стратегій для покращення їхніх міжособистісних стосунків.

Для виявлення чинників, що впливають на формування довіри у студентських міжособистісних стосунків нами була проведена факторизація простору ознак, представлених в психодіагностичних методиках. Результати факторного аналізу представлені у таблицях 2.4 та таблиця 2.5.

Таблиця 2.4

Факторна структура організації міжособистісних стосунків студентів з високим рівнем довіри

№	Назва фактору	Елементи фактору	Вага фактору
1	Дистанційовано - конструктивні стосунки	Владний (-0,617) Недовірливий (-0,769) Дружній (-0,467) Відчуженість стосунків (0,772) Конструктивність (0,727) Діалогічність (0,491)	21,5%
2	Автономно-конфліктні стосунки	Конфліктність у стосунках (0,694) Самостійність (0,887) Діалогічність (0,799)	13,8%
3	Амбівалентні стосунки	Незалежний (0,651) Залежний (0,751) Відповідальний (0,45) Агресія у стосунках (-0,523)	11,1%
4	Підпорядковано-напружені стосунки	Покірний (0,541) Дружній (0,537) Напруженість стосунків (0,801)	9,1%

Примітка: в таблицю внесено тільки значущі навантаження за факторами (від 0,40).

Простір організації міжособистісних стосунків студентів з високим рівнем складається з 4 факторів (сумарною дисперсією 55,5%).

Перший фактор має вагу 21,5% та отримав назву «Дистанційовано-конструктивні стосунки». До фактору увійшли такі параметри: позитивні кореляції з відчуженістю стосунків, конструктивністю та діалогічністю, а також негативні кореляції з владним, недовірливим і дружнім типами міжособистісних стосунків. Тобто, студенти з високим рівнем довіри схильні до конструктивної взаємодії, проте водночас можуть зберігати певну дистанцію у стосунках. Вони відкриті до діалогу, але уникають надмірного контролю чи домінування, не проявляють недовіри та менш орієнтовані на тісне співробітництво.

Другий фактор має вагу 13,8% та отримав назву «Автономно-конфліктні стосунки». До фактору увійшли такі параметри: позитивні кореляції з конфліктністю у стосунках, самостійністю та діалогічністю. Тобто, студенти з високим рівнем довіри демонструють самостійність у взаємодії, схильність до відкритого обговорення та відстоювання власної позиції, що може призводити до конфліктних ситуацій. Вони не уникають суперечок, але при цьому зберігають здатність до діалогу.

Третій фактор має вагу 11,1% та отримав назву «Амбівалентні стосунки». До фактору увійшли такі параметри: позитивні кореляції з незалежним, залежним і відповідальним типами міжособистісних стосунків, а також негативна кореляція з агресією у стосунках. Отже, можна зробити висновок, що студенти з високим рівнем довіри демонструють суперечливі риси у взаємодії: з одного боку, вони можуть бути незалежними у прийнятті рішень, а з іншого — виявляти певну залежність у стосунках. Водночас вони відповідальні й уникають агресивної поведінки, що сприяє більш гармонійному спілкуванню.

Четвертий фактор має вагу 9,1% та отримав назву «Підпорядковано-напружені стосунки». До фактору увійшли такі параметри: позитивні кореляції з покірним та дружнім типом міжособистісних стосунків, а також напруженістю стосунків. Отже, студенти з високим рівнем довіри схильні до підпорядкованої ролі у взаємодії, виявляючи покірність та дружність. Однак їхні стосунки можуть супроводжуватися певною напруженістю, що може свідчити про внутрішні суперечності або дискомфорт у міжособистісному спілкуванні.

З проведеного факторного аналізу можна зробити висновок, що міжособистісні стосунки студентів з високим рівнем довіри є багатовимірним феноменом, який включає як конструктивні, так і суперечливі аспекти.

Виділені чотири фактори, що пояснюють 70,24% дисперсії та свідчать про їхню значущість у структурі міжособистісної взаємодії:

1. Дистанційовано-конструктивні стосунки вказують на те, що студенти з високою довірою здатні до конструктивної взаємодії, але водночас підтримують певну емоційну дистанцію та уникають домінування чи надмірної недовіри.

2. Автономно-конфліктні стосунки свідчать про прагнення до самостійності та відкритого діалогу, що іноді може супроводжуватися конфліктами.

3. Амбівалентні стосунки демонструють суперечливість у поведінці студентів, які одночасно можуть бути незалежними та залежними, відповідальними, але не агресивними.

4. Підпорядковано-напружені стосунки вказують на готовність студентів до покірності та дружності, однак з певною напруженістю у спілкуванні, що може бути пов’язано з внутрішніми суперечностями.

Таким чином, високий рівень довіри у студентів не є однозначним показником гармонійних стосунків. Він може проявлятися у різних формах взаємодії — від конструктивного діалогу до конфліктної самостійності чи підпорядкованої напруженості.

Таблиця 2.5

Факторна структура організації міжособистісних стосунків студентів з низьким рівнем довіри

№	Назва фактору	Елементи фактору	Вага фактору
1	Дружньо - конструктивні стосунки	Дружній (-0,417) Самостійність (0,694) Конструктивність (0,748) Діалогічність (0,96)	17%
2	Агресивні стосунки	Напруженість стосунків (-0,664) Відчуженість у стосунках (0,698) Агресія у стосунках (0,63)	14,3%
3	Амбівалентні стосунки	Незалежний (0,705) Недовірливий (-0,635) Залежний (0,786)	12%
4	Конфліктно-агресивні стосунки	Агресивний (0,726) Конфліктність у стосунках (0,645)	9,8%

Примітка: в таблицю внесено тільки значущі навантаження за факторами (від 0,40).

Простір організації міжособистісних стосунків студентів з низьким рівнем складається з 4 факторів (сумарною дисперсією 53,1%).

Перший фактор має вагу 17% та отримав назву «Дружньо-конструктивні стосунки». До фактору увійшли такі параметри: позитивні кореляції з самостійністю, конструктивністю та діалогічністю, а також негативні кореляції з дружнім типом міжособистісних стосунків. Студенти з низьким рівнем довіри, згідно з першим фактором, схильні до самостійності, конструктивного підходу до взаємодії та діалогічності. Однак у них спостерігається негативна кореляція з дружнім типом стосунків, що вказує на тенденцію до певної дистанційованості у стосунках. Вони орієнтовані на вирішення конфліктів і підтримку конструктивних комунікацій, але не схильні до надмірної близькості чи емоційної відкритості у стосунках.

Другий фактор має вагу 14,3% та отримав назву «Агресивні стосунки». До фактору увійшли такі параметри: позитивні кореляції з відчуженістю у стосунках та агресією у стосунках, а також негативні з напруженістю стосунків. Студенти з низьким рівнем довіри, згідно з другим фактором «Агресивні стосунки» схильні до відчуженості та можуть виявляти агресію у взаємодії. Однак цей фактор негативно корелює з напруженістю в стосунках, що свідчить про те, що студенти з низьким рівнем довіри, хоча й можуть проявляти агресивні або відчужені тенденції, не обов'язково відчувають високий рівень емоційної напруги у своїх стосунках. Вони можуть бути здатні до незалежної взаємодії, при цьому, зберігаючи певну дистанцію від інших, навіть якщо це супроводжується агресією.

Третій фактор має вагу 12% та отримав назву «Амбівалентні стосунки». До фактору увійшли такі параметри: позитивні кореляції з незалежним та залежним типом міжособистісних стосунків, а також негативні з недовірливим типом міжособистісних стосунків. Студенти з низьким рівнем довіри проявляють суперечливі риси у своїх міжособистісних стосунках. Вони можуть поєднувати незалежність та залежність у взаємодії, що вказує на певну непостійність або двозначність у їхніх стосунках. Ці студенти можуть бути

одночасно самостійними та виявляти певну залежність від інших, що робить їх взаємодію менш стабільною. Негативна кореляція з недовірливим типом вказує на те, що вони менш схильні до недовіри, хоча їхні стосунки можуть бути емоційно складними або нестабільними.

Четвертий фактор має вагу 9,8% та отримав назву «Конфліктно-агресивні стосунки». До фактору увійшли такі параметри: позитивні кореляції з агресивним типом міжособистісних стосунків та конфліктністю у стосунках. Студенти з низьким рівнем довіри мають схильність до агресивної поведінки та конфліктних ситуацій у своїх стосунках. Вони часто вступають у суперечки та можуть проявляти агресію у взаємодії з іншими. Це свідчить про те, що їхні міжособистісні стосунки характеризуються високим рівнем напруги, де конфлікти та агресія є частими проявами, що може бути результатом недовіри та емоційної дистанційованості у взаємодії з іншими.

З проведеного факторного аналізу можна зробити висновок, що міжособистісні стосунки студентів з низьким рівнем довіри є складним та багатовимірним феноменом, який поєднує як конструктивні, так і агресивні елементи. Виділені чотири фактори, що пояснюють 53,1% дисперсії та мають значний вплив на структуру їхніх міжособистісних взаємодій:

1. Дружньо-конструктивні стосунки свідчать про те, що студенти з низьким рівнем довіри схильні до самостійної та конструктивної взаємодії, проте утримуються від надмірної емоційної близькості. Вони орієнтовані на вирішення конфліктів через конструктивні підходи, але демонструють певну дистанційованість у стосунках.

2. Агресивні стосунки вказують на прагнення студентів до незалежності, що може супроводжуватися відчуженістю та агресією. Ці студенти здатні підтримувати дистанцію у взаємодії, навіть якщо це супроводжується агресивною поведінкою та не завжди відчувають емоційну напругу в стосунках.

3. Амбівалентні стосунки виявляють суперечливість у поведінці студентів, які можуть поєднувати незалежність та залежність у своїх

стосунках, що робить їхні взаємодії менш стабільними. Ці студенти здатні до певної двозначності в стосунках, що вказує на нестабільність у їхній поведінці.

4. Конфліктно-агресивні стосунки демонструють, що студенти з низьким рівнем довіри часто вступають у конфлікти та проявляють агресію у своїх стосунках. Вони схильні до високого рівня напруги у взаємодії, де конфлікти та агресія є частими елементами, що можуть бути результатом недовіри та емоційної дистанційованості.

Таким чином, низький рівень довіри серед студентів не завжди веде до конструктивних та гармонійних стосунків. Взаємодія цих студентів може бути багатогранною та складною, включаючи елементи як дистанційованості та конструктивності, так і конфліктної агресії чи амбівалентності.

Висновки до розділу 2

Дослідження проходило в онлайн формі за допомогою гугл форми на якій було розмішене опитування. Всього у досліджені взяли участь 60 студентів I-IV курсів. Вік досліджуваних від 18 до 22 років. Вибірка дослідження була рівномірно поділена на дві групи відповідно до рівня прояву довіри. Перша група, що налічувала 30 осіб (50% учасників), демонструвала високий рівень довіри за результатами методики Розенберга, тоді як друга група також складалася з 30 осіб (50%), низький рівень довіри.

Для дослідження особливості прояву довіри у міжособистісних стосунках студентської молоді нами були проведені наступні психодіагностичні методики: шкала довіри Розенберга, тест міжособистісних стосунків Т. Лірі, методика суб’єктивна оцінка міжособистісних відношень та шкала діалогічності міжособистісних стосунків.

Для виявлення достовірних відмінностей досліджуваних показників між студентами з високим та низьким рівнем довіри був застосований t-критерій Стьюдента. Для виявлення чинників, що впливають на формування довіри у студентських міжособистісних стосунках нами був проведений факторний аналіз.

За результатами тесту міжособистісних стосунків Т. Лірі можемо стверджувати, що рівень довіри має суттєвий вплив на типи міжособистісних стосунків студентів. Студенти з низьким рівнем довіри частіше демонструють владний стиль взаємодії, прагнучи до контролю за ситуацією та іншими людьми, що може бути механізмом захисту від емоційної вразливості. Вони також мають більшу незалежність у стосунках, що пов'язано з їхнім бажанням уникати ризиків, пов'язаних з тісними соціальними зв'язками. Проте, їхня взаємодія може бути суперечливою, оскільки вони одночасно виявляють залежність у певних ситуаціях. Студенти з високим рівнем довіри демонструють більш відкриту та доброзичливу поведінку, що сприяє гармонійним стосункам з оточенням. За показниками таких типів стосунків, як агресивний, недовірливий, покірний, дружній, відповідальний та домінування, достовірних відмінностей між групами не виявлено, що може вказувати на те, що ці аспекти взаємодії обумовлені іншими факторами, не лише рівнем довіри.

За результатами методики «Суб’єктивна оцінка міжособистісних стосунків» виявлено, що рівень довіри має значний вплив на напруженість у взаєминах між студентами. Студенти з низьким рівнем довіри демонструють значно вищий рівень напруженості у міжособистісних стосунках, що свідчить про більшу тривожність та підозрілість у їхній взаємодії з оточенням. Вони можуть відчувати труднощі в установленні емоційної близькості та відкритості, що може спричиняти виникненню соціальних бар’єрів та конфліктів. В той самий час, відчуженість, конфліктність та агресія не виявили достовірних відмінностей між групами з різним рівнем довіри, що може свідчити про вплив інших факторів, таких як особистісні риси або попередній досвід взаємодії, на ці аспекти міжособистісних стосунків. Загалом, результати підтверджують, що низький рівень довіри асоціюється з підвищеною напруженістю у стосунках, а також з труднощами в емоційній відкритості та взаємодії з оточенням.

За результатами методики «Шкала діалогічності міжособистісних стосунків» можемо стверджувати, що між студентами з високим та низьким

рівнем довіри не виявлено достовірних відмінностей за показниками самостійності, конструктивності та діалогічності стосунків. Це можна пояснити тим, що ці показники можуть бути менш залежними від рівня довіри та значною мірою визначатися іншими особистісними характеристиками, такими як темперамент, когнітивний стиль або загальна соціальна адаптованість. Окрім того, студентське середовище має позитивний вплив на розвиток самостійності, конструктивності та діалогічності, оскільки навчальна діяльність та соціальні взаємодії передбачають необхідність вміння вести конструктивний діалог, демонструвати самостійність та ефективно взаємодіяти з іншими. Тому ці якості можуть формуватися і розвиватися незалежно від рівня довіри, зокрема в контексті академічної та соціальної діяльності студентів.

До факторної структури міжособистісних стосунків студентів з високим рівнем довіри увійшли чотири фактори із загальною пояснювальною дисперсією 55,5%. Це свідчить про достатньо комплексний характер міжособистісної взаємодії в цій групі.

Перший фактор «Дистанційовано-конструктивні стосунки» (21,5%) відображає схильність студентів до конструктивної взаємодії за умови збереження певної психологічної дистанції. Такі студенти відкриті до діалогу, уникають домінування, не проявляють надмірної недовіри, проте не прагнуть до надто тісного емоційного контакту.

Другий фактор «Автономно-конфліктні стосунки» (13,8%) вказує на поєднання самостійності та готовності до відкритого обговорення, що може призводити до конфліктів. Студенти демонструють автономність у спілкуванні, не уникають суперечок, але зберігають здатність до конструктивного діалогу.

Третій фактор «Амбівалентні стосунки» (11,1%) — характеризується суперечливими проявами: поєднанням незалежності й залежності, високого рівня відповідальності та уникненням агресивності. Це може свідчити про

гнучкість у міжособистісній поведінці та націленість на гармонійне спілкування.

Четвертий фактор «Підпорядковано-напружені стосунки» (9,1%) демонструє наявність покірності та дружелюбності у взаємодії, що поєднуються з відчуттям напруженості. Це може свідчити про внутрішній дискомфорт або суперечності, що виникають під час спілкування.

До факторної структури міжособистісних стосунків студентів з низьким рівнем довіри

До факторної структури міжособистісних стосунків студентів з низьким рівнем довіри увійшли чотири фактори із загальною пояснювальною дисперсією 53,1%. Це свідчить про певну суперечливість та нестійкість міжособистісної взаємодії в цій групі.

Перший фактор «Дружньо-конструктивні стосунки» (17%) відображає прагнення до конструктивної взаємодії без глибокої емоційної залученості. Такі студенти здатні підтримувати діалог і вирішувати конфлікти самостійно, однак уникають надмірної близькості та довірливості.

Другий фактор «Агресивні стосунки» (14,3%) свідчить про схильність до відстороненої поведінки з елементами агресії. Відсутність напруження при цьому може вказувати на захисний, інструментальний характер такої взаємодії.

Третій фактор «Амбівалентні стосунки» (12%) відображає внутрішню суперечливість між потребою в автономії та залежністю. Така позиція може бути наслідком невизначеності у власному ставленні до інших та нестійкого соціального самосприйняття.

Четвертий фактор «Конфліктно-агресивні стосунки» (9,8%) свідчить про наявність відкритої агресії та високої конфліктності у міжособистісній взаємодії. Для деяких студентів така поведінка може бути формою психологічного захисту в умовах дефіциту довіри.

РОЗДІЛ 3
КОРИГУВАЛЬНИЙ ВПЛИВ НА ДИНАМІКУ ДОВІРИ У МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ СТУДЕНТІВ

3.1. Психокорекційна програма з розвитку довіри та подолання недовіри в міжособистісних стосунках студентів

У сучасному суспільстві міжособистісні стосунки є важливою складовою особистісного розвитку та адаптації молоді до соціального середовища. Студентський період, як етап формування ідентичності та соціальної зрілості, є особливо чутливим до впливу різних соціальних факторів, зокрема міжособистісних взаємодій. Одним із найважливіших компонентів цих взаємодій є рівень довіри між людьми.

Довіра є основою здорових та конструктивних міжособистісних стосунків, вона сприяє ефективній комунікації, співпраці та емоційному комфорту. Однак у студентів часто спостерігаються проблеми з довірою, що може бути спричинене різними факторами: адаптацією до нового соціального середовища, стресами, пов’язаними з навчанням, а також попереднім досвідом взаємодії, який формує недовіру до інших. Низький рівень довіри може призвести до конфліктів, ізоляції, недотримання соціальних норм і зниження психологічного благополуччя.

Подолання недовіри та розвиток довіри є важливим завданням для забезпечення гармонійних міжособистісних стосунків та соціальної адаптації студентів. З огляду на це, формування та впровадження психокорекційних програм, спрямованих на розвиток довіри та подолання недовіри, є надзвичайно актуальним у психологічній практиці.

Метою психокорекційної програми є розвиток довіри та подолання недовіри в міжособистісних стосунках студентів через психокорекційні та тренінгові заходи, спрямовані на формування конструктивних комунікацій, емоційну відкритість та зниження міжособистісної напруженості. Програма має на меті створити умови для розкриття внутрішніх ресурсів студентів, що

сприятимуть їх соціальній адаптації та розвитку ефективних міжособистісних зв'язків.

Завдання психокорекційної програми:

1. Сприяти розвитку відкритих та чесних комунікацій, покращити взаєморозуміння та зменшити бар'єри у спілкуванні.

2. Знизити рівень недовіри до інших студентів через психокорекційні вправи та техніки, що допомагають розпізнати та подолати внутрішні бар'єри.

3. Навчити студентів ефективно виражати свої емоції, слухати інших та надавати підтримку в складних ситуаціях.

4. Сприяти розвитку вмінь керування емоціями та стресом, що допоможе студентам адаптуватися до соціальних змін та підтримувати стабільні стосунки в групі.

5. Сприяти вихованню культури взаємодії, яка сприяє створенню здорового та підтримуючого соціального середовища.

Оптимальна кількість учасників тренінгу від 10 до 12 студентів має кілька переваг, зокрема:

Активна участь усіх учасників. У такій групі кожен учасник може активно залучатися до обговорень, вправ та інших активностей.

Гнучкість у роботі з групою. Група з 10-12 осіб є досить невеликою для того, щоб тренер міг ефективно спостерігати за кожним учасником, враховувати його індивідуальні потреби та проводити корекцію в процесі тренінгу. Це дозволяє знайти підхід до кожного учасника, враховуючи його рівень комунікативних навичок, рівень довіри тощо.

Збереження інтимності та безпеки. У групі такого розміру створюється комфортна та безпечна атмосфера, де учасники можуть вільно ділитися своїми думками та переживаннями. Важливо, щоб кожен відчував себе комфортно та мав можливість висловити свою точку зору без страху бути осудженим.

Ефективна взаємодія. У групі з 10-12 осіб між учасниками легше встановлюється емоційний зв'язок та взаєморозуміння. Це дозволяє більш глибоко зануритись в процес взаємодії, обміну досвідом та розвитку довіри.

Кожен учасник може активно взаємодіяти з іншими, що сприяє розвитку соціальних навичок.

Управління груповою динамікою. Тренер може ефективно управляти груповою динамікою, спостерігаючи за груповими процесами, коригуючи взаємодії, реагуючи на потенційні конфлікти або непорозуміння. Це важливо для підтримки здорової атмосфери та досягнення мети тренінгу.

Баланс між груповою та індивідуальною роботою. Кількість учасників дозволяє проводити як групові обговорення, так і індивідуальні вправи, підтримуючи баланс між колективним досвідом та персональними роздумами.

Таблиця 3.1

Програма тренінгу

Час	Зміст програми	Тривалість
1 день		
10:00 - 10:10	Вступне слово, ознайомлення з цілями та завданнями тренінгу.	10 хвилин
10:10 - 10:25	Групове обговорення: питання довіри в стосунках, обмін досвідом.	15 хвилин
10:25 - 10:45	Лекція: теоретичні аспекти розвитку довіри в міжособистісних стосунках.	20 хвилин
10:45 - 11:05	Рольова гра: моделювання ситуацій, де потрібно демонструвати довіру або працювати з недовірою.	20 хвилин
11:05 - 11:15	Підбивання підсумків першого заняття, рефлексія учасників.	10 хвилин
2 день		
10:00 - 10:10	Огляд результатів першого заняття, аналіз досягнень.	10 хвилин
10:10 - 10:30	Аналіз ситуацій (Кейс-метод): обговорення реальних ситуацій з довірою.	20 хвилин
10:30 - 10:50	Вправи на відкритість та комунікацію: практика відкритого діалогу без критики.	20 хвилин
10:50 - 11:05	Перегляд фільму/документальної стрічки про стосунки з проблемами довіри.	15 хвилин
11:05 - 11:15	Зворотний зв'язок: обмін думками та висновками щодо впливу дій на довіру в групі.	10 хвилин
11:15 - 11:20	Рефлексія та самоаналіз: вправи для самоаналізу, як переконання і поведінка впливають на довіру.	5 хвилин

Тривалість: два заняття по 1 годині 20 хвилин

Тренінгові інструменти.

Групові обговорення: учасники поділяються на невеликі групи для обговорення питань, які стосуються побудови довіри в стосунках. Це можуть бути питання, наприклад, як виникає довіра, чому важливо мати довіру в стосунках та як подолати недовіру. Це дозволяє обмінятися думками та досвідом між учасниками.

Рольові ігри: цей метод дає учасникам можливість змоделювати ситуації, де потрібно демонструвати довіру або працювати з недовірою. Рольові ігри допомагають краще зрозуміти емоційний стан інших людей та реагувати відповідно, що сприяє розвитку емпатії та навичок побудови довіри.

Аналіз ситуацій (Кейс-метод): учасники аналізують конкретні ситуації з реального життя, коли люди стикаються з труднощами в побудові довіри. Обговорюються різні стратегії вирішення проблем та подолання недовіри, що дозволяє розширити розуміння учасниками механізмів довіри.

Лекційний матеріал: проведення лекцій, спрямованих на теоретичне пояснення важливості довіри в міжособистісних стосунках. Під час лекцій учасники отримують інформацію про етапи розвитку довіри, її складові та фактори, які можуть впливати на довірливі стосунки.

Перегляд фільмів або документальних відео: для візуалізації реальних ситуацій розвитку довіри можна показати фільм або документальну стрічку, що ілюструє стосунки, де питання довіри є центральним. Це допомагає учасникам побачити різні аспекти взаємодії в контексті довіри та недовіри.

Вправи на відкритість та комунікацію: під час таких вправ учасники практикують відкритий діалог, вчаться слухати один одного без критики та осуду, що сприяє формуванню атмосфери довіри та взаємопідтримки в групі.

Зворотний зв'язок у групі: Учасники обмінюються зворотним зв'язком щодо своїх стосунків, фокусуючись на тому, як їхні дії чи слова впливають на довіру в групі. Це допомагає виявити слабкі місця та працювати над їх покращенням.

Рефлексія та самоаналіз: учасники виконують вправи на самоаналіз, де вони розмірковують, як їхні власні переконання та поведінка впливають на

рівень довіри в стосунках. Це допомагає виявити особисті бар'єри та працювати над їх подоланням.

Такий підхід дозволяє використовувати різноманітні методи для досягнення мети тренінгу та дає учасникам можливість більш глибоко дослідити питання довіри в міжособистісних стосунках.

Програма першого дня тренінгу.

Вступне слово тренера.

Мета: визначити значущість довіри в міжособистісних стосунках та ознайомити учасників з цілями та завданнями тренінгу. Створити атмосферу відкритості, налаштувати студентів на активну участь та саморозвиток у сфері міжособистісних стосунків.

Час проведення: 10 хвилин.

Зміст: Шановні учасники, радий вас вітати на тренінгу з розвитку довіри в міжособистісних стосунках. У нашому повсякденному житті довіра відіграє важливу роль: вона є основою для здорових, продуктивних та взаємовигідних стосунків. Проте, у сучасному світі багато хто стикається з недовірою, яка може заважати розвитку стосунків, породжуючи конфлікти, непорозуміння та емоційну дистанцію. Ми будемо працювати над тим, щоб допомогти вам зрозуміти, як формуються стосунки довіри, які чинники її підтримують і, найголовніше, як подолати недовіру. Це допоможе не лише в особистих взаємодіях, але й у професійному середовищі. Бажаю вам позитивного настрою, відкритості до нового досвіду та плідної роботи на тренінгу!

Групове обговорення: питання довіри в стосунках, обмін досвідом.

Мета: створити сприятливу атмосферу для відкритого обміну думками та досвідом учасників з питань довіри та недовіри в стосунках.

Час проведення: 15 хвилин.

Зміст вправи: Тренер пропонує учасникам обговорити свої особисті переживання з теми довіри. Для цього учасники працюють у малих групах, де кожен може поділитися своїми думками щодо того, що таке довіра для нього, як вона проявляється в стосунках та які труднощі виникають у процесі

встановлення довіри. Після цього групи обирають по одному представнику, який підсумовує загальні думки та ділиться ними з усіма учасниками.

Ця вправа дозволяє учасникам відчути підтримку один одного, а також допомагає зрозуміти різноманітність досвіду та підходів до довіри.

Лекція: «Теоретичні аспекти розвитку довіри в міжособистісних стосунках»

Мета: ознайомити учасників з теоретичними основами розвитку довіри, її роллю в стосунках, а також факторами, які впливають на її зміцнення чи порушення.

Час проведення: 20 хвилин.

Зміст:

- Тренер презентує основні теоретичні концепції довіри, зокрема:
- Що таке довіра та чому вона важлива в стосунках.
- Як будуються механізми довіри між людьми.
- Основні фактори, що сприяють довірі, а також чинники, які можуть її підривати (непорозуміння, зрада, недовіра тощо).
- Важливість саморефлексії та відкритості в розвитку довіри.

Рольова гра: моделювання ситуацій, де потрібно демонструвати довіру або працювати з недовірою.

Мета: розвинути практичні навички виявлення довіри в міжособистісних ситуаціях, а також навчити працювати з ситуаціями, де є недовіра.

Час проведення: 20 хвилин.

Підготовка до вправи:

1. Розподіл на групи: учасники поділяються на малі групи по 3-4 особи. Кожна група отримує окремий сценарій для розігрування. Важливо, щоб у кожній групі були учасники з різними поглядами чи досвідом для стимулювання різноманітних підходів до вирішення ситуації.

2. Розподіл ролей: кожному учаснику групи дається роль для виконання в рамках сценарію. Ролі можуть бути різними в залежності від ситуації:

людина, що має подолати недовіру (наприклад, колега, якому не довіряють в команді); людина, яка має проявити довіру до іншої (наприклад, керівник, який має делегувати важливу задачу); спостерігач (який може звертати увагу на ефективність комунікації та наявність довіри або недовіри в процесі вирішення ситуації).

Зразкові сценарії для рольової гри:

Сценарій 1: Командна робота. У команді студентів виникає необхідність виконати складне завдання в короткий термін. Один з учасників (роль: «новачок») не має досвіду роботи в такій команді, але йому довіряють виконати важливу частину роботи. Інші учасники повинні вирішити, чи можуть вони йому довіряти, враховуючи його досвід та те, що він новенький.

Завдання: учасникам потрібно обговорити, як вони можуть підтримати довіру між собою, делегувати важливі завдання та як надати «новачкові» достатньо підтримки для успішного виконання його частини роботи.

Сценарій 2: Конфлікт через непорозуміння. В групі студентів виникає конфлікт через непорозуміння. Один з учасників порушив терміни виконання завдання, і інші не можуть йому довіряти. Учасник намагається пояснити, що проблема виникла через об'єктивні причини, але інші члени групи продовжують сумніватися.

Завдання: група повинна вирішити, як вони можуть відновити довіру до цього учасника, і чи є можливість для відновлення спільної роботи.

Процес виконання ролей.

Розігрування ситуацій: групи починають розігрувати свої ролі відповідно до обраного сценарію. Тренер спостерігає за процесом та може додавати нові деталі для ускладнення ситуації, якщо потрібно.

Обговорення результатів: після того, як кожна група завершить виконання ролі, учасники мають обговорити, як вони діяли, які стратегії були використані для виявлення довіри або подолання недовіри, а також що вони відчували під час виконання своїх ролей. Кожен має висловити своє бачення того, чи були успішними їхні дії й чому.

Підбивання підсумків першого заняття, рефлексія учасників.

Мета: підсумувати роботу першого заняття, дати учасникам можливість висловити свої враження та дізнатися їхні погляди на важливість довіри.

Час проведення: 10 хвилин.

Зміст: Тренер запрошує учасників поділитися своїми враженнями від заняття, відзначити важливі моменти, які запам'яталися, а також висловити свої думки щодо майбутньої роботи в рамках тренінгу. Це дає можливість учасникам переосмислити отриману інформацію та підготовитись до подальшої роботи.

Програма другого дня тренінгу.

Огляд результатів першого заняття, аналіз досягнень.

Мета: підсумувати результати першого дня тренінгу, оцінити досягнення учасників, визначити сильні сторони та області, де є можливості для вдосконалення.

Час проведення: 10 хвилин

Зміст: Тренер починає другу частину тренінгу з короткого огляду результатів першого дня. Учасники мають можливість поділитися враженнями від виконаних вправ та рольових ігор, обговорити, що саме їм вдалося засвоїти, а де ще є сумніви чи труднощі. Тренер звертає увагу на найбільш важливі моменти, що були засвоєні, і підсумовує основні висновки з попереднього заняття. Це допомагає активізувати учасників до подальшої роботи та налаштувати їх на нові вправи.

Аналіз ситуацій (Кейс-метод): обговорення реальних ситуацій з довірою.

Мета: поглибити розуміння механізмів довіри через обговорення реальних кейсів, сприяти розвитку аналітичних навичок у контексті міжособистісних стосунків.

Час проведення: 20 хвилин

Зміст: Тренер пропонує учасникам реальні ситуації з довірою, з якими вони можуть стикатися в особистому або професійному житті. Кожна група

отримує один кейс для детального аналізу. Учасники повинні обговорити, як побудувати довіру в описаній ситуації, що заважає її встановленню та як подолати недовіру. Після цього кожна група представляє свої висновки, обґрунтовуючи свої стратегії, а тренер надає коригування та коментарі.

Приклад кейсів:

- Колега не виконує своїх обіцянок, що призводить до втрати довіри з боку інших членів команди. Як відновити довіру та запобігти подібним ситуаціям у майбутньому?

- Партнер у стосунках порушує свої обіцянки, і це призводить до сумнівів у стабільності стосунків. Як відновити довіру та чи можливо це?

Вправи на відкритість та комунікацію: практика відкритого діалогу без критики

Мета: розвивати навички відкритого діалогу, навчити учасників висловлювати свої думки та почуття без засудження та критики.

Час проведення: 20 хвилин.

Зміст: Учасники практикують відкриту комунікацію за допомогою вправ, спрямованих на розвиток емпатії та здатності до чесного вираження своїх почуттів без критики. Один з учасників розповідає про ситуацію, де він відчував недовіру, і його партнер або група має слухати без коментарів, лише повторюючи те, що вони чули, використовуючи техніку активного слухання. Потім учасники обговорюють, як вони себе почували під час відкритого діалогу, і які моменти комунікації найбільше допомогли зберегти довіру в процесі.

Приклад вправи:

- «Я відчуваю…» — учасники починають висловлювати свої почуття, використовуючи фразу «Я відчуваю…», а не звинувачуючи співрозмовника («Ти завжди…»).

- Вправи на активне слухання, коли один учасник описує проблему, а інший має повторити все, що він почув, без додаткових оцінок чи зауважень.

Перегляд документальної стрічки про стосунки з проблемами довіри

Мета: Дати учасникам змогу побачити реальні ситуації, де довіра є ключовим елементом, та проаналізувати їх через призму отриманих знань.

Час проведення: 15 хвилин

Зміст: Учасники переглядають уривок фільму або документальної стрічки, яка демонструє стосунки, де довіра або недовіра є центральним аспектом. Наприклад, це може бути сцена з фільму, де показано конфлікт між партнерами або між членами команди, які через недовіру не можуть досягти порозуміння. Після перегляду тренер організовує обговорення: учасники аналізують, що саме сприяло розвитку або руйнуванню довіри в ситуації, та обговорюють, як вони б діяли в подібних умовах.

Приклад: фільм «The Pursuit of Happyness» (2006), де головний герой стикається з труднощами у стосунках та довіри.

Зворотний зв'язок: обмін думками та висновками щодо впливу дій на довіру в групі

Мета: підсумувати уроки, отримані під час обговорень та практичних вправ, а також оцінити, як змінилися погляди учасників на довіру.

Час проведення: 10 хвилин

Зміст: Учасники обмінюються думками щодо того, як змінилися їхні погляди на важливість довіри після перегляду фільму та виконаних вправ. Тренер підсумовує отримані висновки та дає рекомендації для подальшої роботи з темою довіри. Кожен учасник може поділитися, що він взяв для себе з цієї частини тренінгу.

Рефлексія та самоаналіз: вправи для самоаналізу, як переконання і поведінка впливають на довіру

Мета: Спонукати учасників до самоаналізу власних переконань, поведінки та розуміння того, як ці фактори можуть впливати на довіру в міжособистісних стосунках.

Час проведення: 5 хвилин

Зміст: Учасники заповнюють коротку анкету або ведуть запис в особистому щоденнику, аналізуючи, як їхні переконання (наприклад, щодо людської поведінки) можуть сприяти або заважати розвитку довіри в стосунках. Це дає змогу кожному учаснику рефлексувати над тим, що саме йому заважає відкриватися та довіряти іншим.

Протягом тренінгу учасники:

- Ознайомилися з теоретичними основами довіри та її впливу на міжособистісні стосунки.
- Відпрацювали навички розпізнавання, побудови та відновлення довіри в різних життєвих та професійних ситуаціях.
- Дослідили бар'єри, що заважають довірі, та ефективні стратегії їх подолання.
- Попрактикували відкриту комунікацію, активне слухання та конструктивний зворотний зв'язок.
- Отримали практичні рекомендації щодо впровадження довірчих взаємин у своєму житті та роботі.

Тренінг допоміг учасникам усвідомити важливість довіри у взаємодії, зрозуміти способи її формування та навчитися керувати ситуаціями, де виникає недовіра.

3.2. Аналіз ефективності психокорекційної програми

Після проведення розробленої нами корекційної програми, ми провели повторне тестування за тими самими методиками (тест міжособистісних стосунків Т. Лірі, методика суб'єктивна оцінка міжособистісних відношень та

шкала діалогічності міжособистісних стосунків). На основі результатів першого та другого зрізу ми провели порівняльний аналіз за t критерієм Стьюдента, що дозволило нам зробити висновок про ефективність розробленої нами корекційної програми. Першою представимо результати тестування за тестом міжособистісних стосунків Т. Лірі студентів з високим рівнем довіри (див. табл. 3.2.).

Таблиця 3.2

Достовірні відмінності типів стосунків з оточуючими студентів з високим рівнем довіри до та після проведення корекційної програми

Типи стосунків з оточуючими	Студенти з високим рівнем довіри (до проведення)		Студенти з високим рівнем довіри (після проведення)		t	p
	Середні значення	Стандартне відхилення	Середні значення	Стандартне відхилення		
Владний	7,10	4,20	5,80	2,70	1,50	0,01
Незалежний	7,40	3,60	5,80	3,40	1,70	0,01
Агресивний	7,90	3,90	6,80	3,50	1,10	0,01
Недовірливий	6,70	4,00	6,90	3,10	0,20	0,01
Покірний	6,70	3,90	6,30	3,60	0,40	0,01
Залежний	6,70	4,30	6,70	2,40	0,10	0,01
Дружній	7,60	4,30	5,80	3,20	1,80	0,01
Відповідальний	8,10	4,00	5,40	3,10	**2,90**	**0,01**
Домінування	1,90	7,50	2,10	5,70	1,80	0,01
Доброзичливість	5,29	7,80	1,50	6,90	1,70	0,01

Аналізуючи результати тестування до та після проведення тестування, представлені у табл. 3.2, бачимо, що були виявлені достовірні відмінності за показником відповідальний тип (t=2.9 при p=0,01). Тобто можемо стверджувати, що участь у тренінгу сприяла зниженню вираженості відповідального типу стосунків, що може свідчити про зменшення потреби студентів контролювати міжособистісні взаємодії або брати на себе надмірну відповідальність.

За показниками владний тип стосунків з оточуючими, незалежний, агресивний, недовірливий, покірний, залежний, дружній, домінування та доброзичливість достовірних відмінностей не виявлено. На нашу думку, це можна пояснити тим, що короткотривала участь у тренінгу не була достатньою для глибокої трансформації сталих особистісних установок та моделей поведінки у міжособистісних стосунках. Такі характеристики, як агресивність,

недовірливість чи покірність, зазвичай формуються в процесі тривалої соціалізації та закріплюються внаслідок життєвого досвіду. Вони є більш стійкими та менш піддатливими до змін унаслідок короткотермінових психологічних впливів.

Далі представимо результати порівняльного аналізу до та після проведення за методикою суб'єктивна оцінка міжособистісних відношень студентів з високим рівнем довіри (див. табл. 3.3.).

Таблиця 3.3

Достовірні відмінності дисгармонії у міжособистісних стосунках студентів з високим рівнем довіри до та після проведення корекційної програми

Типи стосунків з оточуючими	Студенти з високим рівнем довіри (до проведення)		Студенти з високим рівнем довіри (після проведення)		t	p
	Середні значення	Стандартне відхилення	Середні значення	Стандартне відхилення		
Напруженість стосунків	42,17	15,60	24,20	10,20	**5,30**	**0,001**
Відчуженість у стосунках	42,53	14,30	28,60	11,20	**4,20**	**0,01**
Конфліктність у стосунках	33,20	33,20	25,30	10,30	**3,00**	**0,01**
Агресія у стосунках	36,73	36,70	25,60	4,50	**4,50**	**0,001**

Результати порівняльного аналізу студентів із високим рівнем довіри до та після проходження корекційної програми показують значне покращення міжособистісних стосунків:

Напруженість у стосунках знизилася ($t = 5,3$ при $p = 0,001$), що свідчить про зменшення емоційного дискомфорту та напруги у спілкуванні.

Відчуженість у стосунках значно зменшилася ($t = 4,2$; $p = 0,01$), що вказує на покращення соціальної взаємодії та зниження дистанції між студентами.

Конфліктність у стосунках також зменшилася (t = 3,0; p = 0,01), що демонструє кращі навички розв’язання суперечок та підвищену здатність до компромісу.

Агресія у стосунках значно зменшилася (t = 4,5; p = 0,001), що вказує на зниження рівня ворожості та імпульсивної поведінки.

Останньою для групи студентів з високим рівнем довіри представимо порівняльний аналіз до та після проведення корекційної програми за методикою шкала діалогічності міжособистісних стосунків (див. таблицю 3.4.).

Таблиця 3.4.

Достовірні відмінності діалогічності міжособистісних стосунків студентів з високим рівнем довіри до та після проведення корекційної програми

Типи стосунків з оточуючими	Студенти з високим рівнем довіри (до проведення)		Студенти з високим рівнем довіри (після проведення)		t	p
	Середні значення	Стандартне відхилення	Середні значення	Стандартне відхилення		
Самостійність	41,70	7,20	45,70	6,40	**2,10**	**0,05**
Конструктивність	41,70	7,60	46,50	7,10	**2,50**	**0,05**
Діалогічність стосунків	83,40	10,60	92,20	8,80	**3,20**	**0,01**

Аналізуючи результати тестування до та після проведення корекційної програми, можна зробити висновки про позитивну динаміку розвитку міжособистісних стосунків у студентів із високим рівнем довіри.

Самостійність зросла (t = 2,1 при p = 0,05), що свідчить про розвиток у студентів більшої автономності у стосунках та здатності приймати рішення без надмірної залежності від інших.

Конструктивність також покращилася (t = 2,5 при p = 0,05), що вказує на підвищену ефективність у побудові гармонійних стосунків та конструктивне вирішення проблемних ситуацій.

Діалогічність стосунків значно зросла (t = 3,2 при p = 0,01), що є свідченням того, що після проходження корекційної програми студенти почали краще взаємодіяти, відкрито висловлювати думки та активно слухати співрозмовників.

Представимо порівняльний аналіз результатів до та після проведення корекційної програми студентів з низьким типом довіри. Першою представимо результати за методикою

Таблиця 3.5

Достовірні відмінності типів стосунків з оточуючими студентів з низьким рівнем довіри до та після проведення корекційної програми

Типи стосунків з оточуючими	Студенти з низьким рівнем довіри (до проведення)		Студенти з низьким рівнем довіри (після проведення)		t	p
	Середні значення	Стандартне відхилення	Середні значення	Стандартне відхилення		
Владний	11,60	2,80	7,20	4,10	**4,90**	**0,01**
Незалежний	11,10	2,80	7,20	4,10	**4,40**	**0,01**
Агресивний	7,10	3,90	7,80	4,10	0,70	0,01
Недовірливий	6,30	3,60	6,90	3,70	0,60	0,01
Покірний	6,80	3,50	7,20	3,80	0,40	0,01
Залежний	10,90	3,00	6,70	4,00	**4,70**	**0,01**
Дружній	6,60	3,40	6,30	3,80	0,40	0,01
Відповідальний	6,70	3,80	7,20	3,00	0,50	0,01
Домінування	5,30	5,80	0,60	8,20	**2,60**	**0,05**
Доброзичливість	0,30	7,20	1,70	7,70	0,70	0,01

Аналізуючи зміни в міжособистісних стосунків студентів із низьким рівнем довіри після проходження корекційної програми, можна зробити наступні висновки:

Значне зниження владного стилю міжособистісної взаємодії (t = 4,9 при p = 0,001) та незалежного стилю (t = 4,4 при p = 0,01) свідчить про зменшення прагнення домінувати та самостійно розв’язувати всі питання без залучення

інших. Це може означати підвищену здатність до співпраці та врахування думок інших.

Зниження залежного типу стосунків ($t = 4,7$ при $p = 0,01$) вказує на підвищення самостійності студентів, які раніше могли надмірно покладатися на інших у прийнятті рішень.

Водночас агресивність, недовірливість, покірність та дружність не зазнали статистично значущих змін ($p > 0,05$), що може свідчити про потребу додаткової роботи над цими аспектами.

Відповідальність дещо підвищилася, але зміни не є статистично значущими.

Незначне зниження показника доброзичливості ($t = 0,7$, $p > 0,05$) є статистично недостовірним, тому не дає підстав для висновків про суттєві зміни у здатності до позитивної взаємодії чи відкритості до інших. Такий результат може свідчити про стабільність цього типу міжособистісних стосунків незалежно від проведеного впливу.

Наступними представимо результати порівняльного аналізу до та після проведення за методикою «Суб’єктивна оцінка міжособистісних відношень» студентів з низьким рівнем довіри (див. табл. 3.6.).

Аналізуючи зміни в міжособистісних стосунках студентів із низьким рівнем довіри, спостерігається значне зниження напруженості у взаємодії після проходження корекційної програми ($t = 7,9$ при $p = 0,001$). Це свідчить про те, що учасники стали менш конфліктними, навчились краще виражати свої думки та почуття, а також ефективніше взаємодіяти з оточуючими. Зменшення напруженості у стосунках може бути наслідком покращеної комунікації, розвитку навичок довірливого спілкування та усвідомлення особистих бар'єрів у побудові довіри.

Таблиця 3.6.

Достовірні відмінності дисгармонії у міжособистісних стосунках студентів з низьким рівнем довіри до та після проведення корекційної програми

Типи стосунків з оточуючими	Студенти з низьким рівнем довіри (до проведення)		Студенти з низьким рівнем довіри (після проведення)		t	p
	Середні значення	Стандартне відхилення	Середні значення	Стандартне відхилення		
Напруженість стосунків	51,30	13,94	27,70	9,34	**7,90**	**0,001**
Відчуженість у стосунках	50,10	14,67	28,80	12,19	**6,00**	**0,001**
Конфліктність у стосунках	35,10	12,93	27,30	11,62	**2,50**	**0,05**
Агресія у стосунках	38,50	10,23	26,60	10,94	**4,20**	**0,01**

Відчуженість у стосунках знизилася (t = 6,0 при p = 0,001), що означає покращення соціальної взаємодії та зменшення почуття ізольованості серед студентів.

Конфліктність у стосунках також зменшилася (t = 2,5 при p = 0,05), що свідчить про кращі навички розв’язання суперечок та ефективнішого управління міжособистісними напруженнями.

Агресія у стосунках значно зменшилася (t = 4,2 при p = 0,01), що може свідчити про зниження рівня ворожості та імпульсивності у поведінці студентів.

Останніми представимо результати порівняльного аналізу до та після проведення корекційної програми за методикою шкала діалогічності міжособистісних стосунків (див. таблицю 3.7).

Таблиця 3.7

Достовірні відмінності діалогічності міжособистісних стосунків студентів з низьким рівнем довіри до та після проведення корекційної програми

Типи стосунків з оточуючими	Студенти з низьким рівнем довіри (до проведення)		Студенти з низьким рівнем довіри (після проведення)		t	p
	Середні значення	Стандартне відхилення	Середні значення	Стандартне відхилення		
Самостійність	38,80	5,60	45,20	7,80	**3,50**	**0,01**
Конструктивність	41,00	5,40	45,30	6,70	**2,60**	**0,05**
Діалогічність стосунків	79,80	8,30	90,50	11,00	**4,00**	**0,01**

Результати порівняльного аналізу студентів із низьким рівнем довіри до та після проходження корекційної програми демонструють позитивні зміни в міжособистісних стосунків:

Самостійність зросла ($t = 3,5$ при $p = 0,01$), що свідчить про підвищену здатність студентів приймати рішення та діяти незалежно від зовнішнього впливу.

Конструктивність стосунків покращилася ($t = 2,6$ при $p = 0,05$), що вказує на збільшення здатності будувати здорові й продуктивні взаємодії.

Діалогічність у стосунках суттєво зросла ($t = 4,0$ при $p = 0,01$), що означає кращу здатність до ефективної комунікації, відкритість до обговорень та порозуміння.

Отже, корекційна програма сприяла значним позитивним змінам у міжособистісних взаєминах студентів з низьким рівнем довіри, підвищуючи їхню самостійність, конструктивність та відкритість до діалогу.

Висновки до розділу 3

Розвиток довіри у міжособистісних стосунках є важливим чинником соціальної адаптації та особистісного становлення студентської молоді.

Враховуючи численні труднощі, з якими стикаються студенти під час навчання (нове соціальне середовище, високий рівень стресу, емоційна нестабільність), необхідність формування довірливих стосунків набуває особливої актуальності.

Розроблена психокорекційна програма мала на меті сприяти розвитку довіри через створення безпечного простору для емоційного самовираження, відкритого діалогу, рефлексії та формування навичок конструктивної комунікації. Використання різноманітних психотехнік (від рольових ігор і групових обговорень до кейс-аналізу, вправ на відкритість та самоаналіз) забезпечує комплексний підхід до подолання недовіри.

Оптимальна кількість учасників та структурована організація тренінгових занять дозволяє створити сприятливу атмосферу для формування довірливих стосунків, зміцненню соціальних зв’язків та покращенню психологічного клімату в студентському середовищі. Такий тренінг може бути ефективним інструментом у практиці психологічної підтримки студентської молоді та профілактики соціальної ізоляції, конфліктності й емоційного виснаження.

Аналіз ефективності розробленої нами корекційної програми засвідчив її дієвість та психологічну результативність. Застосування програми сприяло суттєвим позитивним зрушенням у сфері міжособистісних взаємин студентів із низьким рівнем довіри. Зокрема, було відзначено підвищення рівня їхньої самостійності, зростання конструктивності у взаємодії та більшої відкритості до діалогу. Отже, корекційна програма не лише активізувала внутрішній ресурс учасників, а й стала дієвим інструментом формування здоровішого соціально-психологічного клімату.

ВИСНОВКИ

1. Довіра є ключовим психологічним механізмом, що формує основу здорових міжособистісних стосунків. Особливої ваги вона набуває в період студентської соціалізації — часу активного емоційного дозрівання, становлення особистості та інтеграції у нове соціальне середовище. Її формування залежить від комплексу взаємопов’язаних чинників: емоційної зрілості, соціокультурного контексту, ціннісних орієнтацій, а також рівня підтримки з боку університетського середовища. Саме поєднання особистісного потенціалу студентів зі сприятливими соціальними умовами забезпечує розвиток довірчих стосунків. Високий рівень довіри сприяє емоційному комфорту, успішній адаптації, якості міжособистісного спілкування та загальному психологічному благополуччю молоді. Таким чином, довіра виступає фундаментальною умовою повноцінної соціальної взаємодії студентів.

2. Вибірка дослідження була рівномірно розподілена на дві групи залежно від рівня прояву довіри. До першої групи увійшли 30 студентів (50% загальної вибірки), які за результатами методики Розенберга продемонстрували високий рівень довіри у міжособистісних стосунках. Другу групу також склали 30 студентів (50%), але з низьким рівнем довіри. Такий підхід до формування вибірки забезпечує можливість об’єктивного порівняння психологічних особливостей кожної з груп та дозволяє виявити чинники, що сприяють або перешкоджають формуванню довірчих стосунків у студентському середовищі. Учасники з середнім рівнем довіри були виключені з подальшого аналізу.

Рівень довіри суттєво впливає на характер міжособистісної взаємодії студентів. Студенти з низьким рівнем довіри частіше демонструють владний, незалежний та водночас залежний стиль спілкування, що може свідчити про внутрішню конфліктність та потребу в контролі. Натомість студенти з високим рівнем довіри більш доброзичливі та відкриті у стосунках. Водночас за окремими типами взаємодії достовірних відмінностей не виявлено, що

свідчить про складність впливу довіри та необхідність урахування додаткових психосоціальних чинників.

Студенти з низьким рівнем довіри демонструють вищу напруженість у міжособистісних стосунках, що свідчить про зв'язок недовіри з емоційною напругою, тривожністю та труднощами у встановленні відкритого спілкування. Водночас за показниками відчуженість, конфліктність та агресія не виявлено достовірних відмінностей між студентами з різним рівнем довіри, що може свідчити про вплив інших психологічних або ситуаційних чинників на ці аспекти взаємодії.

За показниками самостійності, конструктивності та діалогічності між студентами з різним рівнем довіри достовірних відмінностей не виявлено. Тобто, можемо припустити, що ці якості менш залежні від рівня довіри та визначаються іншими особистісними характеристиками, а також впливом студентського середовища, яке стимулює розвиток конструктивної взаємодії та самостійності.

3. Чинники, що впливають на формування довіри у студентських міжособистісних стосунків студентів з високим рівнем довіри включають: дистанційовано-конструктивні стосунки – студенти з високим рівнем довіри демонструють конструктивну взаємодію, зберігаючи певну дистанцію у стосунках; автономно-конфліктні стосунки – вони проявляють самостійність та здатність до діалогу, що може призводити до конфліктів, але при цьому зберігають відкритість; амбівалентні стосунки – суперечливі риси взаємодії: незалежність та певна залежність у стосунках, що сприяє гармонійному спілкуванню; підпорядковано-напружені стосунки – схильність до покірності та дружелюбності, але з певною напруженістю у стосунках, що може свідчити про внутрішні суперечності.

Чинники, що впливають на формування довіри у студентських міжособистісних стосунках студентів з низьким рівнем довіри, включають: дружньо-конструктивні стосунки – студенти схильні до самостійності, конструктивної взаємодії та діалогічності, але утримуються від емоційної

відкритості та близькості у стосунках; агресивні стосунки – студенти можуть демонструвати відчуженість та агресію, проте ці тенденції не завжди супроводжуються емоційною напруженістю, зберігаючи певну дистанцію; амбівалентні стосунки – студенти проявляють суперечливі риси, поєднуючи незалежність та залежність, що створює нестабільність у стосунках; конфліктно-агресивні стосунки – студенти схильні до агресії та конфліктів у взаємодії, що свідчить про високий рівень напруги у стосунках, викликаний недовірою та емоційною дистанційованістю.

4. Розвиток довіри в міжособистісних стосунках студентів є ключовим фактором їх соціальної адаптації та особистісного розвитку. Реалізація психокорекційної програми сприяла створенню безпечного простору для емоційного самовираження та відкритого діалогу, що позитивно вплинуло на підвищення рівня самостійності, конструктивності та відкритості до спілкування серед студентів з низьким рівнем довіри. Це підтверджує ефективність програми у покращенні психологічного клімату студентського середовища та зниженні соціальної ізоляції й емоційного виснаження.

Подальша перспектива дослідження полягає у поглибленому вивченні впливу різних психосоціальних чинників на розвиток довіри в студентському середовищі, зокрема: соціокультурних, емоційних та індивідуальних особливостей, які можуть посилювати чи гальмувати формування здорових міжособистісних стосунків. Важливо також продовжити вивчення ефективності різних психокорекційних програм, спрямованих на розвиток довіри, з фокусом на інтеграцію нових методик та інструментів, таких як онлайн-техніки або мультимедійні вправи. Окремим напрямком є дослідження довіри в міжкультурних групах студентів, що дозволить виявити універсальні та культурно специфічні аспекти взаємодії.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Амплєєва О.М., Юрчук Д.О. Особливості міжособистісних взаємовідносин у студентському колективі після навчання в дистанційних умовах. *Могилянські читання – 2021: досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні: глобальний, національний та регіональний аспекти:* праці XXIV всеукр. наук.-метод. конф. (Миколаїв, 8-12 листопада 2021 р.). Миколаїв, 2021. С. 3-5.

2. Андрущенко Г. І. Міждисциплінарний характер поняття довіри. *Вісник Львівського університету. Серія: Соціологічна*. 2013. №7. С. 69-76.

3. Андрущенко Г. І. Соціологічний характер вивчення довіри на міжособистісному рівні соціальності. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2016. № 71. С. 6-14.

4. Анпілова Д. В. Психологічне значення довіри для самоактуалізації особистості в період ранньої дорослості. *Проблема сучасної психології*. 2016. № 33. С. 34-46.

5. Василець Н. М. Довіра як підґрунтя толерантності у психологопедагогічній взаємодії. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Серія психологічна. 2012. № 1. С.114-121.

6. Вільямс М., Пенман Д. Усвідомленість. Як знайти гармонію в нашому шаленому світі. Харків: *Monolith Bizz*, 2021. 256 с.

7. Ворожбит С.А. Методично-теоретичний підхід до аналізу та розробки концептуальних задач робочої програми емпіричного дослідження почуття довіри як чинника соціально-психологічної адаптації студентів. Проблеми сучасної психології. 2010. № 7. С.127-139.

8. Гоббс Т. Левіафан, або Суть, будова і повноваження держави церковної та цивільної Київ: Дух і літера, 2000. 606 с

9. Гоч Р. Чинники довіри: концептуалізації та гіпотези. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2013. №3. С.45-72.

10. Губа Н. О. Міжособистісна довіра: сутність, види та функції. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія*. 2024. № 1. С. 33 – 37.

11. Єрмакова Н. О. Проблема довіри до себе у психоаналітичних концепціях розвитку особистості. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна.* Серія: Психологія. 2021. №937. С.82-85.

12. Засекіна Л. В. Основи психології та міжособове спілкування : навч. посіб. Київ: ВСВ «Медицина», 2020. 216 с.

13. Іванова В. О. Психологічний клімат навчального середовища: роль викладача. *Вісник психології і соціальної педагогіки*. 2020. № 3. С. 45-56.

14. Каргіна Н. В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний аспект. *Наука і освіта*: наук.-практ. журнал. 2015. № 3. С. 48–55.

15. Коваленко О. Г. Атракція як феномен міжособистісного спілкування. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. №2. С.44-48.

16. Кожем'якіна О. М. Довіра як ціннісна основа соціальної взаємодії: монографія. Черкаси: ФОП Гордієнко Є. І., 2019. 424 с.

17. Кравців В. В. Тавровецька Н. І. Теоретична модель розвитку міжособистісної довіри. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія: Психологічні науки. 2024. №1. С.10-17.

18. Кравченко В. М. Соціальна довіра як фактор інтеграції суспільства. *Соціологія: теорія, методи, маркетингові дослідження*. 2021. № 2. С. 58-66.

19. Крива Н. Проблема довіри в сучасній психології. *Теорія і практика сучасної психології*. Зб. наукових пр. Запоріжжя. 2020. №5. С. 128-132.

20. Крижанівська Ю. В., Свідерська О. І. Теоретико-методологічний аналіз психологічного підходу до феномену довіри. *Вісник Національного університету оборони України*. 2021. № 58(5). С.107-112.

21. Кряж І. В., Левенець Н. В. Довіра й емоційний інтелект як предиктори суб'єктивного благополуччя у студентів. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна*. Серія: Психологія. 2020. № 64. С. 26-32.

22. Купрейченко А. Б. Концептуальні основи дослідження феноменів довіри і недовіри. *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. № 5. С.1– 9

23. Лашко О. В. Психологічні чинники розвитку довіри до викладача у студентів технічного університету: дис. … канд.психол.наук: 19.00.07. Київ, 2021. 291 с.

24. Лисенко Д. П. Довіра в предметному полі психологічних досліджень. *Проблеми сучасної психології*. 2020. № 40. С. 196-208.

25. Лисенко Д. П. Психологічні особливості формування довіри в міжособистісних відносинах. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 4. С. 135 – 139.

26. Луман Н. Реальність мас-медіа. Київ: *ЦВП*, 2010. 158 с. URL: https://www.aup.com.ua/uploads/luman_web.pdf

27. Мачикова М. Ретроспективний аналіз дослідження феномену довіри психологічної наукою. *Психолінгвістика*. 2016. № 20 (1). С. 162–173.

28. Ніколаєнко В. Л. Соціологія культури: словник-довідник. Київ : КНУ імені Тараса Шевченка, 2021. 577 с.

29. Подольська Т. А. Теоретичні підходи до розгляду проблеми довіри в контексті різних психокорекційних та психотерапевтичних практик. *Практична психологія та соціальна робота*. 2015. № 3. С. 15-18.

30. Райс Ф. Психологія підліткового та юнацького віку. Харків: Право, 2000. 656 с.

31. Руссо Ж.-Ж. Сповідь. Київ: Основи, 2004. 634 с.

32. Савченко О. В., Петренко В. В., Тімакова А. В. Методика оцінки довіри-недовіри особистості: валідизація та стандартизація. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Психологія. 2022. № 5. С. 16–22.

33. Саранчук Д. В. Психологічна роль довіри в розвитку особистості. Актуальні проблеми безпеки життєдіяльності людини в сучасному суспільстві: матеріали Всеукраїнської науково-теоретичної інтернет-

конференції, 24 листопада 2021 р., м. Миколаїв. Миколаїв: МНАУ, 2021. С. 388–392.

34. Стеценко Т. О. Довіра як соціальний ресурс: концептуальні підходи та практичне управління. Грані: науково-теоретичний альманах. Дніпро, 2020. № 7. С. 44-52.

35. Чайка Г. В. Довіра як ключовий компонент психічного здоров'я. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія Психологія*. 2022. №1. С. 31 – 36.

36. Шевченко С. В. Сучасні уявлення про феномен довіри до себе. *Вісник післядипломної освіти*. 2015. №15. С. 264-275.

37. Штуца О. В. Довіра як аспект соціально-психологічного благополуччя особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Сер.: Психологічні науки. 2013. №1. С. 71-73.

38. Яворський М. В. Загальні теоретичні підходи до розуміння соціальнопсихологічних функцій довіри. *Наукові студії з соціальної та політичної психології.* 2011. № 26. С.109-117.

39. Яновська С. Г. Психологічні аспекти вимірювання довіри в міжособистісних відносинах. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна*. Серія: Психологія. 2011. № 937. С. 337- 338.

40. Ainsworth M. D. S., Bell S. M. Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. Child Development. 1970. № 41(1). P. 49–67.

41. Arnett J. J. Emerging Adulthood. American Psychologist. 2000. № 55. P. 496-480.

42. Bartlett F. C. Remembering: A Study in Experimental and Social Psychology. Cambridge: *Cambridge University Press*, 1995. 344 p.

43. Baumeister R. F. Leary M. R. The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. Psychol. Bull. 1995. № 117. P. 497–529.

44. Bowlby J. Attachment and Loss. New York: *Basic Books*, 1969. 356 p.

45. Brown D. Psychological consultation: introduction to theory and practice. Boston: *Allyn and Bacon*, 1991. 433 p

46. Cohen S., Kamarck T., Mermelstein R. A global measure of perceived stress. Journal of Health and Social Behavior. 1983. № 24. P. 385-396.

47. Erikson E. H. The life cycle completed. New York: *Norton*, 1982. 61 p.

48. Erikson E. H. Identity, youth, and crisis. New York: *Norton*, 1968. 286 p.

49. Fischer J. L., Spann L., Crawford D. Measuring Codependency. Alcoholism Treatment Quarterly. 1991. № 8. P. 87-100.

50. Fukuyama F. Trust: The social virtues and the creation of prosperity. New York: *Free Press*, 1995. 246 p.

51. Goleman D. Working with emotional intelligence. New York: *Bantam Books*, 1998. 316 p.

52. Griffiths M., Davies M., Chappell D. Breaking the stereotype: the case of online gaming. Cyberpsychology & behavior. 2003. № 1. P. 81-91.

53. Hofstede G. Dimensionalizing cultures: The Hofstede model in context. Online readings in psychology and culture. 2011. № 2. 8 p.

54. Hofstede G., Minkov M. Long-versus short-term orientation: new perspectives. Asia Pacific Business Review. 2010. № 16. P. 493-504.

55. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal and Coping. New York: *Springer publishing*, 1984. 218 p.

56. Luhmann N. Gleichzeitigkeit und Synchronisation. In: Ders.: Soziologische Aufklärung. Band 5. Opladen: *Westdeutscher Verlag*, 1990. 311 p.

57. Luhmann N. Die Autopoiesis des Bewusstseins. In: Ders.: Soziologische Aufklärung. Band 6. Opladen: *Westdeutscher Verlag*, 1995. 268 p.

58. Luhmann N. Trust and Power. Chichester, England: Wiley, 1979. 208 p.

59. Marcia J. E. Identity in Adolescence. New York: *John Wiley & Sons*, 1980. 541 p.

60. McCrae R. R., Costa P. T. Conceptions and correlates of Openness to Experience. Handbook of personality psychology. *Academic Press*. 1997. P. 825-847.

61. Rogers C. R. A Theory of Therapy, Personality, and Interpersonal Relationships: As Developed in the Client-Centered Framework. Psychology: A Study of a Science. Formulations of the Person and the Social Context; S.Koch (Ed.). New York: *McGraw Hill*. 1959. № 3. P. 184–256.

62. Rogers C. R. Significant aspects of client-centered therapy. Am Psychol. 1946. №10. P. 415-422.

63. Seligman A. Trust and Civil Society. London, 2000. 89 p.

64. Sternberg R. J. A triangular theory of love. Psychological review. 1986. № 2. P. 119–135.

65. Sternberg R. J. Cupid's arrow: the course of love through time. Cambridge: *University Press*, 1999. 358 p.

66. Sztompka P. Trust: A Sociological Theory. Cambridge: *University Press*, 2008. 228 p.

67. Tajfel H. Human groups and social categories: Studies in social psychology. Cambridge: *Cambridge University Press*, 1981. 255 p.

68. Tilly Ch. Trust and Rule. Cambridge: *University Press*, 2021. 216 p.

69. Williams T. The psychology of interpersonal trust. How people feel when it comes to trusting someone. *McKendree University*. 2020. № 22. P. 1–17.

Всього джерел – 69

Джерел за останні десять років - 28

Джерел зарубіжних авторів за останні десять років – 3 (6, 69 та 70 номера джерел у списку)

Джерел українських авторів за останні десять років – 25 (1, 3, 4, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 27, 28, 29, 32, 33, 34, 35, та 36 номера джерел у списку)

ДОДАТКИ

Додаток А

Матриця кореляцій студентів з високим рівнем довіри

	Владний	Незалежний	Агресивний	Недовірливий	Покірний	Залежний	Співробітник	Великодушний	НапруженістьВідносини	ВідчуженістьУвідносинах	КонфліктністьУвідносинах	АгресіяУвідносинах	Самостійність	Конструктивність	Діологічність
Владний		0,469	0,418	0,064	0,357	0,432	0,014	0,39	0,359	0,061	0,482	0,317	0,308	0,032	0,2
Незалежний	0,469		0,23	0,139	0,361	0,046	0,466	0,203	0,135	0,442	0,21	0,426	0,482	0,469	0,492
Агресивний	0,418	0,23		0,261	0,179	0,422	0,414	0,413	0,201	0,291	0,36	0,216	0,052	0,262	0,254
Недовірливий	0,064	0,139	0,261		0,214	0,451	0,179	0,322	0,254	0	0,491	0,233	0,498	0,006	0,054
Покірний	0,357	0,361	0,179	0,214		0,136	0,293	0,392	0,164	0,29	0,376	0,39	0,388	0,225	0,382
Залежний	0,432	0,046	0,422	0,451	0,136		0,359	0,261	0,481	0,251	0,431	0,024	0,35	0,265	0,441
Співробітник	0,014	0,466	0,414	0,179	0,293	0,359		0,279	0,044	0,06	0,074	0,415	0,021	0,108	0,013
Великодушний	0,39	0,203	0,413	0,322	0,392	0,261	0,279		0,377	0,464	0,481	0,355	0,157	0,473	0,235
Напруженість у стосунках	0,359	0,135	0,201	0,254	0,164	0,481	0,044	0,377		0,379	0,137	0,492	0,478	0,477	0,5
Відчуженість у стосунках	0,061	0,442	0,291	0	0,29	0,251	0,06	0,464	0,379		0,372	0,055	0,359	0,013	0,047
Конфліктність у стосунках	0,482	0,21	0,36	0,491	0,376	0,431	0,074	0,481	0,137	0,372		0,222	0,004	0,124	0,005
Агресія у стосунках	0,317	0,426	0,216	0,233	0,39	0,024	0,415	0,355	0,492	0,055	0,222		0,278	0,12	0,121
Самостійність	0,308	0,482	0,052	0,498	0,388	0,35	0,021	0,157	0,478	0,359	0,004	0,278		0,252	0
Конструктивність	0,032	0,469	0,262	0,006	0,225	0,265	0,108	0,473	0,477	0,013	0,124	0,12	0,252		0
Діологічність	0,2	0,492	0,254	0,054	0,382	0,441	0,013	0,235	0,5	0,047	0,005	0,121	0	0	

Додаток Б

Матрица повернутых компонент(а) студентів з високим рівнем довіри

	1	2	3	4
Владний	**-0,617**	0,123	0,195	0,268
Незалежний	0,071	-0,243	**0,651**	-0,248
Агресивний	0,266	-0,386	-0,067	0,177
Недовірливий	**-0,769**	0,047	-0,148	-0,172
Покірний	0,038	-0,075	0,218	**0,541**
Залежний	0,06	-0,084	**0,751**	0,053
Співробітник	**-0,467**	-0,312	0,14	**0,537**
Великодушний	-0,089	0,191	**0,45**	0,112
НапруженістьВідносин	0,127	-0,063	-0,228	**0,801**
ВідчуженістьУвідносинах	**0,772**	0,009	0,138	0,133
КонфліктністьУвідносинах	0,019	**0,694**	-0,049	-0,176
АгресіяУвідносинах	-0,166	-0,258	**-0,523**	-0,096
Самостійність	0,022	**0,887**	0,06	0,028
Конструктивність	**0,727**	0,303	0,087	-0,038
Діологічність	**0,491**	**0,799**	0,097	-0,006
Метод выделения: Анализ методом главных компонент.				
Метод вращения: Варимакс с нормализацией Кайзера.				
а. Вращение сошлось за 6 итераций.				

Додаток В

Матриця кореляцій студентів з низьким рівнем довіри

	Владний	Незалежний	Агресивний	Недовірливий	Покірний	Залежний	Співробітник	Великодушний	НапруженістьВідносин	ВідчуженістьУвідносин	КонфліктністьУвідносинах	АгресіяУвідносинах	Самостійність	Конструктивність	Діологічність
Владний		0,137	0,416	0,489	0,235	0,126	0,394	0,306	0,399	0,052	0,489	0,312	0,311	0,07	0,269
Незалежний	0,137		0,229	0,047	0,295	0,007	0,44	0,43	0,146	0,422	0,446	0,002	0,045	0,461	0,143
Агресивний	0,416	0,229		0,274	0,235	0,038	0,28	0,393	0,469	0,445	0,073	0,396	0,465	0,346	0,421
Недовірливий	0,489	0,047	0,274		0,123	0,042	0,47	0,194	0,489	0,145	0,166	0,301	0,358	0,391	0,474
Покірний	0,235	0,295	0,235	0,123		0,39	0,448	0,376	0,097	0,251	0,475	0,291	0,081	0,299	0,098
Залежний	0,126	0,007	0,038	0,042	0,39		0,497	0,173	0,139	0,236	0,274	0,432	0,42	0,356	0,459
Співробітник	0,394	0,44	0,28	0,47	0,448	0,497		0,427	0,424	0,34	0,116	0,497	0,455	0,035	0,107
Великодушний	0,306	0,43	0,393	0,194	0,376	0,173	0,427		0,466	0,477	0,256	0,457	0,293	0,42	0,308
Напруженість у стосунках	0,399	0,146	0,469	0,489	0,097	0,139	0,424	0,466		0,005	0,217	0,141	0,411	0,364	0,471
Відчуженість у стосунках	0,052	0,422	0,445	0,145	0,251	0,236	0,34	0,477	0,005		0,387	0,2	0,323	0,064	0,253
Конфліктність у стосунках	0,489	0,446	0,073	0,166	0,475	0,274	0,116	0,256	0,217	0,387		0,243	0,487	0,193	0,278
Агресія у стосунках	0,312	0,002	0,396	0,301	0,291	0,432	0,497	0,457	0,141	0,2	0,243		0,157	0,203	0,447
Самостійність	0,311	0,045	0,465	0,358	0,081	0,42	0,455	0,293	0,411	0,323	0,487	0,157		0,252	0
Конструктивність	0,07	0,461	0,346	0,391	0,299	0,356	0,035	0,42	0,364	0,064	0,193	0,203	0,252		0
Діологічність	0,269	0,143	0,421	0,474	0,098	0,459	0,107	0,308	0,471	0,253	0,278	0,447	0	0	

Додаток Г

Матрица повернутых компонент(а) студентів з низьким рівнем довіри

	1	2	3	4
Владний	-0,125	-0,38	0,372	0,24
Незалежний	-0,207	**0,42**	**0,705**	0,23
Агресивний	-0,147	0,037	-0,245	**0,726**
Недовірливий	-0,044	0,167	**-0,635**	0,133
Покірний	-0,279	-0,297	0,283	0,343
Залежний	0,107	0,103	**0,786**	-0,226
Співробітник	**-0,417**	-0,055	-0,156	-0,184
Великодушний	0,149	-0,169	-0,01	0,378
НапруженістьВідносин	-0,051	**-0,664**	-0,08	0,065
ВідчуженістьУвідносинах	0,079	**0,698**	-0,317	-0,076
КонфліктністьУвідносинах	0,222	0,214	0,013	**0,645**
АгресіяУвідносинах	-0,07	**0,63**	0,192	0,226
Самостійність	**0,694**	-0,328	-0,194	-0,043
Конструктивність	**0,748**	0,335	0,065	0,046
Діологічність	**0,96**	-0,002	-0,089	0,001
Метод выделения: Анализ методом главных компонент.				
Метод вращения: Варимакс с нормализацией Кайзера.				
а. Вращение сошлось за 15 итераций.				