

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Факультет психології

Кафедра психології розвитку

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ
ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ**

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Психологія дитинства
та сім'ї з основами психотерапії»

Здобувача вищої освіти
ОС «Магістр»
Марії БОРОВОЇ

Науковий керівник:
к.психол.н., доцент,
кафедри психології
розвитку
Ярослав РЯБЧИЧ

Допустити до захисту в ДЕК
кафедра психології розвитку
протокол № __ від _____
Завідувач кафедри:
Наталія ДЕМБИЦЬКА
_____ (підпис)

КИЇВ - 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	8
1.1. Соціалізація підлітків: сутність і основні теорії	8
1.2 Війна і стрес як фактори впливу на психосоціальний розвиток підлітків, наслідки.	15
1.3 Роль соціалізації, соціальної підтримки та емоційного самоусвідомлення у формуванні стресостійкості.....	23
1.4 Концептуальна модель дослідження	27
Висновки до розділу 1	28
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....	30
2.1 Операціональна модель дослідження	30
2.2 Процедура дослідження та опис вибірки	30
2.3 Процедура дослідження та опис вибірки	33
2.4 Обґрунтування методик дослідження.....	34
Висновки до розділу 2	36
РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	38
3.1 Описова статистика отриманих результатів	38
3.2 Математична обробка результатів	44
3.3 Порівняння в групах за різними категоріями та критеріями	49
3.4 Регресійна модель	62
Висновки до розділу 3	64
ВИСНОВКИ.....	66
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	68
ДОДАТКИ.....	70

ВСТУП

Актуальність досліджуваної роботи. Соціалізація є складним процесом, що передбачає засвоєння підлітками норм і правил суспільного життя через соціальні інститути, такі як сім'я, школа, групи однолітків, медіа тощо. У класичних теоріях соціалізації, таких як теорія Еміля Дюркгейма, цей процес розглядається як основний механізм інтеграції індивіда в суспільство. Ерік Еріксон наголошував на значущості підліткового віку як періоду, коли відбувається формування ідентичності та індивідуальних цінностей. Проте, війна в Україні зміщує акценти традиційного процесу соціалізації, впливаючи на ключові аспекти розвитку підлітків.

Умови війни в контексті України визначаються не лише військовими діями, але й постійним відчуттям небезпеки, розлукою з близькими, переміщенням значної кількості населення, руйнуванням звичного соціального простору, а також порушенням стабільного доступу до освіти, медичних і соціальних послуг. Підлітки, які опиняються в цих умовах, змушені пристосовуватися до реалій війни, що значною мірою впливає на їхні соціальні й психологічні процеси розвитку.

Зміни, які війна приносить у процес соціалізації, потребують глибокого аналізу. Наприклад, сім'я — один з ключових інститутів соціалізації — часто змінює свої функції, коли батьки беруть участь у військових діях, евакуюються або стикаються з втратою близьких. Також школа, яка є важливим середовищем для розвитку соціальних навичок, часто стає недоступною через обстріли або змушена переходити на дистанційну форму навчання, що впливає на якість соціальних зв'язків між підлітками.

Психологічні особливості підліткового віку — це формування ідентичності, пошук себе в суспільстві, розвиток емоційної стійкості. В умовах війни ці процеси зазнають значних викликів. За дослідженнями українських науковців, таких як Л. Д. Сахарова та О. М. Чебикін (2022), підлітки в умовах війни демонструють підвищений рівень тривожності,

агресії, а також ознаки посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Одночасно вони часто стають більш відповідальними, швидше дорослішають через необхідність брати участь у підтримці родини або волонтерській діяльності.

Сучасні українські дослідження в умовах війни, такі як роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН (2023) України підтверджують, що війна впливає на всі аспекти соціалізації підлітків. Ці дослідження підкреслюють важливість психологічної підтримки та створення програм адаптації для дітей, які перебувають в зоні бойових дій або були змушені переселитися.

Таким чином, у цій роботі буде досліджено специфіку соціалізації підлітків в умовах війни, визначені основні інститути та механізми, через які відбувається цей процес, а також психологічні особливості підлітків в умовах війни в Україні. Особлива увага буде приділена аналізу сучасних українських досліджень у цій сфері.

Мета: Метою дослідження є виявлення та аналіз психологічних особливостей соціалізації підлітків в умовах війни в Україні, а також розробка рекомендацій щодо психологічної підтримки та соціально-психологічної адаптації підлітків до умов військового конфлікту. Відповідно до мети було сформульовано наступні **завдання:**

1. Провести теоретичний аналіз психологічних особливостей соціалізації підлітків
2. Підібрати методики для проведення емпіричного дослідження психологічних особливостей соціалізації підлітків під час війни.
3. Проаналізувати взаємозв'язок особливостей соціалізації підлітків зі стресом, цінностями, сприйняттям підтримки та емоційним самоусвідмленням.

Об'єкт дослідження: соціалізація підлітків

Предмет: психологічні особливості соціалізації підлітків в умовах війни.

Теоретико-методологічні основи дослідження:

Теоретико-методологічні основи дослідження ґрунтуються на сучасних теоріях соціалізації, адаптації та стресостійкості, які забезпечують комплексний аналіз феномену соціалізації підлітків в умовах війни. Зокрема, використано праці Ж. Піаже, Е. Еріксона та Л. Виготського, які досліджують формування соціальної ідентичності в підлітковому віці. Концепції стресу та травматичного досвіду базуються на теорії загального адаптаційного синдрому Г. Сельє та ідеях Джудіт Герман про вплив травми на розвиток особистості. Теорії соціальної підтримки (Cohen & Wills, 1985) акцентують на ролі соціальних зв'язків у процесі адаптації підлітків до стресових умов.

У дослідженні також враховано концепцію емоційного інтелекту Д. Гоулмана, який розглядає емоційне самоусвідомлення як ключовий компонент стресостійкості. Використано системний підхід У. Бронфенбреннера, що враховує багаторівневий вплив середовища на розвиток особистості. Особливу увагу приділено сучасним українським дослідженням Н. В. Титаренко, М. В. Савчина та Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, які аналізують соціально-психологічні наслідки війни для підлітків.

Емпіричні методи дослідження:

Емпіричні методи передбачали застосування психодіагностичних інструментів, таких як: «Ціннісні орієнтації» М. Рокича, «Шкала сприйнятого стресу» (PSS-10) Ш. Коена, «Шкала стресостійкості» Коннора—Девідсона-10 (CD-RISC-10), «Багатомірна шкала сприйняття соціальної підтримки» (MSPSS), а також «Тест емоційного самоусвідомлення» О. Власової та М. Березюк. Крім того, проводилося соціально-демографічне анкетування для збору основних даних.

Математично-статистична обробка даних включала використання критерію Шапіро-Уїлка для перевірки нормальності розподілу, кореляційного аналізу (коефіцієнти кореляції Пірсона та Спірмена) для встановлення взаємозв'язків між змінними, критерію Лівена для перевірки гомогенності дисперсій, t-критерію Стюдента для незалежних та парних вибірок, а також критерію U Манна-Уїтні для порівняння груп з нерівними розподілами. Для аналізу причинно-наслідкових зв'язків застосовувався регресійний аналіз. Обрані методи забезпечили комплексний підхід до вивчення особливостей соціалізації підлітків в умовах війни, їх емоційного стану, рівня стресостійкості та впливу соціальної підтримки на адаптацію.

Емпірична база дослідження:

У дослідженні взяли участь 60 підлітків віком 13–18 років із різних регіонів України. Вибірка включала як молодший, так і старший підлітковий вік, що забезпечує репрезентативність. Дослідження проведено за допомогою онлайн-опитування з використанням платформ для збору даних.

Наукова новизна одержаних результатів:

1. Вперше в умовах війни в Україні досліджено взаємозв'язок між соціальною підтримкою, стресостійкістю та ціннісними орієнтаціями підлітків.
2. Виявлено специфічні механізми соціалізації, які активізуються у підлітків під час кризових ситуацій.
3. Доведено роль емоційного самоусвідомлення як внутрішнього ресурсу для адаптації в умовах екстремального стресу.

Теоретичне та практичне значення одержаних результатів

Теоретичне значення дослідження полягає в розширенні наукових знань про вплив кризових умов на процес соціалізації підлітків. Результати дослідження можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки, що сприяють підвищенню стресостійкості, адаптації та соціальної інтеграції підлітків. Практичне значення полягає в наданні рекомендацій для

психологів, педагогів і соціальних працівників щодо роботи з молоддю в умовах війни.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

1.1. Соціалізація підлітків: сутність і основні теорії

Підлітковий вік — це критичний етап розвитку, коли відбувається фізичне дозрівання, когнітивне становлення та формування емоційної й соціальної ідентичності, що готує людину до дорослого життя. (Shaffer, 2007)

У психології підлітковий вік зазвичай визначається як перехідний етап розвитку між дитинством і дорослістю. Однак межі цього періоду різняться залежно від підходу та наукової традиції. У вітчизняній психології під впливом праць Л.С. Виготського підлітковий вік охоплює період від 10-11 до 15-17 років (Виготський, 2005). Цей діапазон базується на особливостях соціального й культурного контексту, де ключовими критеріями є не лише біологічні зміни, а й рольова соціалізація та зміна провідної діяльності — від навчальної до навчально-професійної.

У зарубіжній психології вікові межі підліткового віку також мають варіативний характер. Наприклад, за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), підлітковий вік триває з 10 до 19 років (WHO, 2020). Ця класифікація враховує як початок пубертатного періоду (10-12 років), так і завершення соціального становлення. Жан Піаже пов'язував початок підліткового віку зі здатністю до формально-логічного мислення, яка з'являється приблизно у 11-12 років, а завершення — із досягненням соціальної зрілості (Piaget, 1972). Ерік Еріксон розглядав цей період ширше, включаючи юність (15-19 років) у межі підліткового віку, коли завершується формування ідентичності та відбувається інтеграція особистості в соціальні структури (Erikson, 1968).

Суттєва відмінність між вітчизняними й зарубіжними підходами полягає у тому, що вітчизняна психологія більше акцентує на соціокультурному контексті як ключовому факторі встановлення вікових меж, тоді як у зарубіжній науці частіше враховуються біологічні та когнітивні аспекти. Проте загальновизнаним є те, що підлітковий вік

розпочинається з початком пубертатних змін і завершується з досягненням певної незалежності, яка може мати різний зміст у різних культурах.

Таким чином, підлітковий вік вважається універсальним періодом, межі якого визначаються як біологічними, так і соціальними критеріями. Цей період є ключовим для формування ідентичності, соціалізації й адаптації, що підкреслюється в дослідженнях як вітчизняних, так і зарубіжних психологів.

Соціалізація — це процес інтеграції особистості у суспільство шляхом засвоєння соціальних норм, цінностей і моделей поведінки, які дозволяють індивіду адаптуватися до соціального середовища. Вона відбувається на різних етапах життєвого шляху людини, проте особливо важлива в підлітковому віці, коли відбувається формування соціальної ідентичності та соціальних ролей.

У своїй праці Л. Шевчук зазначає, що соціалізація є «процесом, під час якого особистість засвоює та приймає норми, цінності й соціальні ролі, необхідні для функціонування у суспільстві» (Шевчук, 2015). Особливо важливою є соціалізація підлітків, коли відбувається формування життєвих орієнтирів і соціальних стратегій.

Для ширшого розуміння ролі соціалізації у підлітковому віці варто розглянути *класичні теорії соціалізації* у різних підходах, таких як когнітивний, психоаналітичний та біхевіористичний. Їх основні ідеї допоможуть звернути увагу на чинники і особливості розвитку особистості у підлітковому віці.

В **когнітивному підході**, який вивчає процеси мислення Жан Піаже і Лев Виготський висунули наступні відкриття з приводу соціалізації в підлітковому віці:

Жан Піаже у своїх дослідженнях виокремив декілька стадій когнітивного розвитку, де підлітковий вік є ключовим етапом, на якому розвивається здатність до *абстрактного мислення*. Саме в цей період

підлітки починають засвоювати соціальні норми через логічне осмислення життєвих ситуацій (Piaget, 1952).

Лев Виготський підкреслював, що *соціальне середовище* є вирішальним фактором у розвитку *мислення та поведінки* підлітків. *Соціальне навчання та комунікація* є ключовими механізмами засвоєння *соціального досвіду* (Виготський, 2005).

У **психоаналітичному підході** основні теорії сформували Зигмунд Фройд, та Ерік Еріксон.

Фройд вважав, що соціалізація пов'язана з процесом розвитку особистості, коли виникає конфлікт між індивідуальними бажаннями (Ід) та вимогами соціуму (Суперего). У підлітковому віці цей *конфлікт загострюється* через активний процес формування «Его», що відповідає за прийняття соціальних норм. Цей період характеризується гострими психологічними конфліктами, пов'язаними з пошуком власної ідентичності, потребою в незалежності від батьків, а також розвитком нових соціальних ролей і цінностей. (Freud, 1955).

Ерік Еріксон, у своїй теорії психосоціального розвитку, вказував на те, що підлітковий вік — це період *кризи ідентичності*. Підлітки намагаються знайти баланс між самоствердженням та соціальними вимогами, що робить цей етап критичним для успішної соціалізації (Erikson, 1968).

У біхевіористичному підході основні теорії з приводу соціалізації висунули Джон Уотсон, та Беррес Скіннер

Біхевіористичний підхід стверджує, що соціалізація відбувається через *процес навчання шляхом винагород та покарань*. Джон Уотсон і Б. Ф. Скіннер наголошували на тому, що *поведінка* підлітків формується через систему *стимулів і підкріплень*, які вони отримують у процесі взаємодії з оточенням (Skinner, 2002).

За Л. Шевчук можна виділити **два важливих етапи соціалізації підлітків**

- 1) *первинна соціалізація* — це ранній період життя, коли дитина вивчає базові соціальні норми через взаємодію з родиною, близькими людьми, а також через спостереження та імітацію.
- 2) *Секундарна соціалізація* розпочинається у підлітковому віці, коли індивід взаємодіє з ширшим соціальним колом, таким як школа, однолітки та соціальні інститути. Цей етап є вирішальним для формування соціальної ідентичності підлітка.

Основними механізмами соціалізації можна виділити:

- Імітація — копіювання поведінки значущих інших (батьки, вчителі, лідери групи).
- Ідентифікація — процес ототожнення себе з певною соціальною групою.
- Інтеріоризація — інтеграція соціальних норм і цінностей у структуру особистості (Шевчук, 2015).

Теоретичні підходи до розуміння соціалізації розвивалися впродовж тривалого часу. Г. Тард (1899) у своїй роботі розглядав соціалізацію як процес міжособистісної взаємодії, де основним механізмом виступає наслідування. За його теорією, люди навчаються через імітацію поведінки інших, особливо тих, кого вони поважають або вважають авторитетами.

Т. Парсонс (1956) підкреслював значення інтеграції індивіда в соціальну систему через інтерналізацію загальноприйнятих норм. Він розглядав соціалізацію як механізм підтримки соціальної стабільності та передачі культурних зразків між поколіннями.

Г. Андреева (2001) в монографії "Соціальна психологія" представила соціалізацію як двосторонній процес: з одного боку, це засвоєння соціального досвіду, а з іншого - активне відтворення соціальних зв'язків. Вона підкреслювала роль діяльності у процесі соціалізації.

Криза підліткового віку істотно впливає на процес соціалізації, створюючи як додаткові виклики, так і можливості для розвитку. Це період

активного пошуку себе, переоцінки цінностей та формування нових соціальних зв'язків. Успішне проходження кризи сприяє формуванню зрілої особистості та ефективній соціальній адаптації.

Структура процесу соціалізації включає три основні форми: стихійну, яка відбувається під впливом спонтанних соціальних факторів; відносно спрямовану, що здійснюється через вплив соціальних інститутів; та соціально контрольовану, яка реалізується через цілеспрямоване формування особистості. Основними механізмами соціалізації виступають імітація (наслідування поведінки інших), ідентифікація (ототожнення себе з певними соціальними групами) та формування почуття сорому і провини як регуляторів соціальної поведінки.

Особливості соціалізації в підлітковому віці характеризуються специфічною провідною діяльністю, як інтимно-особистісне спілкування. У цей період формуються важливі новоутворення: почуття дорослості, розвиток самосвідомості, формування ідентичності. Особливу роль відіграють референтні групи, які стають джерелом норм поведінки та ціннісних орієнтацій. Підліткові субкультури надають можливість для самовираження та пошуку власної ідентичності.

Дослідження соціалізації підлітків, проведені (Boyd, 2014) визначили сучасні виклики соціалізації підлітків, що пов'язані з активною цифровізацією суспільства. Соціальні мережі та віртуальний простір стають важливими агентами соціалізації, змінюючи традиційні механізми засвоєння соціального досвіду. Глобалізація призводить до трансформації ціннісних орієнтацій та розмивання культурних кордонів, що створює нові можливості та виклики для соціалізації підлітків.

Критерії успішної соціалізації підлітків включають ефективну адаптацію в суспільстві, розвинену самосвідомість, сформовану ідентичність, засвоєння відповідних віку соціальних ролей та розвинені комунікативні

навички. Важливим показником є також професійне самовизначення, яке починає формуватися саме в підлітковому віці.

Фактори впливу на соціалізацію підлітків можна розділити на індивідуально-особистісні (характер, темперамент, здібності) та соціальні (сімейне та освітнє середовище, соціально-економічні умови, культурний контекст). Особливе значення має історичний період розвитку суспільства, який визначає специфіку соціалізації конкретного покоління.

Соціалізація в кризових умовах характеризується зміною традиційних механізмів соціалізації та необхідністю швидкої адаптації до нових умов. В таких ситуаціях особливого значення набуває формування стресостійкості та розвиток ефективних копінг-стратегій. Відбувається трансформація соціальних інститутів, що вимагає від підлітків більшої гнучкості та адаптивності. (С. Максименко, Н. Пророк, 2020)

Гендерні особливості соціалізації підлітків проявляються у різних очікуваннях суспільства щодо поведінки хлопців та дівчат, різних моделях виховання та різних соціальних ролях, які їм пропонуються. Це впливає на формування гендерної ідентичності та особливості соціальної адаптації.

Трансформація соціальних інститутів у кризових умовах, за спостереженнями сучасних дослідників (М. Савчин, 2020), вимагає від підлітків особливої гнучкості та адаптивності. Змінюються традиційні форми навчання, спілкування, проведення дозвілля, що створює додаткові виклики для соціалізації.

Історичний період розвитку суспільства, як підкреслює К. Манхейм, створює унікальний контекст соціалізації кожного покоління. Сучасні підлітки соціалізуються в умовах цифрової революції, глобалізації та швидких соціальних змін, що впливає на формування їхніх цінностей та соціальних навичок (Mannheim, 1952)

1.2 Війна і стрес як фактори впливу на психосоціальний розвиток підлітків, наслідки.

З лютого 2022 року політична і соціальна ситуація в Україні перестала бути передбаченою і безпечною, війна – прямий фактор впливу на здоров'я особистості та її розвиток. Тому важливим є дослідити як високий рівень стресу, травматизації, та в цілому війна в Україні наразі може впливати на становлення особистості і соціалізацію у підлітковому віці.

Підлітки, які зазнають впливу війни, стикаються з різними формами стресу: фізичним (небезпека для життя), психологічним (емоційне напруження, тривога, страх), соціальним (руйнування звичних соціальних структур) і моральним (свідки чи учасники насильства). Теорії стресу допомагають пояснити, як підлітки реагують на екстремальні стресові ситуації, такі як війна.

Теорії стресу і травми: погляди на вплив на підліткову психіку

Однією з ключових у розумінні є **теорія загального адаптаційного синдрому** Ганса Сельє яка пояснює реакцію організму на стрес у три стадії: тривога, адаптація та виснаження.

1) Стадія тривоги: На цьому етапі, зіштовхуючись з небезпекою чи кризою, організм активно реагує, включаючи механізми «бийся або тікай». У житті це може проявлятися у підвищеній тривожності, емоційній збудженості, посиленій реакції на стимули навколо. У підлітків, що переживають війну, ця стадія може виражатися в таких формах поведінки, як:

- *Надмірна чутливість* до навколишніх звуків чи рухів (наприклад, сильна реакція на гучні звуки, асоційовані з вибухами).
- *Тривожність та страх*, які можуть перешкоджати нормальному спілкуванню та порушувати здатність встановлювати зв'язки з іншими.

- *Розлади сну.* через переживання підліток може мати труднощі зі сном, що позначається на його настрої, емоційній стабільності та здатності до навчання.

2) Стадія адаптації. На цьому етапі організм починає пристосовуватися до стресових умов, намагаючись знайти баланс. Для підлітків, які переживають тривалий стрес, такий як війна, адаптація може мати як позитивний, так і негативний ефекти. З одного боку, вони можуть розвивати адаптивні стратегії (резилієнс), з іншого боку — це може призвести до формування захисних механізмів, таких як:

- *Емоційна відчуженість.* У підлітків спостерігається зниження емоційного залучення, що може допомогти впоратися зі стресом, але ускладнює встановлення близьких стосунків з іншими.
- *Гіперсоціальна поведінка.* Деякі підлітки навпаки можуть шукати соціальну підтримку і надмірно прив'язуватися до оточення, особливо до груп, що можуть бути деструктивними.
- *Підвищена агресивність та дратівливість.* Адаптація до війни або загрозової ситуації може закріпити агресивні моделі поведінки, які надалі важко контролювати.

3) Стадія виснаження. Якщо стрес залишається надовго, організм не в змозі підтримувати адаптаційні процеси, настає виснаження ресурсів, що призводить до серйозних фізичних і психічних порушень

- *Депресія та безвихідь.* Відчуття безсилля, яке пов'язане з неможливістю подолати або контролювати загрозу.
- *Соціальна ізоляція.* Виснаження соціальних і психологічних ресурсів може призводити до самоізоляції або уникання контактів з однолітками, що порушує процес соціалізації.
- *Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).* Виникнення нав'язливих спогадів про травматичні події, емоційна

відчуженість і навіть фізичні прояви (сильний біль, головні болі, нудота), ретравматизація.

Підлітки, які перебувають у стресових умовах тривалий час, часто доходять до стадії виснаження, що призводить до порушення емоційної стабільності, зниження адаптаційних можливостей і негативно впливає на їхню соціальну поведінку та стосунки з оточенням. Стрес, викликаний небезпечними обставинами, активує захисні механізми, але довготривалий вплив веде до виснаження ресурсів, що проявляється на рівні психічного здоров'я та соціальної поведінки підлітка. (Сельє, 2024).

Тож можна зазначити, що найшкідливішим чинником для соціалізації і розвитку особистості підлітка є третя фаза – стадія виснаження, яка приводить в результаті як до негативних наслідків для психіки також і соціальної ізоляції – повної відсутності, або мінімальної кількості соціального контакту.

Натомість, якщо на стадії адаптації досягти резилієнсу, суттєвих негативних наслідків можна уникнути, а підліток зможе адаптуватися складних життєвих умов, успішно кризу, та соціалізуватися.

Також важливою для розуміння впливу психологічного тиску для підліткового віку в Україні наразі є **теорія травми** Джудіт Герман. Вона вказує, що **травма** є результатом *події, яка пригнічує контроль особистості над власним життям і викликає інтенсивний страх, безпорадність або почуття загрози*. Травматичний досвід руйнує основне почуття безпеки, що впливає на психічне та фізичне здоров'я. Тому екстремальний стрес, викликаний війною, може призводити до психологічної травми. Як зазначає Джудіт Герман у своїй праці "Травма і відновлення", війна як травматичний досвід порушує базові *почуття безпеки та довіри до світу*, що є ключовими для формування соціальних зв'язків у підлітковому віці (Герман 2019).

Підлітковий вік є критичним для формування **соціальних зв'язків** та ідентичності, і *базова довіра до світу* відіграє в цьому процесі ключову роль. Якщо вона порушується, це може призвести до негативних наслідків:

- *Соціальна ізоляція.* Підлітки можуть свідомо уникати нових знайомств і відчувати труднощі у встановленні близьких стосунків через страх і недовіру до оточення.
- *Недовіра до суспільства і норм.* Травма війни формує спотворене уявлення про суспільство як про небезпечне і загрозове середовище. Це може призводити до відчуття відчуженості від соціальних норм і правил.
- *Емоційне оніміння.* Як механізм захисту від травматичного досвіду, підлітки можуть пригнічувати свої емоції та стати байдужими до оточення, що ускладнює встановлення справжніх зв'язків з іншими людьми.

Герман також підкреслює, що травматичний досвід змінює основи самооцінки і ставлення до інших. Підлітки, які зазнали війни, часто вважають себе безпорадними, слабкими або неповноцінними. Це поглиблює проблеми із соціалізацією та викликає відчуття відчуження від однолітків, які не переживали подібного досвіду. Через це підлітки можуть прагнути спілкуватися з тими, *хто також пережив подібні травми*, що може сприяти ізоляції від ширшого суспільства, а також проявляти *агресію* або *недовіру* до інших. Тому діти та підлітки, які зазнали насильства чи інших травматичних впливів, часто не можуть відрізнити реальну загрозу від соціально прийнятних ситуацій. Це призводить до *агресивних реакцій* навіть у безпечних ситуаціях.

Тож тяжкий соціальний і емоційний тиск у воєнний час може призвести до відсутності почуття безпеки і довіри до світу, тому сприяти соціальній ізоляції і недовірі до оточення, а також зневірити у

загальнолюдських чеснотах і гуманістичних цінностях, що може в результаті призвести до девіантної поведінки.

Стрес, особливо у вигляді хронічного впливу, запускає захисні механізми організму та психіки, що допомагають вижити в екстремальних умовах, але водночас веде до адаптаційних порушень, які проявляються в специфічних формах поведінки.

1) *Активація механізму «бийся або тікай».* Організм реагує на небезпеку через активацію симпатичної нервової системи, що викликає реакцію «бийся або тікай» (fight or flight). Цей механізм формувався еволюційно як спосіб виживання, коли загроза змушувала організм швидко приймати рішення — боротися з небезпекою або уникати її. Коли підлітки переживають постійні або повторювані стресові ситуації, як-от бойові дії, цей механізм може ставати домінантним, спричиняючи такі прояви:

- **Агресивна поведінка**, як спосіб захисту та реакція на небезпеку.
- **Імпульсивність та низький контроль емоцій**, як постійна готовність до дії у відповідь на загрозу підвищує імпульсивність та знижує здатність до рефлексії та осмислення поведінки.

2) *Виснаження адаптаційних ресурсів.* За теорією Ганса Сельє, після тривалого перебування на стадії тривоги та адаптації організм починає втрачати свої ресурси, що веде до стадії виснаження. У підлітків виснаження проявляється у вигляді:

- **Емоційного оніміння та ізоляції:** втрата енергії для емоційної залученості змушує організм «економити» ресурси, тому підлітки можуть дистанціюватися від людей і подій, знижуючи рівень контакту з оточенням.
- **Проблеми зі сном:** виснаження та постійна тривога порушують сон, що, у свою чергу, погіршує загальний стан і психологічне здоров'я, знижуючи здатність до адаптації.

3) *Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР)* Коли підлітки переживають сильні або повторювані травматичні події, у них може розвиватися ПТСР, який є наслідком хронічного стресу. У разі ПТСР спостерігаються нав'язливі спогади про травму, емоційна оніміння та підвищена реактивність на потенційно небезпечні стимули. ПТСР викликає у підлітків:

- **Уникання ситуацій та людей**, які нагадують їм про травму.
- **Соціальна ізоляція** як форма самозахисту.
- **Дратівливість та емоційні вибухи** через підвищену чутливість до стресових ситуацій.

4) *Порушення в процесі формування соціальної ідентичності.* У підлітковому віці відбувається активне формування соціальної ідентичності та самосприйняття, що вимагає стабільного соціального середовища і постійних міжособистісних контактів. У кризових умовах ці процеси порушуються:

- **Формування деструктивних цінностей і моделей поведінки:** в умовах війни чи насильства підлітки можуть засвоювати моделі агресії та недовіри як соціально прийнятні, що далі впливає на їхні життєві установки.
- **Зниження рівня довіри до суспільства та світу загалом:** підлітки можуть розвинути відчуття небезпечного середовища і «ворожого світу», що ускладнює їхню інтеграцію в суспільство.

5. *Фізіологічний вплив хронічного стресу*

Стрес також активує викид кортизолу та інших гормонів, що, у свою чергу, може впливати на фізичне здоров'я підлітків. Підвищений рівень кортизолу асоціюється з:

- **Зниженням концентрації та пам'яті:** що впливає на когнітивні процеси та навчальні здібності підлітка.

- **Послабленням імунної системи:** роблячи їх більш вразливими до хвороб, що також позначається на психічному здоров'ї та загальній соціальній активності.

Згідно з дослідженнями ВООЗ, хронічний стрес у підлітковому віці порушує нормальну роботу системи регуляції емоцій, спричиняючи підвищену імпульсивність і реактивність (WHO, 2020). Крім того, UNICEF зазначає, що постійний страх і відчуття небезпеки збільшують ризик розвитку агресивних моделей поведінки у дітей, які перебувають у регіонах бойових дій (UNICEF, 2017)

За даними ВООЗ, підлітки у зонах бойових дій демонструють підвищену частоту таких форм поведінки:

- **Агресія:** напади на ровесників або дорослих, вербальна та фізична агресія.
- **Антисоціальна поведінка:** крадіжки, участь у кримінальних угрупованнях, порушення громадського порядку.
- **Емоційна ізоляція:** замкнутість, уникання соціальних контактів, що призводить до девіантних способів самовираження.

Згідно з дослідженнями UNICEF і ВООЗ, діти та підлітки, які перебувають у регіонах бойових дій, у 2-3 рази частіше демонструють агресивну або антисоціальну поведінку. Це залежить від *тривалості конфлікту, рівня підтримки з боку родини та доступу до реабілітації*. "25 Years of Children and Armed Conflict: Taking Action to Protect Children in War" (UNICEF, 2022)

Під час конфліктів моральні норми можуть змінюватися, і підлітки, які перебувають у таких умовах, часто засвоюють агресію як прийнятну форму поведінки. Зруйновані суспільні структури не забезпечують підліткам необхідних моральних орієнтирів, що сприяє розширенню девіантних проявів (Герман, 2019)

Вплив на становлення особистості. **Розвиток деструктивної ідентичності**

У підлітковому віці формується соціальна ідентичність, яка багато в чому залежить від позитивного соціального досвіду. У стресових умовах війни підлітки можуть ототожнювати себе з агресорами або використовувати насильство як спосіб самоствердження. Це негативно впливає на їхнє майбутнє соціальне функціонування (Erikson, 1968).

Посилення соціальної ізоляції. Агресивна поведінка часто стає причиною відчуження підлітків від суспільства, що ускладнює їхню інтеграцію у мирне середовище. Психоемоційна теорія Еріка Еріксона підкреслює, що це може сприяти хронічному почуттю самотності та порушенням соціалізації.

Формування циклу насильства. Підлітки, які пережили насильство і застосовували його, часто переносять такі моделі поведінки у доросле життя. Це створює цикл насильства, який важко зупинити без належної психологічної допомоги (Герман 2019).

Підліткова агресія та девіантна поведінка є поширеними наслідками воєнного конфлікту. Вони виникають через комбінацію травматичного досвіду, соціальної ізоляції та руйнування нормального процесу соціалізації. Без належної підтримки ці прояви можуть стати хронічними, ускладнюючи інтеграцію підлітків у суспільство та формування здорової ідентичності. Важливою є розробка програм реабілітації, які спрямовані на підтримку дітей і підлітків у регіонах бойових дій, щоб мінімізувати негативні наслідки для їхньої поведінки та становлення особистості.

Як ми визначили, війна створює потужний масовий психотравматичний вплив на підлітків, викликаючи хронічний стрес і глибокі зміни в психоемоційній сфері. Такими змінами можуть бути: порушення базового відчуття безпеки; руйнування звичного соціального середовища; трансформація системи цінностей; фрустрація базових психологічних потреб; активізація механізмів психологічного захисту.

Відсутність належної підтримки і руйнація соціальних інститутів може призвести до дезадаптації і емоційної ізоляції а також девіантної поведінки.

Тому, розуміючи ризики і фактори впливу на розвиток особистості в підлітковому віці, важливим є визначити механізми адаптації для підлітків у цей кризовий час.

За дослідженням Сердюка (2019) можна зробити висновок, що підлітки, які зазнали впливу війни, часто проявляють дезадаптивні форми поведінки, включаючи підвищену тривожність, агресію або відчуженість від соціуму. Вплив війни може призводити до порушення нормальних процесів соціалізації, зокрема до відхилень у формуванні соціальних ролей, порушення комунікативних навичок і проблем з інтеграцією у суспільні структури.

За теорією Однією з ключових у розумінні є **теорія загального адаптаційного синдрому** Ганса Сельє, яка пояснює реакцію організму на стрес у три стадії: тривога, адаптація та виснаження. Підлітки, які перебувають у стресових умовах тривалий час, часто доходять до стадії виснаження, що призводить до порушення емоційної стабільності, зниження адаптаційних можливостей і негативно впливає на їхню соціальну поведінку та стосунки з оточенням. Стрес, викликаний небезпечними обставинами, активує захисні механізми, але довготривалий вплив веде до виснаження ресурсів, що проявляється на рівні психічного здоров'я та соціальної поведінки підлітка. (Сельє, 1979).

1.3 Роль соціалізації, соціальної підтримки та емоційного самоусвідомлення у формуванні стресостійкості.

Стресостійкість – це системна характеристика, що визначає здатність особистості витримувати стресове навантаження, протистояти стресогенним факторам, зберігаючи при цьому внутрішню збалансованість і не знижуючи успішність діяльності (Титаренко, 2018)

Соціальне середовище — це система взаємовідносин, норм, цінностей і соціальних структур, у яких формується і розвивається особистість. Воно охоплює сім'ю, друзів, школу, культурні та суспільні інститути, а також економічні та політичні чинники. Взаємодія з цим середовищем впливає на формування світогляду, навичок, соціальної поведінки та моральних орієнтирів індивіда.

У системній психотерапії особистість розглядається не як окремий елемент, а як елемент ширшої системи взаємозв'язків, якість яких впливає на життя та динаміку особистості. Сім'я розглядається як основне соціальне середовище, де формуються моделі поведінки, комунікації та емоційні зв'язки.

Вплив соціальних інститутів (школа, громада, колеги) розглядається як чинник, що може підтримувати або підірвати психічне здоров'я індивіда.

Теорія екологічних систем У. Бронфенбреннера (1979) є ключовою концепцією в розумінні розвитку особистості, зокрема підлітків, оскільки вона акцентує увагу на впливі багаторівневого середовища на формування індивіда. Ця теорія розглядає розвиток як динамічну взаємодію між підлітком та його оточенням, яке структурується у вигляді п'яти основних систем:

1) *Мікросистема* — це найближче середовище, в якому підліток взаємодіє щодня. У цій системі найближче оточення підлітка (сім'я, школа, друзі) відіграє вирішальну роль. Якість стосунків у мікросистемі значно впливає на емоційний і соціальний розвиток підлітка. Наприклад, підтримка з боку батьків та довірчі стосунки з однолітками можуть сприяти формуванню здорової самооцінки.

2) *Мезосистема* складається з взаємодій між елементами мікросистеми. Наприклад, співпраця між батьками і школою або вплив дружніх стосунків на успішність у навчанні. Гармонійна взаємодія між різними аспектами мікросистеми забезпечує кращий розвиток підлітка.

3) *Екзосистема* — це середовище, в якому підліток безпосередньо не бере участі, але воно опосередковано впливає на його життя. Наприклад, робочі умови батьків можуть позначатися на їхній здатності підтримувати дитину емоційно або фінансово. Також сюди входять політичні чи економічні рішення на місцевому рівні.

4) *Макросистема* — це культура, цінності, традиції, економічний і соціальний устрій суспільства, в якому живе підліток. Наприклад, у суспільствах, де високо цінуються освіта і кар'єра, підлітки, ймовірно, будуть зазнавати тиску, пов'язаного з навчанням і майбутнім працевлаштуванням.

5) *Хроносистема* — цей рівень додає часовий вимір до впливу систем. Хроносистема враховує зміни у житті підлітка (наприклад, перехід у нову школу, розлучення батьків) і суспільстві (соціальні реформи, технологічний прогрес).

За цією теорією всі системи відіграють важливу роль у розвитку підлітка, але їхній вплив залежить від конкретних обставин. Найбільш безпосередній і сильний вплив надає **мікросистема**, адже саме тут формуються найближчі стосунки (з батьками, однолітками, вчителями), які щодня впливають на підлітка. Соціальне середовище є потужним ресурсом підтримки.

Наявність стабільних соціальних зв'язків, підтримка сім'ї та близьких друзів суттєво підвищують здатність особистості долати складні життєві обставини. Позитивні моделі поведінки та соціальні навички допомагають формувати конструктивні стратегії подолання стресу.

Емоційне самоусвідомлення - це здатність розпізнавати та розуміти власні емоції, їх причини та вплив на поведінку. Термін "емоційне самоусвідомлення" був введений психологом Д. Гоулманом у 1995 році як один із компонентів емоційного інтелекту, який зосереджений на внутрішньому світі людини. (2002)

Емоційне самоусвідомлення включає вміння: ідентифікувати свої емоційні стани; розуміти причини виникнення емоцій; усвідомлювати зв'язок між емоціями та поведінкою; відслідковувати власні емоційні реакції.

За О. Власовою (2005) емоційне самоусвідомлення є ключовим елементом емоційного інтелекту, що впливає на здатність особистості ефективно взаємодіяти в соціальному середовищі та справлятися з емоційними викликами, особливо в умовах підвищеного стресу. Розвиток емоційного самоусвідомлення сприяє ефективнішій соціальній адаптації, покращенню міжособистісних стосунків та підвищенню стресостійкості, особливо в умовах кризових ситуацій

Емоційне самоусвідомлення, тобто здатність розпізнавати та розуміти власні емоції, є критично важливим в сучасних умовах в Україні. Оскільки це допомагає людині ефективніше справлятися зі стресом, приймати обґрунтовані рішення та підтримувати психічне здоров'я. В умовах тривалої війни в Україні, небезпеці, невизначеності, непередбачуваності люди часто стикаються з інтенсивними емоціями, такими як страх, гнів, тривога та безпорадність. Нерозуміння або ігнорування цих емоцій може призвести до емоційного виснаження, депресії та інших психічних розладів.

Дослідження Thompson (2019) на вибірці 450 підлітків (13-17 років) показало, що підлітки з вищим рівнем емоційного самоусвідомлення демонструють нижчий рівень тривожності (на 35%); кращі показники психологічної адаптації, вищу академічну успішність

McLaughlin & Hatzenbuehler (2009) у лонгітюдному дослідженні (n=876) встановили, що емоційне самоусвідомлення є ключовим фактором розвитку стресостійкості підлітків:

фізіологічні аспекти: краща регуляція серцевого ритму під час стресу; нижчий рівень кортизолу при стресових ситуаціях

психологічні механізми: ефективніше використання копінг-стратегій; краще емоційне відновлення після стресу.

1.4 Концептуальна модель дослідження

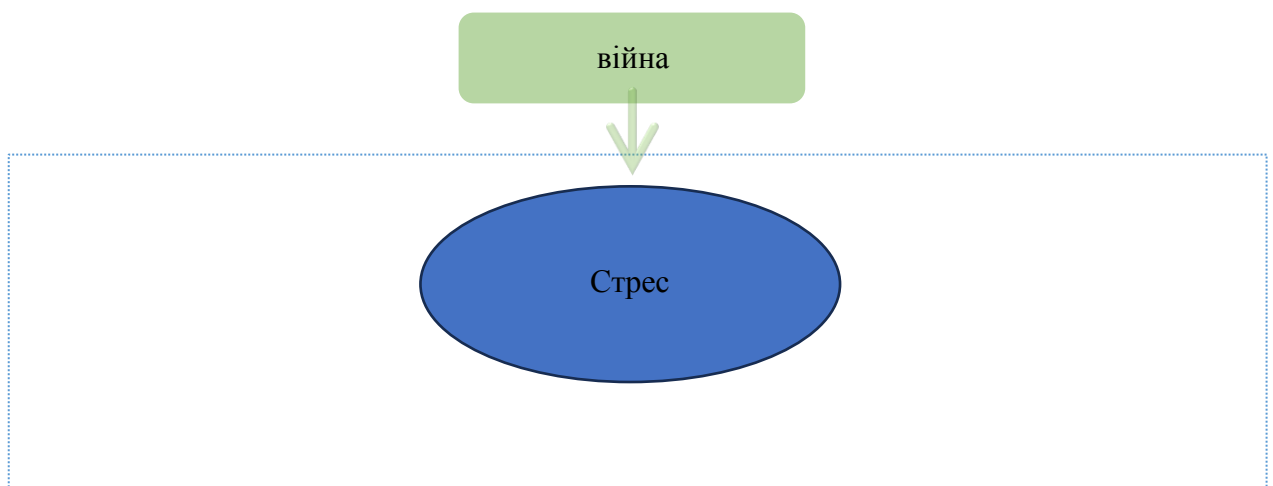
В основу нашої концептуальної моделі (Рис. 1.4.1) лягло розуміння, що соціалізація підлітків в Україні наразі обумовлена специфічними умовами тривалої війни, тому виражається в певних особливостях, які несуть на неї прямий вплив. Особистість розглядається в контексті системного підходу

Війна виступає як сильний стрес-фактор, оскільки з ракетними обстрілами, атаками дронів та іншими загрозами безпека в Україні може бути лише умовною і не контрольованою. Крім того непередбачуваність майбутнього, динаміка політичних подій не несе відчуття стабільності і не дає впевнено планувати майбутнє, викликає великий ризик змін та непередбачуваності ситуації.

Дані умови впливають на формування у нового покоління підлітків певних цінностей, що відповідають сучасним викликам, потребам, пережитому досвіду в умовах війни, і психологічної і соціальної напруги в екосистемах соціального середовища в Україні.

Рівень соціальної підтримки, залученість соціальних інститутів, і особливо, найближчого оточення, — сім'ї, друзів, школи (макросистеми), може впливати на рівень стресостійкості, як зовнішній фактор та сприяти адаптації і соціалізації підлітка в умовах війни.

Війна як стрес-фактор також може певним чином впливати на рівень емоційного самоусвідомлення, яке в зворотньому напрямку може впливати на рівень стресостійкості, як внутрішній фактор. А також мати певний взаємозв'язок з соціальною підтримкою.



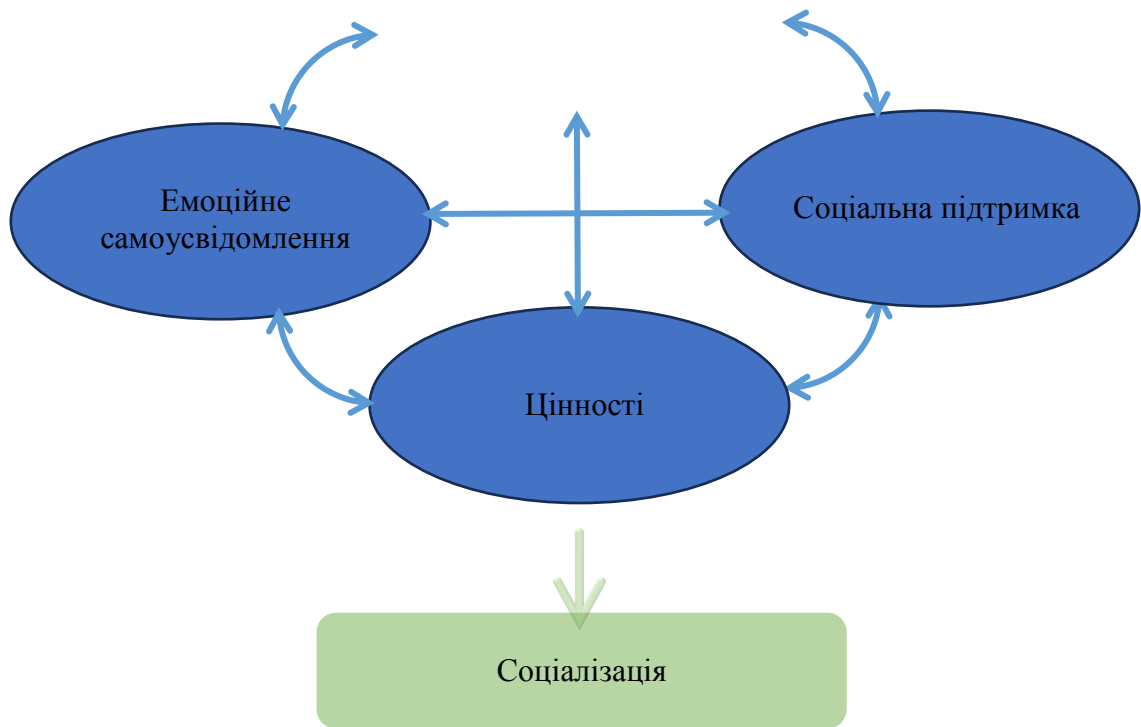


Рис. 1.4.1 Концептуальна модель дослідження

Висновки до розділу 1

У першому розділі теоретично обґрунтовано поняття соціалізації підлітків та її особливості в умовах війни. Соціалізація розглядається як багаторівневий процес, який особливо важливий у підлітковому віці, адже саме в цей період відбувається формування ідентичності, соціальних ролей та стратегій адаптації. Війна значно змінює традиційні механізми соціалізації, впливаючи як на найближче оточення підлітків (сім'я, школа, друзі), так і на ширші соціальні структури.

Війна в Україні створює інтенсивний стресовий фон, що включає фізичну небезпеку, емоційне напруження та руйнування соціальних зв'язків. У таких умовах підлітки стикаються з підвищеним рівнем тривожності, агресії. У довгостроковій перспективі це може призводити до емоційного виснаження, соціальної ізоляції та проблем із поведінкою.

Соціалізація виступає як ключовий механізм, що допомагає підліткам адаптуватися до стресових умов. Особливу роль відіграє мікросистема (сім'я, школа, друзі), яка забезпечує стабільність та підтримку. Наявність стабільних соціальних зв'язків сприяє формуванню стресостійкості та резилієнсу — здатності долати труднощі. Водночас відсутність такої підтримки може призводити до дезадаптації, емоційної ізоляції та ризику девіантної поведінки.

Емоційне самоусвідомлення визнано важливим фактором адаптації. Здатність підлітків розпізнавати й управляти власними емоціями сприяє зниженню рівня тривожності та покращенню емоційної стійкості. Високий рівень емоційного інтелекту допомагає підліткам застосовувати конструктивні копінг-стратегії, що є критичним у стресових умовах війни.

Умови війни також трансформують систему цінностей підлітків, впливаючи на їхні моральні орієнтири та ставлення до суспільства. Зміна цих параметрів може мати як позитивний, так і негативний вплив залежно від рівня соціальної підтримки, яку отримує підліток. Організація ефективної соціальної допомоги є важливою для мінімізації негативних наслідків і забезпечення гармонійного розвитку особистості.

Таким чином, соціалізація, емоційне самоусвідомлення та підтримка соціального середовища формують основні механізми адаптації підлітків у стресових умовах війни, сприяючи розвитку їхньої стресостійкості та емоційної стабільності.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Операціональна модель дослідження

На основі теоретичного аналізу феномену соціалізації підлітків в умовах війни, впливу стресу, стресостійкості, цінностей, соціальної підтримки, емоційного самоусвідомлення нами було розроблено операціональну модель дослідження (див. табл. 2.1.1).

Таблиця 2.1.1 Операційна модель дослідження

Досліджується:	Інструмент дослідження:
1. Цінності	«Ціннісні орієнтації» М. Рокича
2. Стрес	«Шкала сприйнятого стресу» (PSS-10), «Шкала стресостійкості» Коннора — Девідсона-10 (CD-RISC-10)
3. Соціальна підтримка	«Багатомірна шкала сприйняття соціальної підтримки» (MSPSS)
4. Емоційне самоусвідомлення	«Тест емоційного самоусвідомлення О. Власова, М. Березюк»

2.2 Процедура дослідження та опис вибірки

Грунтуючись на теоретичних засадах емпіричне дослідження має на меті аналіз психологічних особливостей соціалізації підлітків в умовах війни. Перевірити зв'язок стресу з соціальною підтримкою, емоційним самоусвідомленням та цінностями. А також провести порівняльний аналіз груп підлітків з умовно більш безпечних і більш небезпечних регіонів України, молодшого і старшого підліткового віку та статевої приналежності.

Методологічне дослідження в своїй основі базується на кількох принципах, а саме: принципі науковості, дотримання якого дозволяє визначити проблему дослідження, спланувати процедуру її вирішення, узагальнити та проінтерпретувати отримані достовірні дані, та зробити висновок; об'єктивності за виконання якого результати дослідження вважаються надійні та однозначні, а дослідник в ході всього дослідження дотримується неупередженості що до вихідних даних; принципі

детермінізму, який передбачає можливість виявлення закономірно зумовлених психічних явищ та властивостей людини.

В ході дослідження було застосовано такі методи дослідження:

1. Психодіагностичний метод. Дозволяє отримати кількісні та якісні оцінки явища, що нас цікавить. До нього відносяться: анкети, бесіди, опитувальники, інтерв'ю, соціометрія.

2. Порівняльний метод. Передбачає зіставлення різних груп досліджуваних або психологічних явищ за певними критеріями. Його мета — встановити схожості та відмінності між групами чи явищами. Для ефективності порівняння слід аналізувати лише найбільш суттєві характеристики, а об'єкти дослідження мають бути цілісними та об'єктивно співставними.

3. Кількісний — математико-статистичний аналіз:

1) Кореляційний аналіз — один з статистичних методів дослідження, що використовується для вивчення взаємозв'язку між двома чи більше змінними. Під такими величинами розуміється значення змінних, вимірювані властивості досліджуваних об'єктів спостереження. Суть кореляційного аналізу полягає в розрахунку коефіцієнтів кореляції. Вона може мати два напрямки: пряма (позитивне значення коефіцієнту), обернена (негативне значення коефіцієнту) — це дозволяє інтерпретувати характер зв'язку. Абсолютне значення коефіцієнту дозволяє визначити його силу. Спосіб розрахунку кореляції залежить від шкал вимірювання змінних, між якими досліджується взаємозв'язок. Кореляційний аналіз використовується для ідентифікації основних факторів, які впливають на залежну змінну, і встановлення прихованих причинно-наслідкових зв'язків.

2) Критерій Шапіро-Уїлка – статистичний тест верифікації нормальності розподілу даних вибірки. Нульова гіпотеза даного критерію постулює відсутність статистично значущих відмінностей між розподілом змінної у вибірці та розподілом у генеральній сукупності.

3) Коефіцієнт кореляції Пірсона (r -Пірсона) — параметричний показник, що застосовується для дослідження взаємозв'язку між двома змінними, вимірними в метричних шкалах на єдиній вибірці. Даний коефіцієнт дозволяє встановити пропорційність варіативності досліджуваних змінних. Для його використання має дотримуватись ряд умов:

- a. Нормальність розподілу всіх досліджуваних змінних;
- b. Вимірювання змінних в інтервальній або абсолютній шкалі;
- c. Еквівалентність кількості значень у досліджуваних змінних.

4) Коефіцієнт кореляції Спірмена — непараметричний аналог коефіцієнта кореляції Пірсона, що застосовується для дослідження взаємозв'язку між двома змінними та визначення пропорційності їх варіативності. Імплементация даного методу доцільна за наступних умов:

- a. Невідповідність розподілу хоча б однієї зі шкал критерію нормальності;
- b. Комбінування інтервальної та порядкової шкал;
- c. Необхідність аналізу двох рангових шкал.

5) Критерій Лівеня — статистичний тест для верифікації гомогенності дисперсій, що є одним із детермінуючих факторів при селекції коефіцієнта для подальшого компаративного аналізу груп.

б) t -критерій Стюдента — параметричний метод статистичної верифікації гіпотез, що застосовується для встановлення статистично значущих відмінностей за наступних умов:

- a. Походження вибірок з нормально розподілених генеральних сукупностей;
- b. Незалежність порівнюваних груп;
- c. Гомогенність дисперсій порівнюваних генеральних сукупностей.

7) U Манна-Уїтні — непараметричний аналог t -критерію Стюдента для верифікації гіпотез та встановлення статистично значущих відмінностей. Застосування доцільне за наступних умов:

- a. Невідповідність хоча б однієї шкали нормальному розподілу;
- b. Чисельність однієї з груп менше 30 респондентів;
- c. Наявність порядкової шкали; d. Загальний обсяг вибірки менше 60 осіб.

8) Т-критерій для парних вибірок — статистичний метод верифікації гіпотези щодо відмінності середніх значень залежних вибірок, що дозволяє оцінити ефективність здійсненого впливу на досліджувану групу.

9) Регресійний аналіз — статистичний метод дослідження форм зв'язку та прогнозування змін досліджуваних феноменів. У даному дослідженні застосовується множинна лінійна регресія для виявлення взаємозв'язків між трьома і більше взаємопов'язаними ознаками. Імплементация даного методу доцільна при неможливості нехтування впливом множини факторів. Включення змінних до регресійної моделі базується на наступних критеріях:

- a. Статистична значущість (стабільний зв'язок із залежною змінною);
- b. Незалежність від інших предикторів (показник толерантності наближається до
- c. Відсутність мультиколінеарності (кореляція між незалежними змінними не перевищує 0,8)
- d. Вимірювання змінної в метричній шкалі (інтервальній або абсолютній).

2.3 Процедура дослідження та опис вибірки

Дослідження проводилось на платформі Google Forms для зручності проведення та охоплення якомога більшої кількості респондентів. Вибірку емпіричного дослідження склали підлітки молодшого і старшого віку у віці від 13 до 18 років у кількості 60 осіб, з різних регіонів України, з них 28,3% чоловіків та 71,4% жінок. Серед них навчаються у школі 65% (39 осіб); у

коледжі 16,7% (10 осіб); в університеті 13,3% (8 осіб); не навчаються 5% (3 особи).

Проведення емпіричного дослідження складалось з наступних етапів:

1. Збір соціально-демографічних даних шляхом анкетування з метою визначення умов соціалізації підлітків (ДОДАТОК А).
2. Дослідження ціннісних орієнтацій за допомогою методики «Ціннісні орієнтації» М. Рокича (ДОДАТОК Б).
3. Дослідження рівня стресу за допомогою «Шкали сприйнятого стресу Ш. Коена (PSS-10) в адаптації О. О Вельдбрехта та Н. І. Тавровецької (ДОДАТОК В).
4. Дослідження рівня стресостійкості за допомогою «Шкали стресостійкості» Коннора—Девідсона-10 (CD-RISC-10) в адаптації Н. В. Школіна, І. І. Шаповал, І. В. Орлова, І. О. Кедик та М. А. Станіславчук (ДОДАТОК Г).
5. Дослідження рівня соціальної підтримки за допомогою «Багатомірної шкали сприйняття соціальної підтримки» Г. Зімета (MSPSS) в адаптації Мельник Ю. Б. та Стаднік А. В. (ДОДАТОК Г).
6. Дослідження рівня емоційного самоусвідомлення Тест емоційного самоусвідомлення (О. І. Власова, М. А. Березюк) (ДОДАТОК Д).
7. Обробка та аналіз отриманих даних за допомогою програми Jamovi.
8. Інтерпретація результатів.
- 9.

2.4 Обґрунтування методик дослідження

Обґрунтування методик дослідження базується на їх відповідності меті, завданням і предмету роботи, спрямованої на вивчення психологічних особливостей соціалізації підлітків в умовах війни. Використані методики сприяють комплексному аналізу ключових аспектів соціалізації, рівня стресу, стресостійкості та соціальної підтримки.

Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокича забезпечує оцінку домінуючих цінностей, які формують основу особистісної соціалізації підлітків. Ціннісні орієнтації в цій методиці складаються з двох списків по 18 цінностей:

- термінальні цінності (як мета існування, варта його)
- інструментальні (образ дій і особистісні якості як спосіб життя)

У контексті дослідження дана методика дозволяє побачити вплив екстремальних умов війни на формування актуальних ціннісних орієнтацій, що є важливим аспектом адаптації підлітків. Завдяки обробці результатів ми можемо виявити тенденцію загального пріоритету в цінностях нового покоління підлітків, що соціалізуються в умовах війни і якості, які їм притаманні. Її використання обґрунтовано теоретичною значущістю цінностей у формуванні соціальних установок.

Шкала сприйнятого стресу Ш. Коена (PSS-10)
Дана методика дозволяє оцінити рівень суб'єктивного стресу, що переживається підлітками. Вона є надійним інструментом для виявлення стресових реакцій у відповідь на кризові ситуації. Її адаптація до умов української вибірки забезпечує валідність отриманих результатів.

Шкала стресостійкості Коннора-Девідсона (CD-RISC-10)
Використання цієї шкали дає змогу визначити рівень здатності підлітків долати труднощі та пристосовуватись до змін. Методика дозволяє не лише оцінити поточний рівень стресостійкості, але й виявити потенційні ресурси для покращення адаптації в умовах війни.

Багатомірна шкала сприйняття соціальної підтримки Г. Зімета (MSPSS)
Методика вимірює сприйняття підлітками соціальної підтримки з боку сім'ї, друзів і соціальних інститутів. Це дозволяє виявити рівень емоційної підтримки, який впливає на процес соціалізації в умовах соціальної напруги.

Анкетування для збору соціально-демографічних даних
Цей метод допомагає виявити умови соціалізації підлітків, їхній соціальний

контекст і особливості взаємодії з мікро- та макросередовищем. Анкетування слугує базою для подальшого аналізу змінних, включених у дослідження.

Обробка даних за допомогою програми Jamovi Використання статистичних методів, таких як кореляційний аналіз, t-критерій Стюдента та регресійний аналіз, дозволяє перевірити гіпотези дослідження, виявити закономірності та взаємозв'язки між змінними.

Таким чином, вибір цих методик відповідає дослідницьким завданням і дозволяє комплексно оцінити вплив війни на соціалізацію підлітків, їхній рівень стресостійкості та отримання соціальної підтримки.

Висновки до розділу 2

Проведення емпіричного дослідження забезпечило збір даних щодо соціалізації, стресостійкості та соціальної підтримки підлітків в умовах війни. Вибірковий склад, що включав підлітків різного віку, дозволив оцінити вплив різних факторів на їхній психосоціальний розвиток.

Застосування анкетування, шкал і статистичного аналізу підтвердило валідність і надійність отриманих даних. Це дозволило виявити значущі взаємозв'язки між цінностями, рівнем стресу та соціальною підтримкою.

Отримані результати вказують на важливість соціальної підтримки як одного з ключових чинників адаптації підлітків до умов війни. Соціальна підтримка з боку сім'ї, друзів та інститутів сприяє розвитку стресостійкості та зниженню рівня суб'єктивного стресу.

Використання шкал сприйнятого стресу та стресостійкості дозволило отримати кількісні показники, що дали змогу оцінити вплив умов війни на психологічний стан підлітків. Ціннісні орієнтації, досліджені за методикою Рокича, виявилися важливим компонентом адаптації.

Таким чином, проведене дослідження забезпечує комплексне розуміння соціально-психологічних механізмів, які впливають на

соціалізацію підлітків у кризових умовах, та слугує основою для розробки рекомендацій щодо підтримки їхньої адаптації.

РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

3.1 Описова статистика отриманих результатів

За методикою «Ціннісні орієнтації» після обрахунку всіх даних було виявлено наступну послідовність значимих цінностей у підлітків 13-18 років в Україні

Термінальні цінності (Таблиці 3.1.1, 3.1.2):

Таблиця 3.1.1

Найбільш значимі термінальні цінності підлітків в умовах війни

1.	Здоров'я (фізичне і психічне);	220
2.	Наявність гарних і вірних друзів;	228
3.	Щасливе сімейне життя	238
4.	Любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною)	252
5.	Свобода (самостійність, незалежність суджень і вчинків)	266

Згідно з таблицею 3.1.1 у термінальних цінностях найменшу кількість балів, тобто найбільшими за значенням для підлітків віком 13-18 років виявилися цінності *здоров'я* (фізичного і психічного), наявності гарних і вірних друзів; щасливого сімейного життя, любові (як духовної і фізичної близькості з коханою людиною) і свободи (як самостійності, незалежності суджень і вчинків)

Вірогідно, що ці цінності наразі є значимим для підлітків у такому зв'язку. Здоров'я — відсутність відчуття безпеки, цінність життя в умовах підвищеного рівня смертності в Україні, високий ризик ментальних та психологічних порушень, підвищеної тривожності в контексті війни.

Гарні вірні друзі і щаслива сім'я, любов, як кохання — відображає потребу у соціальній підтримці, близькості та відчутті емоційної безпеки та

надійності в найближчому колі — мікросередовищі, що є сильним ресурсом в умові впливу зовнішніх стес-факторів.

Свобода — відсутність зовнішнього тиску обставин, можливість вільно приймати рішення, прагнення волі. Ця цінність є актуальною так як війна викликала сильну напругу і виклик свободі особистості, на жаль як ззовні, так і в середині країни, сформувавши також і колективну цінність сучасних українців, як в мезосередовищі так і хроносередовищі підлітків.

Таблиця 3.1.2

Найменш значимі термінальні цінності підлітків в умовах війни

14.	Краса природи й мистецтва;	400
15.	Щастя інших;	408
16.	Творчість;	414
17.	Суспільне визнання;	427
18.	Розваги;	428

За таблицею 3.1.2 низький рівень значущості даних цінностей серед підлітків в умовах війни в Україні можна пояснити кількома ключовими факторами психологічного та соціального характеру.

В умовах війни відбувається природна переорієнтація ціннісної системи на базові потреби безпеки та виживання. Краса природи й мистецтва, як естетична цінність, може тимчасово втрачати свою актуальність через необхідність зосередження на більш нагальних життєвих питаннях. Окрім того, сама можливість споглядати красу природи може бути обмежена через безпекові ризики, а культурно-мистецькі заклади часто припиняють свою роботу в умовах воєнного стану.

Знижена значущість цінності "щастя інших" може відображати певну захисну реакцію психіки, коли в умовах постійного стресу та травматичного досвіду підлітки змушені більше фокусуватися на власному виживанні та благополуччі. Це не означає відсутність емпатії, а скоріше вказує на

тимчасову адаптивну реакцію психіки в кризових умовах та на потребу особистого здоров'я (фізичного і психологічного).

Творчість як цінність може відходити на другий план через те, що в умовах війни знижується здатність до вільного самовираження та експериментування. Постійна тривога та стрес можуть блокувати креативні процеси, а енергія спрямовується переважно на адаптацію до нових умов життя.

Низька значущість суспільного визнання може бути пов'язана з переоцінкою соціальних стандартів та критеріїв успішності в умовах війни. Традиційні форми соціального визнання можуть втрачати свою актуальність на тлі більш глобальних викликів, з якими стикається суспільство.

Щодо розваг, їх низька ціннісна значущість може відображати як об'єктивне обмеження можливостей для дозвілля в умовах війни, так і суб'єктивне відчуття неадекватності розважальної активності в контексті серйозних суспільних викликів. У підлітків може формуватися відчуття провини за бажання розважатися в той час, коли країна перебуває у стані війни.

Також важливо зазначити, що така ціннісна ієрархія може бути тимчасовим явищем, що відображає адаптивну реакцію на стресові умови, і не обов'язково стане стійкою характеристикою ціннісної системи цього покоління в майбутньому.

Інструментальні цінності (Таблиці 3.1.3, 3.1.4):

Таблиця 3.1.3

Найбільш значимі інструментальні цінності підлітків в умовах війни

1.	Вихованість;	215
2.	Чесність;	222
3.	Життєрадісність (почуття гумору);	226
4.	Відповідальність;	248
5.	Незалежність;	256

Згідно з таблицею 3.1.3 вихованість та чесність можуть виступати як базові цінності, що набувають особливої ваги в кризовий період, коли суспільство потребує високого рівня взаємної довіри та підтримки. Підлітки можуть гостріше відчувати важливість цих якостей, спостерігаючи за тим, як вони впливають на згуртованість суспільства в складних умовах.

Життєрадісність та почуття гумору можна розглядати як важливий психологічний ресурс для копіngu зі стресом та травматичним досвідом. Це природний захисний механізм, який допомагає підліткам зберігати психологічну стійкість в умовах війни.

Відповідальність та незалежність можуть набувати більшої значущості через раннє дорослішання, яке часто спостерігається у підлітків в умовах війни. Вони швидше усвідомлюють необхідність самостійного прийняття рішень та відповідальності за себе та близьких.

Таблиця 3.1.4

Найменш значимі інструментальні цінності підлітків в умовах війни

14.	Ефективність у справах (працьовитість, продуктивність у роботі);	323
15.	Широта поглядів (уміння зрозуміти чужу точку зору, поважати інші смаки, звичаї, звички);	340
16.	Терпимість (до поглядів і думок інших, вміння прощати іншим їхні помилки та омани);	342
17.	Високі запити (високі вимоги до життя і високі домагання);	430
18.	Непримиренність до недоліків у собі та інших	524

Згідно з таблицею 3.1.4щЩодо найменш значущих цінностей, низькі показники ефективності у справах можуть відображати природну реакцію на нестабільність та непередбачуваність воєнного часу, коли довгострокове планування та продуктивність можуть здаватися менш актуальними, а вплив стресу знижувати рівень продуктивності.

Низька значущість широти поглядів та терпимості може бути пов'язана з поляризацією суспільства в умовах війни, коли чітко формується образ "свій-чужий", що може тимчасово знижувати здатність до прийняття різних точок зору.

Невисокі показники високих запитів можуть відображати адаптивне зниження рівня домагань в умовах невизначеності та обмежених можливостей. Це може бути тимчасовою захисною реакцією, спрямованою на зниження рівня фрустрації.

Низька значущість непримиренності до недоліків може свідчити про формування більш толерантного ставлення до власних та чужих недосконалостей в умовах, коли на перший план виходять більш фундаментальні питання виживання та безпеки.

Такий розподіл інструментальних цінностей відображає адаптивну реконфігурацію ціннісної системи підлітків у відповідь на виклики воєнного часу, де перевага надається якостям, що сприяють виживанню та психологічній стійкості, в той час як менш актуальні в даному контексті цінності тимчасово відходять на другий план.

Загальні показники рівню сприйнятого стресу, стросстійкості і соціальної підтримки, емоційного самоусвідомлення

За «Шкалою сприйнятого стресу» (PSS-10) середній показник рівня стресу всіх опитуваних — 22,3 бали, що відповідає межах *помірного рівня стресу* з тенденцією до високого (14-26)

Низький рівень стресу у 3% опитуваних, середній у 77%, високий у 20%.

З цієї вибірки високий рівень стресу виявився у підлітків, що проживають на таких територіях України — Київ, Чернігів, Одеса, Покровськ.

Також, не дивлячись на те, що половина опитуваних живуть на умовно безпечних територіях в Україні, рівень стресу все ж в більшості є середнім, а не низьким, тож можна припустити, що соціальна і політична ситуація в Україні може впливати на загальний рівень стресу, не залежно на місце перебування підлітка.

Також загальний рівень стресу може наразі бути середнім, а не високим, оскільки з плином часу і тривалої війни психіка підлітків могла пристосуватися та адаптуватися до специфічних умов проживання в Україні

За «Шкалою стресостійкості» Коннора — Девідсона-10 (CD-RISC-10) середній показник рівня стресостійкості підлітків в Україні — 25 балів, що відповідає *помірній стресостійкості*.

Низький рівень стресостійкості мають 5% опитуваних, середній 78%, високий у 17%.

Високий рівень стресостійкості виявився як у підлітків, що проживають на умовно безпечних територіях України (Тячів, Рівне, Рівненська область), так і в менш безпечних (Харківська область, Чернігів, Київ). На відміну більшість вибірки з низьким рівнем стресостійкості виявили також підлітки з Києва.

За «Багатомірною шкалою сприйняття соціальної підтримки» (MSPSS) загальний рівень сприйняття соціальної підтримки — 4 бали, що відповідає середньому рівню соціальної підтримки.

За шкалою «Друзі» загальний середній показник — 5 балів, що відповідає *середньому рівню сприйняття соціальної підтримки*. Низький рівень соціальної підтримки у 10% опитуваних, середній у 55%, високий у 35%.

За шкалою «Сім'я» загальний середній показник — 4 балів, що відповідає *середньому рівню сприйняття соціальної підтримки*. Низький рівень соціальної підтримки у 7% опитуваних, середній у 62%, високий у 32%.

За шкалою «Інші» загальний середній показник — 4,7 балів, що відповідає *середньому рівню сприйняття соціальної підтримки*. Низький рівень соціальної підтримки у 7% опитуваних, середній у 48%, високий у 45%.

Загальний показник виявив середній рівень сприйняття соціальної підтримки в цілому, а також у кожній шкалі. Шкала сім'я отримала нижчу оцінку за інші шкали. За результатами шкал складно виявити чинники впливу, в чому може допомогти математичний аналіз, але прослідковується тенденція, що низький рівень сприйняття в одній шкалі, часто повторюється і в іншій.

За «Тестом емоційного самоусвідомлення» О. Власова, М. Березюк загальний рівень емоційного самоусвідомлення опитуваних — 25,9 балів з 50, що відповідає *середньому рівню емоційного самоусвідомлення*.

За шкалами загальна оцінка наступна:

«Диференціація емоцій» — 6 балів;

«Вираження емоцій» — 4,6 бали;

«Емпатія» — 5,6 балів;

«Управління емоціями» — 4,9 бали;

«Прийняття відповідальності» — 4,8 бали;

Всі показники відповідають межах *середнього рівня вираженості*. Але найвищими виявилися оцінки шкали диференціації емоцій та емпатії.

3.2 Математична обробка результатів

Завдяки математичній обробці результатів можливо зробити детальний статистичний аналіз отриманих даних дослідження психологічних особливостей соціалізації підлітків в умовах війни.

Для обробки результатів було використано комплекс статистичних методів, включаючи перевірку нормальності розподілу за критерієм Шапіро-Уїлка, кореляційний аналіз за критерієм Спірмена, та оцінку взаємозв'язків між різними показниками.

Результати математичної обробки дозволили виявити значущі кореляції між досліджуваними параметрами та встановити характер їхніх взаємозв'язків, що має важливе значення для розуміння особливостей соціалізації підлітків в умовах війни. Зокрема, було проаналізовано взаємозв'язки між рівнем стресу, стресостійкістю, емоційним самоусвідомленням та соціальною підтримкою.

Таблиця 3.2.1

Перевірка нормального розподілу за змінними

	Shapiro-Wilk p
Сприйнятий стрес	0.656
Стресостійкість	0.116
Сприйняття соціальної підтримки	0.002
Друзі	0.006
Сім'я	0.015
Інші	<.001
Диференціація емоцій	0.016
Вираження емоцій	0.018
Емпатія	0.015
Управління емоціями	0.048
Прийняття відповідальності	0.0121
Емоційне самоусвідомлення	0.638

Нормальний розподіл мають лише шкали «Сприйнятий стрес» та «Емоційне самоусвідомлення». Інші шкали не відповідають нормальному розподілу, оскільки значення p менше ніж 0,05.

Таблиця 3.2.2

Взаємозв'язок ретельності зі сприйнятим стресом

Spearman's rho	Ретельність	Чуйність
Сприйнятий стрес	0.311*	0.291*

Примітка: «*» - статистична значущість на рівні $p < 0,5$

Рівень сприйнятого стресу не має статистично значущих кореляцій зі стресостійкістю, сприйняттям соціальної підтримки та емоційним самоусвідомленням. Однак виявлено слабкі прямі зв'язки низької статистичної значущості між сприйнятим стресом та такими цінностями як ретельність (дисциплінованість) та чуйність. Тобто зі збільшенням сприйнятого стресу збільшується схильність до надання переваги цим цінностям.

Підвищення значущості ретельності та чуйності при високому рівні стресу може бути адаптивною реакцією. В умовах підвищеного стресу підлітки можуть прагнути більшого контролю над ситуацією через дисциплінованість, а чуйність може ставати важливішою через усвідомлення вразливості себе та інших у стресових умовах.

Таблиця 3.2.3 Взаємозв'язок ретельності зі сприйнятим стресом

Spearman's rho	Диференціація емоцій	Прийняття відповідальності
Стресостійкість	0.358**	0.412**

Примітка: «**» - статистична значущість на рівні $p < 0,5$

Стресостійкість не має статистично значимих кореляцій зі сприйняттям соціальної підтримки та життєвими цінностями, однак знайдено позитивні зв'язки слабкої сили та середньої статистичної значимості з диференціацією емоцій та прийняттям відповідальності. Тобто зі зростанням стресостійкості

зростає здатність до диференціації емоцій та рівень прийняття відповідальності.

Позитивний зв'язок між стресостійкістю та прийняттям відповідальності може пояснюватися тим, що підлітки, які усвідомлюють власну роль у формуванні свого життєвого досвіду, ймовірно, мають більше внутрішніх ресурсів для подолання стресових ситуацій. Коли людина розуміє, що має певний контроль над ситуацією та може впливати на її розвиток, це може підвищувати її психологічну стійкість до стресу.

Таблиця 3.2.4

Взаємозв'язок емоційного самоусвідомлення з соціальною підтримкою

	Сприйняття соціальної підтримки	Друзі	Сім'я	Інші
Диференціація емоцій	0,230	0,102	0,289*	0,159
Вираження емоцій	0,444***	0,479***	0,210	0,429***
Емпатія	0,149	0,170	0,097	0,094
Управління емоціями	0,194	0,070	0,245	0,215
Прийняття відповідальності	0,348**	0,153	0,271*	0,349**
Емоційне самоусвідомлення	0,564***	0,427***	0,451***	0,515***

Наявний слабкий кореляційний зв'язок низької статистичної значущості між диференціацією емоцій та сприйняттям підтримки від сім'ї. Тобто зі зростанням сприйняття сімейної підтримки зростає здатність до диференціації емоцій і навпаки.

Сімейне середовище, де підліток відчуває підтримку, може створювати безпечний простір для дослідження та розуміння власних емоцій. Водночас, краща здатність розрізняти емоції може допомагати ефективніше комунікувати з родиною та помічати прояви підтримки.

Слабкі, проте статистично значущі позитивні кореляційні зв'язки спостерігаються між вираженням емоцій та сприйняттям соціальної підтримки, а також такими її компонентами як сприйняття підтримки від друзів та інших. Отже зі зростанням однієї змінної зростають й інші.

Підлітки, які краще виражають свої емоції, можуть ефективніше комунікувати свої потреби та отримувати відповідну підтримку від оточення. Також відчуття підтримки може створювати безпечний простір для більш відкритого вираження емоцій.

Також наявний позитивний слабкий зв'язок низької статистичної значущості між прийняттям відповідальності та сприйняттям підтримки від сім'ї. Також прийняття відповідальності має середньої статистичної значимості прямі зв'язки слабкої сили з загальним рівнем сприйняття соціальної підтримки та сприйняттям підтримки від інших. Тобто зі зростанням прийняття відповідальності зростає сприйняття соціальної підтримки загалом та сприйняття підтримки від сім'ї та інших.

Позитивна кореляція між прийняттям відповідальності та сприйняттям соціальної підтримки (особливо від сім'ї та інших) може відображати важливу психологічну динаміку: підлітки, які беруть на себе більше відповідальності за власне життя, можуть бути більш активними у побудові та підтримці соціальних зв'язків. Вони, ймовірно, краще усвідомлюють важливість соціальної підтримки та докладають більше зусиль для її отримання та збереження.

Також можна припустити, що підлітки з вищим рівнем прийняття відповідальності:

- Більш схильні звертатися за допомогою, коли вона потрібна (оскільки це теж прояв відповідального ставлення до свого життя)
- Краще помічають та цінують підтримку, яку отримують від оточення
- Ефективніше використовують отриману підтримку, перетворюючи її на ресурс для власного розвитку

- Створюють більш якісні та глибокі соціальні зв'язки через усвідомлення власної ролі у їх формуванні

Дуже високої статистичної значимості позитивні зв'язки середньої сили наявні між емоційним самоусвідомленням та сприйняттям соціальної підтримки, а також таким її компонентом як сприйняття підтримки від інших. Тобто зі зростанням емоційного самоусвідомлення зростає і сприйняття соціальної підтримки, в тому числі підтримки від інших. Також прямі слабкі зв'язки дуже високої статистичної значущості спостерігаються між емоційним самоусвідомленням та сприйняттям підтримки від друзів та сім'ї. Тобто зі зростанням емоційного самоусвідомлення зростає сприйняття сімейної та дружньої підтримки.

Високий рівень емоційного самоусвідомлення може допомагати краще розпізнавати та цінувати прояви підтримки від оточення. Також це може сприяти формуванню більш глибоких та якісних соціальних зв'язків. Зокрема, кращому розумінню та оцінці підтримки від різних соціальних груп (сім'ї, друзів, інших людей). Водночас, наявність надійної соціальної підтримки може створювати сприятливі умови для розвитку емоційного самоусвідомлення через можливість безпечної рефлексії та обговорення емоційного досвіду.

Сприйняття соціальної підтримки не має статистично значущих зв'язків з емпатією та управлінням емоціями.

3.3 Порівняння в групах за різними категоріями та критеріями

Таблиця 3.3.1 Визначення характеру розподілу змінних у групах юнаків та підлітків

Shapiro-Wilk p	юнаки	підлітки
Сприйнятий стрес	0.498	0.542
Стресостійкість	0.302	0.191
Сприйняття соціальної підтримки	0.003	0.126

Друзі	0.020	0.133
Сім'я	0.046	0.117
Інші	<.001	0.181
Диференціація емоцій	0.052	0.030
Вираження емоцій	0.190	0.125
Емпатія	0.018	0.257
Управління емоціями	0.040	0.543
Прийняття відповідальності	0.265	0.452
Емоційне самоусвідомлення	0.578	0.696

За даними в таблиці 3.3.1 розподіл змінних в групах підлітків та юнаків вказує на те, що порівняння цих груп необхідно провести за допомогою U критерію Манна-Уїтні, однак за змінною «Емоційне самоусвідомлення» розподіл в обох групах нормальний, тож необхідно провести додаткову перевірку гомогенності дисперсій.

Таблиця 3.3.2

Перевірка гомогенності дисперсій у групах

Homogeneity of Variances Test (Levene's)	p
Емоційне самоусвідомлення	0.618

За таблицею 3.3.2 за критерієм Лівена значення p більше 0.05, отже гомогенність дисперсій в групах за шкалою емоційного самоусвідомлення рівна, тож порівнювати групи можна за допомогою t-критерію Стьюдента.

Таблиця 3.3.3 Порівняння груп
за допомогою t-критерію Стьюдента

Independent Samples T-Test (Student's t)	p-значення Гіпотеза: юнаки >
---	--

	підлітки
Емоційне самоусвідомлення	0.068

Згідно з таблицею 3.3.3 Відповідно до перевірки за t-критерієм Стьюдента старші підлітки (юнаки) мають тенденцію до вищого рівня емоційного самоусвідомлення в порівнянні з молодшими підлітками. (припущення чому так може бути). Ця тенденція має потенціал підтвердитись на більшій вибірці.

Вищий рівень емоційного самоусвідомлення у старших підлітків може пояснюватися закономірним процесом розвитку когнітивних здібностей та абстрактного мислення, що дозволяє краще аналізувати власні емоційні стани. З віком накопичується більший емоційний досвід та розширюються можливості для його рефлексії. Старші підлітки також демонструють більш розвинену здатність до самоаналізу та інтроспекції, що є частиною процесу формування більш зрілої особистісної ідентичності. Важливим фактором також може бути розширення сфер соціальної взаємодії, що вимагає кращого розуміння власних емоційних реакцій та їх впливу на міжособистісні стосунки.

Таблиця 3.3.4 Порівняння груп за допомогою критерію U Манна-Уїтні

Independent Samples T-Test (Mann-Whitney U)	p
Гіпотеза: юнаки > підлітки	
Сприйнятий стрес	0.187
Стресостійкість	0.116
Сприйняття соціальної підтримки	0.322
Друзі	0.441
Сім'я	0.509
Інші	0.101
Диференціація емоцій	0.152

Вираження емоцій	0.162
Емпатія	0.765
Управління емоціями	0.189
Прийняття відповідальності	0.117

Згідно з порівнянням груп за допомогою U критерію Манна-Уїтні, юнаки та підлітки не мають статистично значимих відмінностей за рівнем сприйнятого стресу, стресостійкості, сприйняття соціальної підтримки, підтримки від друзів, сім'ї та інших, здатністю до диференціації емоцій, вираження емоцій, рівнем емпатії, управління емоціями та прийняттям відповідальності.

Таблиця 3.3.5 Порівняння груп за допомогою критерію U Манна-Уїтні в розрізі життєвих цінностей 1

Independent Samples T-Test (Mann-Whitney U)	P
Гіпотеза: юнаки < підлітки	
Активне діяльне життя	0.110
Життєва мудрість	0.061
Здоров'я	0.050
Цікава робота	0.088
Краса природи й мистецтва	0.050
Любов	0.049
Матеріально забезпечене життя	0.070
Наявність друзів	0.191
Суспільне визнання	0.633
Пізнання	0.087
Продуктивне життя	0.191
Розвиток	0.063
Розваги	0.066
Свобода	0.089

Щасливе сімейне життя	0.526
Щастя інших	0.594
Творчість	0.318
Упевненість у собі	0.211

Таблиця 3.2.6 Порівняння груп за допомогою критерію U Манна-Уїтні в розрізі життєвих цінностей 2

Independent Samples T-Test (Mann-Whitney U)	P
Гіпотеза: юнаки < підлітки	
Акуратність	0.165
Вихованість	0.044
Високі вимоги	0.153
Життєрадісність	0.051
Ретельність	0.127
Незалежність	0.202
Непримиренність до недоліків	0.459
Освіченість	0.017
Відповідальність	0.046
Раціоналізм	0.014
Самоконтроль	0.072
Сміливість відстояти свою думку	0.196
Тверда воля	0.040
Терпимість	0.281
Широта поглядів	0.070
Чесність	0.036
Ефективність у справах	0.088
Чуйність	0.324

Щодо порівняння юнаків та підлітків в розрізі життєвих цінностей, то підлітки більше надають перевагу цінностям: здоров'я, краса природи й

мистецтва, любов, вихованість, освіченість, відповідальність, раціоналізм, тверда воля та чесність.

Вища значущість цінностей здоров'я, краси природи й мистецтва, любові, вихованості, освіченості, відповідальності, раціоналізму, твердої волі та чесності у молодших підлітків може відображати сильніший вплив виховання та формальної освіти на цьому етапі розвитку. Молодші підлітки часто демонструють більшу орієнтацію на соціально схвалювані та традиційні цінності через менший життєвий досвід та більш ідеалістичний світогляд. У цьому віці також може бути сильнішою потреба відповідати соціальним очікуванням та слідувати засвоєним нормам.

Також вони проявляють тенденцію до більшого надання переваги таким цінностям, як: життєва мудрість, цікава робота, матеріально забезпечене життя, розвиток, пізнання, свобода, життєрадісність, самоконтроль, широта поглядів та ефективність у справах. (припущення чому так може бути).

Тенденція до вищої значущості цінностей життєвої мудрості, цікавої роботи, матеріального забезпечення, розвитку, пізнання, свободи, життєрадісності, самоконтролю, широти поглядів та ефективності у справах у молодших підлітків може бути пов'язана з більшою відкритістю до нового досвіду та активним формуванням світогляду. На цьому етапі розвитку підлітки часто демонструють більш оптимістичний погляд на життєві перспективи, що може пояснюватися меншим досвідом зіткнення з реальними життєвими обмеженнями. Важливу роль також відіграє активний процес формування життєвих цілей та планів, який підтримується освітнім середовищем.

Варто зазначити, що виявлені відмінності можуть бути значно модифіковані специфічним контекстом воєнного часу. Старші підлітки, маючи більш розвинену здатність до критичного осмислення реальності, можуть демонструвати більш прагматичний підхід до життєвих цінностей

через краще розуміння складності поточної ситуації та її потенційних наслідків. Це може пояснювати певне зниження значущості деяких цінностей порівняно з молодшими підлітками, які можуть зберігати більш ідеалістичне світосприйняття.

Таблиця 3.2.7 Порівняння груп
за допомогою t-критерію Стьюдента

Independent Samples T-Test (Student's t)	р-значення Гіпотеза: жінки \neq чоловіки
Сприйнятий стрес	0.962

Таблиця 3.2.8

Перевірка гомогенності дисперсій у групах

Homogeneity of Variances Test (Levene's)	р
Сприйнятий стрес	0.185

За критерієм Лівена дисперсії в групах за шкалою сприйнятого стресу дисперсії гомогенні, отже порівняння можна проводити за допомогою t-критерію Стьюдента. Порівняння показало, що групи не мають статистично значущих відмінностей за рівнем сприйнятого стресу.

Таблиця 3.2.9 Порівняння груп
за допомогою критерію U Манна-Уїтні

Independent Samples T-Test (Mann-Whitney U)	р
Гіпотеза: чоловіки < жінки	
Стресостійкість	0.141
Сприйняття соціальної підтримки	0.049
Друзі	0.302
Сім'я	0.035
Інші	0.021
Диференціація емоцій	0.520

Вираження емоцій	0.100
Емпатія	0.127
Управління емоціями	0.329
Прийняття відповідальності	0.740
Емоційне самоусвідомлення	0.164

За критерієм Манна-Уїтні виявилось, що дівчата мають вищий рівень сприйняття соціальної підтримки, підтримки від сім'ї та інших.

Вищий рівень сприйняття соціальної підтримки, особливо від сім'ї та інших, у дівчат може бути пов'язаний з кількома соціально-психологічними факторами. Традиційно дівчата більше орієнтовані на побудову та підтримку соціальних зв'язків, демонструють вищий рівень емоційної експресивності та відкритості у спілкуванні. Це може сприяти формуванню більш розгалуженої мережі соціальної підтримки та кращому усвідомленню її наявності. Також дівчата часто мають більш розвинені навички міжособистісної комунікації та емоційного обміну, що може полегшувати процес отримання та усвідомлення соціальної підтримки.

За іншими змінними істотної різниці між групами дівчат та хлопців не було виявлено.

Таблиця 3.3.10 Визначення характеру розподілу змінних у групах за безпечністю регіону проживання

Shapiro-Wilk p	Група 1	Група 2
Сприйнятий стрес	0.168	0.638
Стресостійкість	0.065	0.514
Сприйняття соціальної підтримки	0.007	0.030
Друзі	0.014	0.046
Сім'я	0.007	0.295
Інші	0.001	0.042
Диференціація емоцій	0.019	0.016

Вираження емоцій	0.025	0.950
Емпатія	0.052	0.417
Управління емоціями	0.126	0.184
Прийняття відповідальності	0.234	0.409
Емоційне самоусвідомлення	0.541	0.626

Для порівняння груп підлітків, які проживають в більш небезпечних регіонах (група 2) та умовно більш безпечних (група 1) також необхідно перевірити нормальність розподілу змінних в цих групах. Значення p за критерієм Шапіро-Уїлка показує, що нормальний розподіл спостерігається за шкалами: сприйнятий стрес, стресостійкість, емпатія, управління емоціями, прийняття відповідальності та емоційне самоусвідомлення. Тобто за цими змінними необхідно додатково перевірити рівність дисперсій в групах. За іншими змінними порівняння можна проводити за допомогою критерію U Манна Уїтні.

Таблиця 3.2.10

Перевірка гомогенності дисперсій у групах за безпечністю регіон
проживання

Homogeneity of Variances Test (Levene's)	p
Сприйнятий стрес	0.492
Стресостійкість	0.107
Емпатія	0.611
Управління емоціями	0.788
Прийняття відповідальності	0.454
Емоційне самоусвідомлення	0.141

Відповідно до перевірки за критерієм Лівена дисперсії в групах за місцем проживання рівні (значення p більше 0.05). Отже за цими шкалами можна проводити порівняння груп за допомогою t -критерію Стьюдента.

Таблиця 3.2.11

Порівняння груп за безпечністю регіону проживання за допомогою t -критерію Стьюдента

Independent Samples T-Test (Student's t)	p-значення Гіпотеза: група 1 < група2
Сприйнятий стрес	0.008
Стресостійкість	0.447
Емпатія	0.156
Управління емоціями	0.931
Прийняття відповідальності	0.679
Емоційне самоусвідомлення	0.750

Згідно з результатами порівняння груп за допомогою t -критерію Стьюдента, підлітки, які проживають в умовно більш безпечних регіонах, характеризуються меншим рівнем сприйнятого стресу та до того ж мають тенденцію до вищого рівня управління емоціями.

Нижчий рівень сприйнятого стресу та тенденція до кращого управління емоціями у підлітків з умовно безпечніших регіонів може пояснюватися більш стабільним середовищем проживання. Відсутність постійної загрози безпеці створює сприятливіші умови для психологічного функціонування та емоційної регуляції. Менша кількість стресових факторів, пов'язаних з воєнними діями (відсутність регулярних повітряних тривог, віддаленість від зони бойових дій, краща збереженість інфраструктури), дозволяє зберігати більш стабільний емоційний стан та розвивати навички управління емоціями в більш сприятливих умовах.

Таблиця 3.3.12 Порівняння груп по безпечності регіону проживання за допомогою критерію U Манна-Уїтні в розрізі життєвих цінностей 1

Independent Samples T-Test (Mann-Whitney U) Гіпотеза: група 1 > група 2	P
Активне діяльне життя	0.381
Життєва мудрість	0.040
Здоров'я	0.388
Цікава робота	0.288
Краса природи й мистецтва	0.200
Любов	0.507
Матеріально забезпечене життя	0.182
Наявність друзів	0.546
Суспільне визнання	0.415
Пізнання	0.046
Продуктивне життя	0.184
Розвиток	0.203
Розваги	0.369
Свобода	0.103
Щасливе сімейне життя	0.189
Щастя інших	0.396
Творчість	0.568
Упевненість у собі	0.011

Таблиця 3.3.13 Порівняння груп по безпечності регіону проживання за допомогою критерію U Манна-Уїтні в розрізі життєвих цінностей 2

Independent Samples T-Test (Mann-Whitney U) Гіпотеза: чоловіки < жінки	P
Акуратність	0.060
Вихованість	0.167

Високі вимоги	0.143
Життєрадісність	0.202
Ретельність	0.152
Незалежність	0.086
Непримиренність до недоліків	0.306
Освіченість	0.421
Відповідальність	0.121
Раціоналізм	0.163
Самоконтроль	0.134
Сміливість відстояти свою думку	0.167
Тверда воля	0.113
Терпимість	0.154
Широта поглядів	0.401
Чесність	0.399
Ефективність у справах	0.036
Чуйність	0.322

Щодо порівняння за життєвими цінностями, то згідно таблицям 3.3.12, 3.3.13 підліткам з більш безпечних регіонів характерно надавати перевагу таким цінностям: життєва мудрість, пізнання, упевненість у собі та ефективність у справах; а також мають тенденцію до надання переваги цінності акуратності.

Щодо відмінностей у ціннісних орієнтаціях, то вища значущість життєвої мудрості, пізнання, впевненості у собі та ефективності у справах для підлітків з безпечніших регіонів може бути пов'язана з наявністю більших ресурсів для особистісного розвитку та самореалізації. В умовах відносної безпеки підлітки мають можливість зосереджуватися на довгострокових цілях розвитку, освіти та самовдосконаленні, не витрачаючи значну частину психологічних ресурсів на подолання базових загроз безпеці.

Тенденція до надання більшої переваги акуратності може відображати збереження звичного життєвого укладу та можливість підтримувати звичні стандарти організації життя. У більш безпечних регіонах підлітки можуть дозволити собі приділяти увагу таким аспектам як порядок та організованість, оскільки їхня базова потреба в безпеці краще задоволена.

Ці відмінності також можуть вказувати на те, що відносна безпека створює кращі умови для формування більш диференційованої системи цінностей, яка виходить за межі базового виживання та адаптації до кризових умов. Підлітки з безпечніших регіонів мають більше можливостей для розвитку різних аспектів особистості та реалізації різноманітних життєвих цілей.

3.4 Регресійна модель

Ми розрахували регресійну модель впливу сприйняття соціальної підтримки, нетерпимості до недоліків в собі та інших, чуйності на емоційне самоусвідомлення (таблиці 3.4.1, 3.4.2). Коефіцієнт множинної детермінації розрахованої моделі становить 0.353, отже варіація незалежних змінних пояснює 35.3% варіації залежної змінної. Скоригований коефіцієнт множинної детермінації становить 0,318, тобто наш прогноз якісний на 31.8%. Модель також характеризується значущим стабільним впливом константи та статистичною значущістю самої моделі (p менше ніж 0.05). Також відсутні автокореляції (значення за коефіцієнтом Дарбіна-Уотсона 1.94) та мультиколінеарність (показник VIF менше 5).

Найбільший позитивний вплив на емоційне самоусвідомлення підлітків чинить сприйняття соціальної підтримки (0,464), дещо менший — життєва цінність непримиренності до недоліків в собі та інших (0,200), а життєва цінність чесності має негативний вплив на залежну змінну (-0,206).

Таблиця 3.4.1 Регресійна модель та статистичні коефіцієнти

Model Fit Measures						
			Overall Model Test			
R	R ²	Adjusted R ²	F	df1	df2	p
0.594	0.353	0.318	10.2	3	56	<.001
Model Coefficients — Емоційне самоусвідомлення						
Predictor		p	Stand. Estimate			
Intercept		<.001				
Сприйняття соціальної підтримки		<.001	0.464			
Непримеримість до недоліків		0.115	0.200			
Чесність		0.082	-0.206			

Таблиця 3.4.2

Перевірка наявності автокореляцій та мультиколінеарності

Durbin-Watson Test for Autocorrelation		
Autocorrelation	DW Statistic	p
0.00813	1.94	0.768
Collinearity Statistics		
	VIF	Tolerance
Сприйняття соціальної підтримки	1.22	0.823
Непримеримість до недоліків	1.35	0.742
Чесність	1.17	0.856

Висновки до розділу 3

На основі аналізу результатів дослідження психологічних особливостей соціалізації підлітків в умовах війни можна зробити такі висновки до розділу.

У термінальних цінностях підлітків в умовах війни найбільш значущими виявились здоров'я, наявність гарних і вірних друзів, щасливе сімейне життя, любов та свобода. Це відображає підвищену потребу в безпеці, соціальній підтримці та емоційній стабільності в умовах війни. Найменш значущими термінальними цінностями стали краса природи й мистецтва, щастя інших, творчість, суспільне визнання та розваги, що може свідчити про природну переорієнтацію ціннісної системи на базові потреби виживання.

Серед інструментальних цінностей найбільш значущими для підлітків виявились вихованість, чесність, життєрадісність, відповідальність та незалежність. Найменш значущими стали ефективність у справах, широта поглядів, терпимість, високі запити та непримиренність до недоліків, що може відображати адаптивну реакцію на кризові умови життя.

Дослідження виявило, що старші підлітки (юнаки) мають тенденцію до вищого рівня емоційного самоусвідомлення порівняно з молодшими підлітками. Це може пояснюватися природним розвитком когнітивних здібностей та накопиченням емоційного досвіду з віком.

Порівняння за гендерною ознакою показало, що дівчата мають вищий рівень сприйняття соціальної підтримки, особливо від сім'ї та інших. Це може бути пов'язано з кращими навичками міжособистісної комунікації та більшою орієнтацією на побудову соціальних зв'язків.

Підлітки з умовно більш безпечних регіонів характеризуються нижчим рівнем сприйнятого стресу та тенденцією до кращого управління емоціями. Вони також більше цінують життєву мудрість, пізнання, впевненість у собі та ефективність у справах, що може бути пов'язано з наявністю більших ресурсів для особистісного розвитку.

Регресійний аналіз показав, що на емоційне самоусвідомлення підлітків найбільший позитивний вплив має сприйняття соціальної підтримки, менший вплив - непримиренність до недоліків, а життєва цінність чесності має негативний вплив. Модель пояснює 35.3% варіації залежної змінної, що свідчить про наявність інших важливих факторів впливу на емоційне самоусвідомлення підлітків в умовах війни.

ВИСНОВКИ

На основі проведеного теоретичного аналізу та емпіричного дослідження психологічних особливостей соціалізації підлітків в умовах війни можна зробити наступні висновки.

Війна як потужний стрес-фактор суттєво впливає на процес соціалізації підлітків, трансформуючи їхню систему цінностей та механізми адаптації. Дослідження виявило, що в умовах війни відбувається переорієнтація ціннісної системи підлітків на базові потреби безпеки та виживання. Найбільш значущими термінальними цінностями для підлітків стали здоров'я, наявність надійних друзів, щасливе сімейне життя, любов та свобода, що відображає підвищену потребу в безпеці, соціальній підтримці та емоційній стабільності. Серед інструментальних цінностей на перший план вийшли вихованість, чесність, життєрадісність, відповідальність та незалежність, що може розглядатися як адаптивна реакція на кризові умови життя.

Дослідження виявило значущі відмінності в особливостях соціалізації залежно від віку, статі та місця проживання підлітків. Старші підлітки демонструють тенденцію до вищого рівня емоційного самоусвідомлення порівняно з молодшими, що може пояснюватися природним розвитком когнітивних здібностей та накопиченням емоційного досвіду. Гендерні відмінності проявилися у вищому рівні сприйняття соціальної підтримки у дівчат, особливо від сім'ї та інших, що може бути пов'язано з кращими навичками міжособистісної комунікації та більшою орієнтацією на побудову соціальних зв'язків.

Важливим фактором соціалізації виявилось місце проживання підлітків. Ті, хто проживає в умовно більш безпечних регіонах, характеризуються нижчим рівнем сприйнятого стресу та кращим управлінням емоціями. Вони також демонструють більшу схильність до цінностей саморозвитку (життєва мудрість, пізнання, впевненість у собі), що

може бути пов'язано з наявністю більших ресурсів для особистісного розвитку та меншою концентрацією на питаннях базової безпеки.

Регресійний аналіз показав, що ключовим фактором впливу на емоційне самоусвідомлення підлітків є сприйняття соціальної підтримки, що підкреслює важливість соціального оточення у формуванні психологічної стійкості в умовах війни. Цей взаємозв'язок вказує на необхідність посилення систем соціальної підтримки як важливого ресурсу адаптації підлітків до стресових умов.

Результати дослідження демонструють, що соціалізація підлітків в умовах війни характеризується специфічними особливостями, які потребують уваги з боку психологів, педагогів та інших фахівців, що працюють з підлітками. Виявлені закономірності вказують на необхідність диференційованого підходу до психологічної підтримки підлітків з урахуванням їх віку, статі та умов проживання.

Особливу увагу варто приділити розвитку систем соціальної підтримки та створенню умов для формування емоційної компетентності підлітків, оскільки ці фактори виявилися ключовими для успішної адаптації в умовах війни. Важливим є також створення можливостей для реалізації цінностей саморозвитку та самореалізації, особливо для підлітків, які проживають у небезпечних регіонах.

Отримані результати можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки підлітків в умовах війни, а також для вдосконалення системи освіти та виховання з урахуванням виявлених особливостей соціалізації. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення довгострокових наслідків впливу війни на процес соціалізації підлітків та розробку ефективних стратегій подолання негативних наслідків цього впливу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андреева, Г. М. (2001). *Соціальна психологія*. Аспект Пресс.
2. Виготський, Л. С. (2005). *Психологія розвитку людини*. Харків: Прапор.
3. Власова, О. І. (2005). *Емоційна самосвідомість як складова емоційного інтелекту підлітків*. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка.
4. Герман, Дж. Л. (2019). *Травма і одужання*. Київ: Видавництво "Основи".
5. Гоулман, Д. (2020). *Емоційний інтелект*. Київ: Наш Формат.
6. Головка, М. О., & Лазаренко, О. П. (2023). *Вплив війни на соціалізацію українських підлітків: Виклики та можливості*. *Освіта і психологія*, 6(3), 89–101.
7. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. (2023). *Психологічна підтримка дітей і підлітків в умовах війни: Методичні рекомендації*. Київ: ІСПП НАПН України.
8. Савчин, М. В. (2020). *Вікова психологія: Навчальний посібник*. Академвидав.
9. Сахарова, Л. Д., & Чебикін, О. М. (2022). Психологічні наслідки війни для підлітків: Тривожність, агресія, посттравматичний стресовий розлад. *Психологія і суспільство*, 2(44), 45–56.
10. Сельє, Г. (1979). *Стрес без дистресу*. Київ: Наукова думка.
11. Сельє, Г. (2024). *Анатомія стресу*. Київ: Наукова думка.
12. Сердюк, Л. (2019). *Вплив війни на соціалізацію підлітків: Психосоціальні наслідки конфлікту*. Харків: Видавництво ХНУ.
13. Титаренко, Т. М. (2018). *Психологія стресостійкості особистості в сучасних умовах*. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка.
14. Шевчук, Л. (2015). Соціалізація підлітків: Теоретичні аспекти. *Педагогічний процес: Теорія і практика*, (1–2), 46–55.
15. Boyd, D. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens*. Yale University Press.

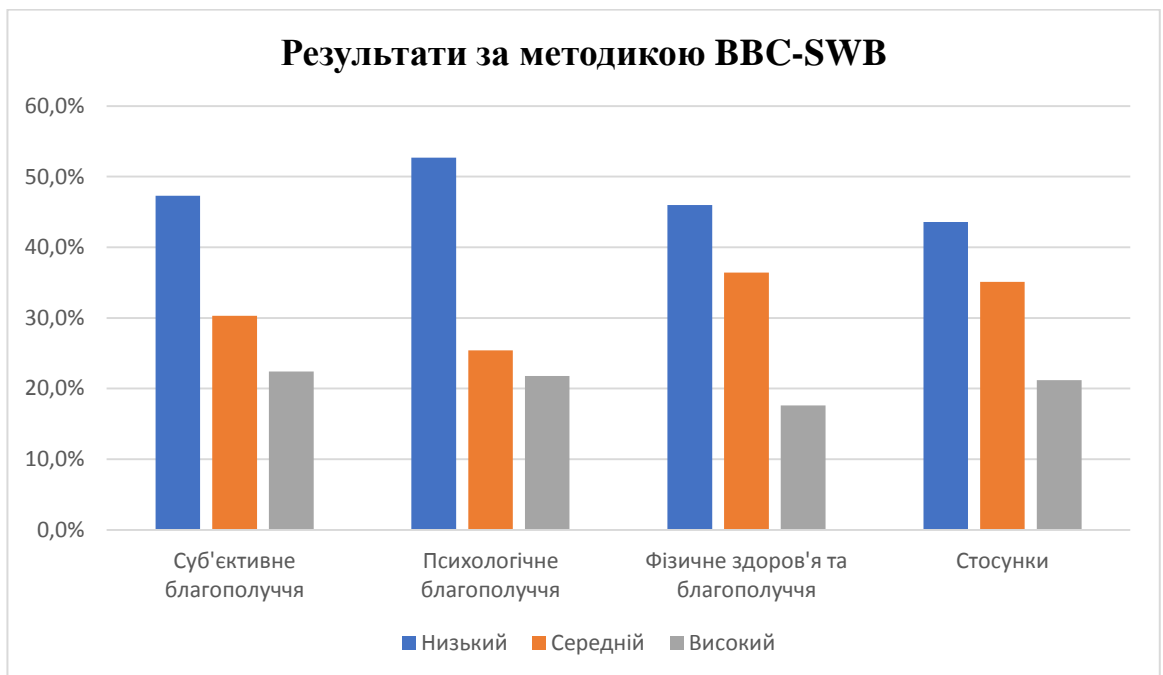
16. Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
17. Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Norton & Company.
18. Freud, S. (1955). *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud, Volume XIX (1923–1925): The ego and the id and other works (J. Strachey, Ed. & Trans.)*. Hogarth Press.
19. Mannheim, K. (1952). *Essays on the sociology of knowledge*. Routledge & Kegan Paul.
20. McLaughlin, K. A., & Hatzenbuehler, M. L. (2009). *Stress and emotional awareness in adolescence: A longitudinal examination*. *Developmental Psychology*, 45(4), 1131–1143. <https://doi.org/10.1037/a0016124>
21. Parsons, T. (1956). *Family socialization and interaction process*. *American Sociological Review*, 21(4), 369–376.
22. Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children*. International Universities Press.
23. Piaget, J. (1972). *Intellectual evolution from adolescence to adulthood*. *Human Development*, 15(1), 1–12.
24. Shaffer, D. R. (2007). *Social and Personality Development*. Wadsworth Publishing.
25. Skinner, B. F. (2002). *Beyond freedom and dignity* (2nd ed.). Hackett Publishing.
26. Tarde, G. (1899). *Social laws: An outline of sociology* (H. C. Warren, Trans.). Macmillan.
27. Thompson, R. J. (2019). *Emotional awareness and adolescent development: A longitudinal study of psychological resilience*. *Journal of Adolescent Research*, 34(2), 145–163.
28. UNICEF. (2017). *A familiar face: Violence in the lives of children and adolescents*. New York: UNICEF. Retrieved from <https://www.unicef.org>

29.UNICEF. (2022). *25 Years of Children and Armed Conflict: Taking Action to Protect Children in War*. Retrieved from <https://www.unicef.org>

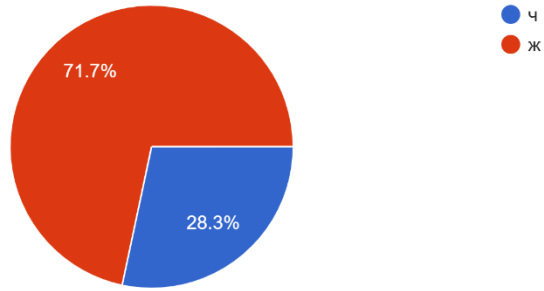
30.World Health Organization. (2020). *Adolescent health*. Geneva: WHO.

ДОДАТКИ

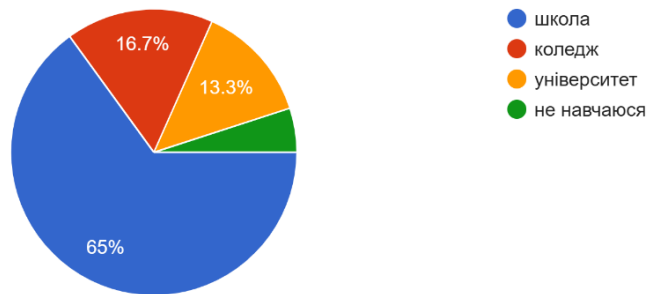
ДОДАТОК А



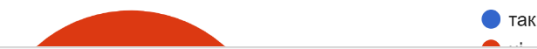
Стать
60 responses



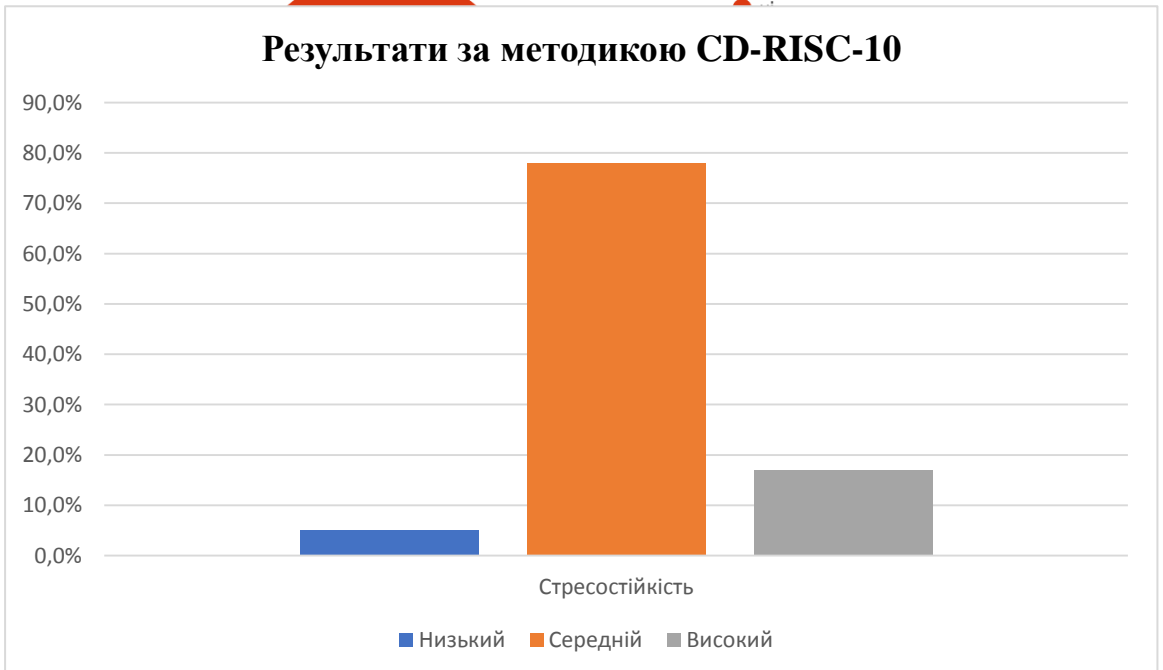
Навчаєшся
60 responses

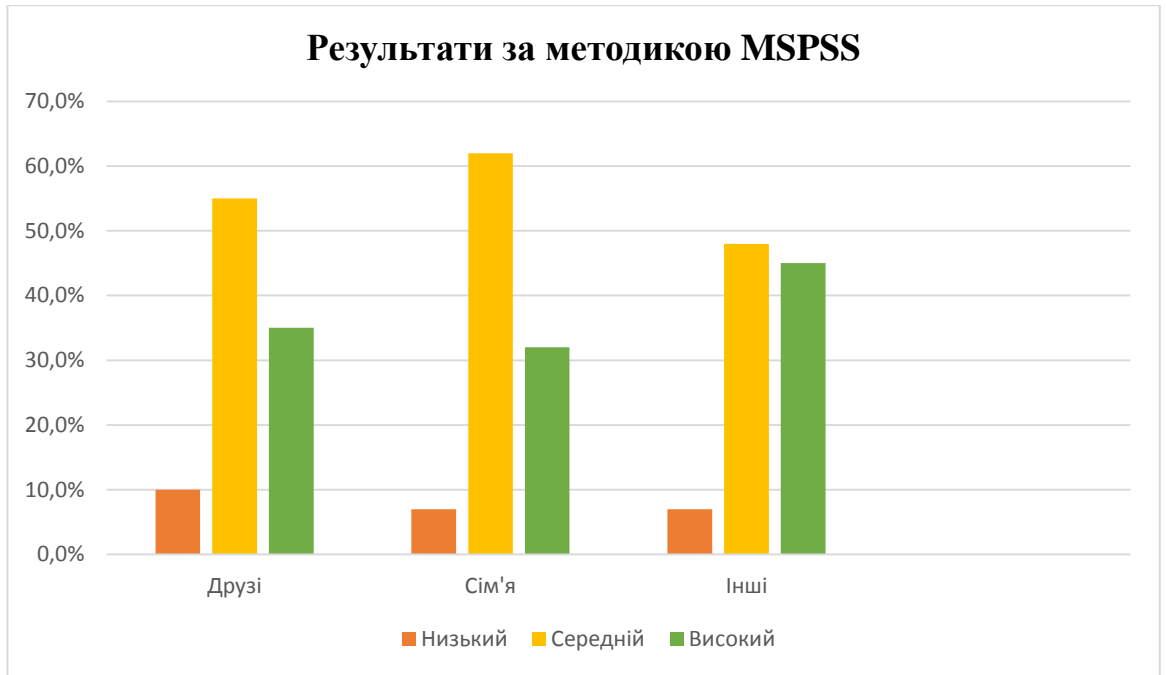


чи є ти ВПО? *внутрішньо переміщеною особою
60 responses



Результати за методикою CD-RISC-10





Стимульний матеріал до методики М. Рокича «Ціннісні орієнтації»**Список А (термінальні цінності)**

- 1а. Активне діяльне життя (повнота й емоційна насиченість життя).
- 2а. Життєва мудрість (зрілість суджень і здоровий глузд, що досягаються життєвим досвідом).
- 3а. Здоров'я (фізичне й психічне).
- 4а. Цікава робота.
- 5а. Краса природи й мистецтва (переживання прекрасного в природі й у мистецтві).
- 6а. Любов (духовна й фізична близькість із коханою людиною).
- 7а. Матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних ускладнень).
- 8а. Наявність гарних і вірних друзів.
- 9а. Суспільне визнання (повага навколишніх, колективу, товаришів по роботі).
- 10а. Пізнання (можливість розширення своєї освіти, світогляду, загальної культури, інтелектуальний розвиток).
- 11а. Продуктивне життя (максимально повне використання своїх можливостей, сил і здібностей).
- 12а. Розвиток (робота над собою, постійне фізичне й духовне вдосконалювання).
- 13а. Розваги (приємне, необтяжливе проведення часу, відсутність обов'язків).
- 14а. Воля (самостійність, незалежність у судженнях і вчинках).
- 15а. Щасливе сімейне життя.
- 16а. Щастя інших (добробут, розвиток і вдосконалювання інших людей, усього народу, людства в цілому).
- 17а. Творчість (можливість творчої діяльності). 18а. Упевненість у собі (внутрішня гармонія, свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів).

Список Б (інструментальні цінності)

16. Акуратність (охайність), уміння тримати в порядку речі, порядок у справах.
26. Вихованість (гарні манери).
36. Високі запити (високі вимоги до життя й високі домагання).
46. Життєрадісність (почуття гумору).
56. Ретельність (дисциплінованість).
66. Незалежність (здатність діяти самостійно, рішуче).
76. Непримиренність до недоліків у собі й інших.
86. Освіченість (широта знань, висока загальна культура).
96. Відповідальність (почуття обов'язку, уміння дотримуватися слова).
106. Раціоналізм (уміння здорово та логічно мислити, приймати обмірковані, раціональні рішення).
116. Самоконтроль (стриманість, самодисципліна).
126. Сміливість у відстоюванні своєї думки, своїх поглядів.
136. Тверда воля (уміння наполягти на своєму, не відступати перед труднощами).
146. Терпимість (до поглядів і думок інших, уміння прощати іншим їхні помилки й омани).
156. Широта поглядів (уміння зрозуміти чужу точку зору, поважати інші смаки, звичаї, звички).
166. Чесність (правдивість, щирість).
176. Ефективність у справах (працьовитість, продуктивність у роботі).
186. Чуйність (дбайливість).

*ДОДАТОК В***Стимульний матеріал до методики «Шкала сприйнятого стресу» (PSS-10),**

- | | |
|--|-----------|
| 1. Як часто за останній місяць ви були засмучені через щось, що трапилося несподівано? | 0 1 2 3 4 |
| 2. Як часто за останній місяць ви відчували, що не можете контролювати важливі речі у вашому житті? | 0 1 2 3 4 |
| 3. Як часто за останній місяць ви відчували знервованість та стрес? | 0 1 2 3 4 |
| 4. Як часто за останній місяць ви були впевнені, що зможете вирішити свої особисті проблеми? | 0 1 2 3 4 |
| 5. Як часто за останній місяць ви відчували, що все відбувається по-вашому (відповідно до ваших бажань, планів та поглядів)? | 0 1 2 3 4 |
| 6. Як часто за останній місяць ви відчували, що не можете впоратися з тим, що маєте зробити? | 0 1 2 3 4 |
| 7. Як часто за останній місяць ви були здатні контролювати роздратованість з приводу того, що відбувається у вашому житті? | 0 1 2 3 4 |
| 8. Як часто за останній місяць ви почувалися «господарем становища»? | 0 1 2 3 4 |

9. Як часто за останній місяць ви були розсерджені через події, на які не могли впливати? 0 1 2 3 4

10. Як часто за останній місяць ви відчували, ніби труднощів накопичилося так багато, що ви не можете їх подолати? 0 1 2 3 4

ШКАЛА СТРЕСОСТІЙКОСТІ КОННОРА — ДЕВІДСОНА-10 (CD-RISC-10)

Інструкція: Будь ласка, вкажіть, наскільки Ви погоджуєтеся з такими твердженнями, оцінюючи свій досвід за минулий місяць. Якщо та чи інша ситуація не мала місця останнім часом, як би Ви, на Вашу думку, почувалися за таких обставин?

	Зовсім невірно (0)	Дуже рідко вірно (1)	Іноді вірно (2)	Часто вірно (3)	Майже завжди вірно (4)
1. Я можу адаптуватися до змін.					
2. Я можу впоратися з будь-якими перепонами на своєму шляху.					
3. Я намагаюся підходити з гумором до проблем, що виникають					
4. Необхідність протистояти стресу робить мене сильнішим.					
5. Я швидко приходжу до норми після хвороб, травм чи інших негараздів.					
6. Я вважаю, що можу досягти своєї мети, навіть якщо є перешкоди.					

7. У стресовій ситуації я не втрачаю здатності зосереджуватись і ясно мислити					
8. Я не з тих, кого зупиняють невдачі.					
9. Я вважаю себе сильною особистістю, коли йдеться про виклики і труднощі життя.					
10. Я можу справлятися з неприємними чи болісними відчуттями, такими як сум, страх та гнів.					

Багатомірна шкала сприйняття соціальної підтримки**ІНСТРУКЦІЯ:**

Опитування проводиться з метою дослідження особистого самопочуття. Опитування є добровільним і анонімним. Ми зацікавлені в тому, що ви думаєте щодо кожного з наступних тверджень. Уважно прочитайте кожне твердження і виберіть цифру відповідно до того, як ви оцінюєте твердження щодо себе, якщо: 0 - ви дуже не згодні, 1 - ви не згодні, 2 - ви трохи не згодні, 3 - якщо ви нейтральні, 4 - ви злегка згодні, 5 - ви згодні, 6 - ви дуже згодні. Відповіді мають бути на всі питання. Дякуємо за Ваш час та відповіді!

1. Є хтось, хто поряд, коли я в біді.

- 0 - "ви дуже не згодні";
- 1 - "ви не згодні";
- 2 - "ви трохи не згодні";
- 3 - "якщо ви нейтральні";
- 4 - "ви злегка згодні";
- 5 - "ви згодні";
- 6 - "ви дуже згодні".

2. Є хтось, з ким я можу розділити свої біди і радощі.

- 0 - "ви дуже не згодні";
- 1 - "ви не згодні";
- 2 - "ви трохи не згодні";
- 3 - "якщо ви нейтральні";
- 4 - "ви злегка згодні";
- 5 - "ви згодні";
- 6 - "ви дуже згодні".

3. Моя сім'я насправді хоче мені допомогти.

- 0 - "ви дуже не згодні";
- 1 - "ви не згодні";
- 2 - "ви трохи не згодні";
- 3 - "якщо ви нейтральні";
- 4 - "ви злегка згодні";
- 5 - "ви згодні";
- 6 - "ви дуже згодні".

4. Я отримую емоційну підтримку, в якій маю потребу, від моєї сім'ї.

- 0 - "ви дуже не згодні";
- 1 - "ви не згодні";
- 2 - "ви трохи не згодні";
- 3 - "якщо ви нейтральні";
- 4 - "ви злегка згодні";
- 5 - "ви згодні";
- 6 - "ви дуже згодні".

5. У мене є хтось, з ким я відчуваю себе добре.

- 0 - "ви дуже не згодні";
- 1 - "ви не згодні";
- 2 - "ви трохи не згодні";
- 3 - "якщо ви нейтральні";
- 4 - "ви злегка згодні";
- 5 - "ви згодні";
- 6 - "ви дуже згодні".

6. Мої друзі насправді намагаються мені допомогти.

- 0 - "ви дуже не згодні";
- 1 - "ви не згодні";
- 2 - "ви трохи не згодні";
- 3 - "якщо ви нейтральні";
- 4 - "ви злегка згодні";
- 5 - "ви згодні";
- 6 - "ви дуже згодні".

7. Я можу розраховувати на моїх друзів, коли мені погано.

- 0 - "ви дуже не згодні";
- 1 - "ви не згодні";
- 2 - "ви трохи не згодні";
- 3 - "якщо ви нейтральні";
- 4 - "ви злегка згодні";
- 5 - "ви згодні";
- 6 - "ви дуже згодні".

8. Я можу говорити про мої проблеми з моєю сім'єю.

- 0 - "ви дуже не згодні";
- 1 - "ви не згодні";
- 2 - "ви трохи не згодні";
- 3 - "якщо ви нейтральні";
- 4 - "ви злегка згодні";
- 5 - "ви згодні";
- 6 - "ви дуже згодні".

9. У мене є друзі, з якими я можу розділити свої біди і радощі.

- 0 - "ви дуже не згодні";
- 1 - "ви не згодні";

- 2 - "ви трохи не згодні";
- 3 - "якщо ви нейтральні";
- 4 - "ви злегка згодні";
- 5 - "ви згодні";
- 6 - "ви дуже згодні".

10. Є хтось особливий в моєму житті, кого турбують мої почуття.

- 0 - "ви дуже не згодні";
- 1 - "ви не згодні";
- 2 - "ви трохи не згодні";
- 3 - "якщо ви нейтральні";
- 4 - "ви злегка згодні";
- 5 - "ви згодні";
- 6 - "ви дуже згодні".

11. Моя сім'я хоче допомогти мені в прийнятті рішень.

- 0 - "ви дуже не згодні";
- 1 - "ви не згодні";
- 2 - "ви трохи не згодні";
- 3 - "якщо ви нейтральні";
- 4 - "ви злегка згодні";
- 5 - "ви згодні";
- 6 - "ви дуже згодні".

12. Я можу говорити про мої проблеми з моїми друзями.

- 0 - "ви дуже не згодні";
- 1 - "ви не згодні";
- 2 - "ви трохи не згодні";
- 3 - "якщо ви нейтральні";

- 4 - "ви злегка згодні";
- 5 - "ви згодні";
- 6 - "ви дуже згодні".

ДОДАТОК Д**Стимульний матеріал до «Тесту емоційного самоусвідомлення»****О. Власова, М. Березюк**

Інструкція: «Уважно прочитайте кожне твердження. Якщо Ви погоджуєтесь із ним, поставте «+» у бланку відповідей, якщо ні — «-». Будь ласка, будьте чесними та відповідайте так, як відчуваєте, робите або думаєте, а не так, як правильно. Вам можуть трапитися питання, на які важко відповісти однозначно. У таких випадках оберіть варіант відповіді, який найчастіше відповідає дійсності.

1. Як тільки я вирішую щось зробити, я потрапляю в такі обставини, які утримують мене від досягнення мети.
2. Іноді я даю волю почуттям, про що пізніше шкодую.
3. Якщо мій товариш потрапив у халепу, я дуже сильно переживаю і довго не можу заспокоїтись.
4. У спілкуванні з людьми я поведжу себе дуже стримано.
5. Я відчуваюсь нелегко в ситуаціях, коли потрібно виразити свої почуття.
6. Хоч я іноді й потрапляю у конфліктні ситуації, я ніколи не буваю їх ініціатором.
7. Іноді я не можу утриматися від вигуків у цирку, на спортивному матчі і т.п.
8. Я добре розумію, що відчувають інші люди: чи то радість, надію, чи сум, страх, печаль.
9. Я намагаюся не показувати свої почуття і завжди тримаю себе в руках.
10. Я завжди точно знаю, через що у мене зіпсувався настрій.
11. Якщо мені щось не вдається, це трапляється через зовнішні причини, які я не можу змінити.
12. Мені буває важко приховати свій гнів та роздратування.

13. Мій настрій сильно залежить від оточення: якщо компанія весела — у мене піднесений стан, якщо ж сумна — я теж можу засумувати.
14. Мене важко підкупити сльозами.
15. Коли мені необхідно прийняти рішення, я точно знаю, що я відчуваю з приводу цієї ситуації: страх, сумніви, сподівання, безпеку чи ін.
16. Я легко визнаю свої помилки, і мені не важко вибачитися перед тими, кому я завинив.
17. Викладачі часто роблять мені зауваження, коли я не можу стримати свій гарний настрій.
18. Іноді я власним тілом відчуваю чужий біль чи щастя.
19. Я можу зберігати спокій, коли інші люди навколо мене відчувають фізичний біль.
20. Якщо мені хтось не подобається, я часто не можу сказати. Що саме в цій людині я не сприймаю.
21. На мою думку, щастя більше залежить від гарної вдачі, ніж від власних зусиль людини.
22. Іноді, під час перегляду кінофільму, мені важко стримати сльози, хоча я й відчуваю сором за це.
23. Мені важко казати людям «ні».
24. У своїй поведінці я керуюся здоровим глуздом, а не тимчасовими емоціями
25. Коли мені тривожно, я добре усвідомлюю, чого саме я боюсь.
26. Часто в мене псується настрій через близьких людей та друзів.
27. Часом я не можу стримати сміх у недоречних ситуаціях.
28. Я можу переступити через почуття інших людей заради досягнення мети.
29. Я не дозволю собі плакати.

30. При спілкуванні з іншими людьми я іноді не можу визначитися, що саме відчуваю до них — інтерес, нудьгу, симпатію, презирство чи щось інше.
31. Мені не стає легше, коли у когось виявляється така ж сама проблема, як і в мене.
32. Коли у транспорті починаються сварки, я іноді не можу стриматися і теж втручаюсь у суперечку.
33. Якщо я виграю змагання чи конкурс, я відчуваю провину перед тими, хто виявився слабшим.
34. Мені важко зізнаватися у коханні.
35. Я часто прислухаюся до своєї інтуїції.
36. Відчуття щастя залежить тільки від мене.
37. Я можу бити тарілки чи ламати речі, коли дуже розлючений.
38. Я не можу вбити курку чи кроленя, бо мені дуже шкода тварин.
39. На моєму обличчі дуже легко прочитати, що я відчуваю.
40. В моєму житті були такі ситуації, за які я до сих пір відчуваю сором.
41. Коли в мене поганий настрій, я часто зриваю злість на комусь.
42. Якщо хто-небудь дратує мене, я можу сказати все, що про нього думаю, не зважаючи на наслідки.
43. Часто малознайомі люди люблять розповідати мені про свої проблеми.
44. Я легко кажу людям компліменти.
45. Я здатний на сильні почуття, такі, як любов, пристрасть, і т.п.
46. Я легко сприймаю критику.
47. Якщо я бачу несправедливість, мені важко промовчати, навіть коли це загрожує мені поганими наслідками.
48. Коли на моїх очах трапляється якийсь нещасний випадок, я завжди намагаюсь допомогти.
49. Коли мені страшно чи тривожно, я намагаюся робити вигляд, що все гаразд.

50.В мене не буває таких почуттів, як гнів, ненависть, заздрість, презирство, відраза і т.п.

1	6	11	16	21	26	31	36	41	46
2	7	12	17	22	27	32	37	42	47
3	8	13	18	23	28	33	38	43	48
4	9	14	19	24	29	34	39	44	49
5	10	15	20	25	30	35	40	45	50