

КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ  
КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА  
«ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА  
ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ»

на здобуття освітнього рівня «Бакалавр»  
зі спеціальності 053 «Психологія»

Студентки 4 курсу  
ОС “Бакалавр” ОПП “Психологія”  
**Катерини ОКАНЬ**

Науковий керівник:  
кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри соціальної психології  
**Елісо ГРИЩУК**

Допустити до захисту в ЕК  
кафедри соціальної психології  
Протокол № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_  
Завідувач кафедри:  
доктор психологічних наук, професор  
**Алла КОВАЛЕНКО**  
\_\_\_\_\_ (підпис)

## Зміст

<b>ВСТУП.....</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ПСИХОЛОГІЇ.....</b>	<b>7</b>
1.1 ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ: ІСТОРІЯ, ПОНЯТТЯ ТА СТРУКТУРА.....	7
1.2 Чинники психологічного благополуччя та неблагополуччя.....	12
1.3 Толерантність до невизначеності як чинник психологічного благополуччя.....	16
1.4 Особливості медіаспоживання у кризові періоди.....	20
Висновки до розділу 1.....	27
<b>РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОГРАМА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ</b>	<b>29</b>
2.1 Основні етапи емпіричного дослідження.....	29
2.2 Опис діагностичного інструментарію.....	30
2.3. Характеристика вибірки.....	34
Висновки до розділу 2.....	37
<b>РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ.....</b>	<b>39</b>
3.1 Взаємозв'язок толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя особистості.....	39
3.2. Особливості медіаспоживання респондентами новин про перебіг війни	62
3.3 Рекомендації для підвищення рівня психологічного благополуччя та толерантності до невизначеності.....	85
Висновки до розділу 3.....	88
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>92</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>96</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>103</b>

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження.** Психологічне благополуччя індивіда має значний вплив на якість життя особистості. В такі важкі часи воно стало гострою проблемою, адже війна в Україні має значний вплив на рівень психологічного благополуччя українців. Для багатьох людей, психологічне благополуччя – є пріоритетом, але не всім людям відомі його основні складові. Під час війни в Україні проблема толерантності до невизначеності стала дуже актуальною, адже людям довелося навчатися жити абсолютно в невизначених умовах. Для більшості індивідів, стан невизначеності викликає страх, тривогу та занепокоєння. Соціальна значущість проблеми зумовила вибір теми. Важливо виявити чинники благополуччя та з'ясувати чи має вплив толерантність до невизначеності на психологічне благополуччя, щоб розробити рекомендацій для покращення психологічного стану українців. Виявлення наявності чи відсутності впливу медіаспоживання на психологічне благополуччя людей, дозволить розглянути проблему з нового ракурсу. Отже, тема нашого дослідження – є актуальною, адже вона дозволить знайти нові способи покращення психологічного благополуччя та розширити знання про вплив медіаспоживання на благополуччя людини.

**Об'єкт дослідження** – психологічне благополуччя особистості.

**Предмет дослідження** – взаємозв'язок толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя особистості.

**Мета дослідження:** виявити та описати взаємозв'язок толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя. Створити на цій основі рекомендацій для підвищення рівня психологічного благополуччя та толерантності до невизначеності.

**Гіпотези дослідження:**

1. Високий рівень толерантності до невизначеності корелює з високим рівнем психологічного благополуччя.

2. Низький рівень толерантності до невизначеності корелює з низьким рівнем психологічного благополуччя.

3. Думскролінг має кореляційні зв'язки з низьким рівнем психологічного благополуччя.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз підходів до вивчення психологічного благополуччя та толерантності до невизначеності у психології.

2. Визначити актуальний рівень психологічного благополуччя та толерантності до невизначеності серед респондентів.

3. З'ясувати особливості зв'язку психологічного благополуччя та толерантності до невизначеності.

4. Визначити специфіку прояву толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя у групах респондентів з різним типом медіаспоживання новин про перебіг війни.

5. Розробити рекомендації для підвищення рівня психологічного благополуччя та толерантності до невизначеності.

**Методи дослідження:** теоретичні (аналіз джерел (інтернет-ресурси, книги, статі), інтерпретація та тлумачення даних, синтез, узагальнення та систематизація нової інформації); емпіричні (опитування за допомогою анкетування для виявлення типу медіаспоживання новин під час війни та психодіагностичних методик “Шкала суб’єктивного благополуччя» Фетіскін Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.), “Новий опитувальник толерантності до невизначеності” (Корнілова Т.В.), “Велика п’ятірка (Big 5)” (John O.P.); математично-статистичних (нормальність розподілу за критерієм Колмогорова-Смірнова, таблиці сполучень, знаходження середніх величин, t-критерій Стьюдента, кореляційний аналіз за методом Пірсона (Correlation Matrix), однофакторний дисперсійний аналіз (ANOVA) тощо).

**Наукова новизна та теоретична значущість дослідження:**

- окреслено основні підходи до вивчення психологічного благополуччя.
- виявлено основні чинники психологічного благополуччя.

- визначено поняття толерантності до невизначеності.
- розглянуто толерантність до невизначеності як один із чинників психологічного благополуччя.
- з'ясовано основні типи медіаспоживання новин про перебіг війни в Україні.
- розроблені рекомендації для підвищення рівня психологічного благополуччя та толерантності до невизначеності.

**База дослідження:** У дослідженні взяло участь 62 особи, з яких 49 осіб були жіночої статі, що у відсотках становить 79.0% та 13 осіб чоловічої статі, що становили 21.0% вибірки. Вік респондентів був від 18 до 65 років. Вибірка формувалась стихійно.

**Теоретичне значення дослідження.** Теоретична частина дослідження допомагає отримати більше інформації про різновиди психологічного благополуччя, основні моделі та чинники. А також, було розкрито поняття толерантності до невизначеності. Було визначено основні види медіаспоживання, а саме, уникнення від перегляду новин та думскролінг.

**Практичне значення дослідження:** Отримані результати емпіричного дослідження можна використовувати для розробки рекомендацій для підвищення рівня психологічного благополуччя та толерантності до невизначеності, або задля власного розуміння впливу інтолерантності на психологічне благополуччя людини. Результати дослідження можна використовувати у загальноосвітніх навчальних закладах, в закладах вищої освіти, під час тренінгових програм. Також результати дослідження можуть допомогти підвищити рівень медіаграмотності та критичного мислення молоді.

**Надійність та достовірність результатів.** Забезпечується повним теоретичним аналізом доступних наукових публікацій, здійсненням збору та аналізу даних відповідно до наявних вимог до якісного дослідження у психології.

**Структура роботи та обсяг роботи.** Дипломна робота складається зі змісту, вступу; трьох розділів із висновками до кожного із них; загальних

висновків; списку використаних джерел, що налічує 75 найменувань. Робота містить таблиці (на 99-128 сторінці).

## РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ПСИХОЛОГІЇ

### 1.1 Психологічне благополуччя: історія, поняття та структура

Психологічне благополуччя можна розглядати як стан, що не пов'язаний з переживанням стресу або з певним особистісним чи професійним погіршенням, який забезпечує адекватну умовам навколишньої дійсності регуляцію поведінки й діяльності [75].

Поняття благополуччя – є міждисциплінарним, яке розглядається у філософії, соціології, педагогіці, медицині та антропології. Антична філософія розглядала щастя у двох напрямках: гедоністичному та евдемоністичному. З гедоністичної точки зору, щастя – це миттєва насолода. Задоволення є як і мотивом, так і ціллю поведінки. На думку Арістіппа, шлях до щастя лежить у досягненні максимального задоволення при уникненні болю. Другий напрям започаткував Аристотель, він розглядав задоволення як можливість бути щасливим і в той самий час добродісною людиною, чиї духовні і тілесні здібності можуть безперешкодно розвиватися. Він наголошував на тому, що щастя – це цілісне поняття, що характеризує все життя людини у всіх її буттєвих і духовних аспектах. Тобто, на відміну від гедонізму, щастя – це прагнення до стійкого благополуччя, що є ціллю життя. Ідеї Аристотеля дуже збігаються із концепцією ієрархії потреб Абрагама Маслоу [52].

Гедоністичний підхід розглядає психологічне благополуччя як стан психологічного комфорту з переважанням позитивних емоцій. З точки зору евдемоністичного, - найважливішою умовою є активність особистості, саморозвиток, розкриття свого потенціалу, здібностей та таланту. Ключове поняття благополуччя в евдемоністичній концепції – це життя, яке має сенс, а в гедоністичній - це життя, яке приносить задоволення. Евдемоністичне благополуччя іноді називають психологічним благополуччям, щоб чітко відрізнити його від суб'єктивного благополуччя Е. Дінера [21; 22].

Існує ще один підхід до розуміння благополуччя, який пропонує М.Чиксентміхайі. Він описував стан, в якому людина максимально залучена в

те, що вона робить, цей стан він називав – потоком. Він вимагає балансу між тим наскільки важкі завдання, і тим наскільки вправно людина може з ними впоратися. В ідеалі діяльність не повинна бути занадто легкою або занадто складною, але все ж таки людина повинна докласти зусилля для його виконання, адже це створює можливість для підвищення рівня кваліфікації [10].

Історія вивчення психологічного благополуччя починається з 1970-их років, вивчалися такі аспекти як задоволеність життям, щастя, осмисленість життя, оптимізм, мотивація. У 1997 році засновниками позитивної психології стали М. Seligman та М. Csikszentmihaly, які наголошували на тому, що психологія – це наука про досягнення щастя. Вони наполягали на зосередженні уваги на позитивних аспектах життя, що б підвищувало б рівень задоволеністю собою та своїм життям, що і виступало поняттям психологічного благополуччя. Оптимізм в перспективі передбачає кращі результати для здоров'я. На основі цього, Д. Тейлор у 1988 припустив, що позитивні переконання щодо свого майбутнього та здатність контролювати результати, можуть бути важливими ознаками психічного здоров'я [10; 75].

Н. Бредберн вів поняття психологічного благополуччя і описав його в своїй роботі “Структура психологічного благополуччя”. Він визначав його як задоволеність або незадоволеність своїм життям. Трактувалось воно як баланс між позитивними і негативними афектами. Цікаво, що у структуру психологічного благополуччя Н. Бредберн не відносить самоактуалізацію, самоповагу та автономію, але зазначає, що вони можуть перетинатись [60; 68].

З. Фрейд вважав, що головні компоненти благополуччя – це любов, нормальний рівень інтелекту [60].

А.Вороніна та В. Пахальян розглядали феномен благополуччя як системна якість людини, що набувається нею у процесі життєдіяльності та виявляється в переживанні смислової наповненості свого життя і дозволяє актуалізувати свої індивідуально-психологічні можливості для досягнення внутрішніх, соціально орієнтованих цілей [28].

Н. Бредберн, М. Аргайл наголошували на тому, що психологічне благополуччя визначається тим, що у людини переважає кількість позитивних емоцій над негативними [28].

П. П. Фесенко розглядає психологічне благополуччя як конструкт, що відображає одночасно як актуальні, так і потенційні аспекти життя індивіда. Структури актуального та ідеального благополуччя не є однаковими. Актуальне психологічне благополуччя має такі компоненти як “особистісне зростання”, “позитивні взаємини з оточуючими” та “ціль в житті”, а ідеальне, своєю чергою, пов’язане з самоприйняттям, вмінням встановлювати й підтримувати теплі взаємини з іншими, наявністю цілей у житті та вміннями їх досягати [74].

Психологічне благополуччя не вимагає від людей постійно відчувати лише позитивні емоції. Переживання негативних емоцій як розчарування, сум, горе - є нормальною частиною життя, і здатність керувати цими негативними емоціями необхідна для довгострокового благополуччя [21].

Carol Ryff проаналізував роботи з психології розвитку, гуманістичної та клінічної психології та представив модель психологічного (евдемонічного) благополуччя. Він розробив 6 шкал, які вимірюють різні аспекти благополуччя, які включають психологічні, соціальна та суб’єктивні аспекти, а також поведінку, яка пов’язана зі здоров’ям. Вони містять в собі: прийняття себе, встановлення якісних зав’язків з іншими людьми, почуття автономії та незалежності в думках і діях, здатність керувати середовищем відповідно до особистісних потреб та цінностей, прагнення до значущих цілей і відчуття мети в житті, а також, постійне зростання і розвиток як особистості [6; 13].

Благополуччя – є дуже суб’єктивним, адже в основі благополуччя лежить задоволення, яке походить від оптимального функціонування людини, яке є відносно, що і створює проблему його вимірювання. Так само як і об’єктивний стан здоров’я, який може змінюватися [33].

Структура благополуччя Е. Дінера та Р. Еммонса 1984 року показала, що позитивні і негативні стани, як правило, мають зворотне співвідношення. Люди

рідко відчують і позитивні, і негативні емоції одночасно. Однак виникнення як позитивних, так і негативних станів низької інтенсивності одночасно може сприяти зниженню їх кореляції на більш тривалих інтервалах часу [10].

Том Рат та Джим Хартер визначили 5 елементів психологічного благополуччя, але наявність усіх п'яти елементів обов'язково, адже один чинник не може замінити інший:

1. Успішність у професійній діяльності.
2. Міцне здоров'я як основний чинний фізичного благополуччя.
3. Соціальне благополуччя.
4. Фінансове благополуччя.
5. Благополуччя в середовищі проживання [60].

Теорії Е.Дісі, Р.Раяна та К.Фредеріка наголошували на тому, що генетичні чинники впливають на переживання психологічного благополуччя. Хвороба викликає функціональні обмеження, які не дають можливості людині повноцінно насолоджуватися своїм життям. Тобто, суб'єктивна життєздатність – є одним з індикатором психологічного благополуччя [28].

У другій хвилі позитивної психології (SWPP) психологічне благополуччя було розглянуто як діалектичну взаємодію між позитивними та негативними явищами. Одним із принципів позитивної психології є вміння оцінювати явища не лише як погані або гарні, а вміти відштовхуватися від контексту. Наприклад, смуток може бути цілком доречним, а “надмірний” оптимізм може призвести до помилкових розрахунків ризику. Другий принцип показує, що багато явищ містять як позитивні та і негативні елементи. Наприклад, любов містить в собі радість, щастя, замовлення, блаженство, але водночас, вона може містити і біль, і смуток, і страх, і тривогу. Третій принцип - це доповнюваність, світло і темряву любові нероздільно. І останній принцип – це еволюція, а саме розуміння діалектики явищ, тонка взаємодія світла і темряви може приймати різні форми [6].

Е. Diener ввів поняття “суб'єктивного благополуччя” та ототожнював його з суб'єктивним відчуттям щастя і загальною задоволеністю життям. На

його думку, суб'єктивне благополуччя залежить від високого рівня позитивних емоцій та низького рівня негативних і високою задоволеністю життя. Він вважав суб'єктивне благополуччя лише одним із компонентів психологічного благополуччя як феномена. У роботі Е. Diener “суб'єктивне благополуччя” використовується як синонім “гедонічного благополуччя” [76; 13].

Варто зазначити, що з високим рівнем суб'єктивного благополуччя як правило, краще функціонують у житті. Вони більш продуктивні та соціально залучені, а також, мають більш високі доходи, у порівнянні із менше щасливими людьми. Зокрема, високий рівень негативних переживань та низький рівень позитивних можуть вказувати на психічне захворювання, а саме депресивний розлад особистості [13; 21].

Наступний вид благополуччя – це соціальне, яке описав Кеннет Ріфф він вважав, що воно відіграє дуже важливу роль в житті кожного індивіда та формується на основі доходів, роботи та громадського здоров'я [40].

Т.В.Данильченко виділяє важливість суб'єктивного соціального благополуччя, адже позитивні соціальні зв'язки – є однією із психологічних потреб людини. Суб'єктивного соціального благополуччя, визначається оцінкою людини функціонування в суспільстві. Оцінці піддаються наступні параметри: шлюб, сімейне життя, дружба, робота, житло, освіта, здоров'я, рівень життя, місто проживання, країна. Соціальні зв'язки – провідний елемент переживання благополуччя.

Д.Кейес у 1998 розробив п'ятикомпонентну модель соціального благополуччя, цим самим, розширив модель евдемоністичного благополуччя, яку створив К.Рyff. Модель містить в собі наступні аспекти: соціальна інтеграція, соціальний внесок, соціальна узгодженість, соціальна актуалізація та соціальне прийняття. Завдяки цим 5 елементів, людина може подолати більшість соціальних проблем і продуктивно функціонувати у своєму соціальному світі [13].

Соціологи Дж. Повей, П. Борехама та В. Томашевські виділяли такі аспекти соціального благополуччя: здоров'я (фізичне та розумове), наявність

житла, фінансові ресурси (прибуток, накопичені ресурси, здатність придбати необхідні речі), робота, соціальні стосунки (сім'я, повага з боку інших), особиста безпека та навколишнє середовище [9].

Під час нашого дослідження, за основу, було взято поняття суб'єктивного благополуччя, яке окреслив Е. Diener у своїх роботах.

### **1.2 Чинники психологічного благополуччя та неблагополуччя**

Описана вище модель поєднала в собі всі підходи розгляду благополуччя та містить в собі 3 компоненти: вхідні дані (ресурси, що забезпечують добробут), процеси (внутрішні стани, які впливають на індивіда) та результати (поведінка, що відображає добробут). На благополуччя впливають наступні екзогенні та ендогенні риси: дохід, генетика, здорове харчування, освіта, чиста вода, зелені насадження, таланти, сильні сторони особистості, здоровий спосіб життя. Другий компонент – це процеси, які характеризуються внутрішніми станами, які впливають на індивідуальний вибір людини. Позитивне мислення здатність до контролю емоцій. Та результати цієї моделі проявляються у добровільній поведінці людини, яка характерна до благополуччя: залучена у роботу, теплі відносини з людьми, які їх оточують, прагнення до значущих досягнень, а також, аутентична та осмислена поведінка [22].

Наступним чинником благополуччя – є пристрасть до діяльності. Люди, які захоплені тим, що вони роблять відчувають себе більше щасливими, що призводить до стійкого позитивного ефекту на психологічне благополуччя індивідів. Такі особистісні якості як самоприйняття, прагнення до вдосконалення та розвитку, відкритість новому досвіду та гнучкість підсилюють психологічне благополуччя [70].

Схильність до прощення має високу кореляцію із психологічним благополуччям, адже це є одним із ключових факторів самоприйняття, що є основою благополуччя. Теорії розвитку підкреслюють важливість прийняття себе як особистості та свого минулого [30].

Найтриваліше дослідження, щодо основних чинників щастя та благополуччя було проведено серед другокурсників Гарварду, яке тривало

більше ніж 70 років. Чоловіки регулярно проходили медичний огляд, заповнювали психологічні анкети та приходили на співбесіди. Результати показали, що найщасливішими були люди, які мали близькі стосунки [5].

Ще одним чинником психологічного благополуччя – є релігійність. Як правило, люди з високим рівнем релігійності мають більше душевного спокою, відчують себе спокійнішими та не відчують себе самотніми. Існує позитивна кореляція між релігійністю та психологічним благополуччям людини, адже завдяки релігійності можна використовувати соціальну підтримку релігійної громади. Також, деяким людям релігія допомагає знайти сенс життя, що підвищує рівень психологічного благополуччя [35].

Цікаво дізнатись, як природа впливає на благополуччя. Було проведено багато досліджень та було створена гіпотеза біофілії [16], вона припускає, що люди мають вроджену потребу в асоціації з природою, і що задоволення цієї потреби має позитивний вплив на благополуччя та зниження стресу. Також, експозиція природи підвищить пильність і фокус уваги [39].

Самореалізація – є важливим аспектом благополуччя. Цей термін запропонував Карл Роджерс та пояснив цей процес, як робота індивіда над своїм зростанням, досягнення цілей, що призводить до більш високої самооцінки і внутрішньої гармонії. Ідея “самореалізації”, яка означає досягнення людиною своїх потенційних здібностей і розвиток його особистості до найвищого досяжного рівня, є одним з фундаментальних компонентів самореалізації [42].

Ефективна саморегуляція – є важливим чинником психологічного благополуччя. Вміння управляти собою, регулювати емоційні стани, планувати життєві справи допомагає впоратися зі складними ситуаціями в житті та швидко адаптуватись до змін. Психологічно здорова людина має високу продуктивність та здатна насолоджуватися життям. Виділяють біологічно та свідомо керовану саморегуляцію. Біологічна саморегуляція – це генетично закодовані рефлекторні складні внутрішні процеси, що лежать в основі росту, розвитку, життєдіяльності та захисних функцій живого організму. Свідомо

керована регуляція є загальною властивістю всієї психічної діяльності людини [61].

Майндфулнес пов'язане з переживанням суб'єктивного благополуччя. Було виявлено, що часте використання переоцінки пов'язане зі сприятливими результатами, такими як поліпшення психологічного та фізичного благополуччя та поліпшення міжособистісного функціонування.

Навпаки, було виявлено, що часте використання експресивного придушення пов'язане з більшою кількістю депресивних симптомів, зниженням добробуту та зниженням міжособистісного функціонування. Існує зв'язок між стратегіями регулювання емоцій та суб'єктивним благополуччям. Використання когнітивної переоцінки для підвищення позитивних емоцій пов'язане з підвищенням рівня особистого благополуччя. Стримування позитивних емоцій пов'язано із погіршенням благополуччя [29].

У 2012 році американський психолог Мартін Селігман створив модель "PERMA", яка містить 5 компонентів благополуччя, а саме: позитивні емоції, залучення, взаємовідносини, сенс та досягнення. Дослідження показали значну позитивну кореляцію між кожним із компонентів моделі "PERMA" та фізичним здоров'ям, життєвою силою, задоволеністю роботою, задоволеністю життям та благополуччям [31].

Реакція на стресову подію – є одним із найважливіших компонентів, який впливає на відчуття благополуччя. Але, якщо людина використовує не адаптивні або захисні реакції, це може сприяти зниженню благополуччя. Оскільки уникнення, заперечення та втеча не розв'язують проблеми, а тільки загострюють її, що негативно відобразиться на житті людини. Своєю чергою, конструктивне подолання стресових ситуацій завдяки позитивному переосмисленню ситуацій (рефреймінгу), плануванню своїх дій, стриманості, прийнятті та активній життєвій позиції дозволяють розв'язувати поточні проблеми, що підвищують відчуття благополуччя [2].

Модель психологічного благополуччя та нездоров'я, автором якої є Е. Рøysamb та R.B.Nes, містить в собі два основних виміри: один позитивно-

негативний вимір, а інший - вимір стабільності або змін. Люди можуть сприймати навколишнє середовище як в позитивному світлі, так і в негативному, і воно може представляти безперервність і стабільність, або розвиток та зміни – з усіма відтінками сірого між ними. Центральним у моделі є уявлення про те, що люди мають різні ідеали, потреби або цільові стани. У цій моделі благополуччя включає як збереження добробуту, так і рух до нього. Варто зазначити, що генетичні фактори відіграють важливу роль у взаємозв'язках між різними аспектами благополуччя, включаючи задоволеність життя, а також евдемонічні компоненти [18].

Психологічне неблагополуччя визначається як суб'єктивне переживання зовнішнього або внутрішнього конфлікту, що виникає через незадовільність потреб людини. Основні ознаки людей, які мають психологічне неблагополуччя наступні: постійне відчуття тривоги, відчаю, стресу, мають низьку самооцінку та нездатні адаптуватися до змін у житті.

Такі психологічні страждання можуть бути важкими для багатьох людей, що ускладнює їх виконання повсякденних завдань і досягнення своїх цілей в житті [1].

Невротизм та стрес корелюють з неблагополуччям. Також стрес пов'язаний із тривожністю. У дослідженні “Computers and Human Behaviour” (Комп'ютери та поведінка людини) було доведено, що соціальні мережі впливають на рівень тривожності. Люди, які використовують понад семи соціальних мереж мають в 3 рази вищий рівень тривоги, порівнюючи з особами, які користуються лише однією чи двома платформами. Також, віртуальна комунікація викликає депресивні симптоми, що дуже негативно впливають на психологічне благополуччя [63].

Варто зазначити, що психологічне неблагополуччя може мати вплив на суїцидальну поведінку індивіда, адже у багатьох наявна депресія та тривога, а також соціальні та контекстуальні чинники, такі як відчуття неприйнятності, відсутність підтримки та бажання покінчити з життям [37].

Основний чинник психологічного неблагополуччя – це соціальна ізоляція, адже відсутність соціальної підтримки та контакту може мати дуже великий вплив на життя людини. Можуть з'явитися депресивні симптоми, почуття самотності та підвищений рівень тривоги [54].

Якщо людина часто використовує соціальну мережу Інстаграм, то це також може впливати на її психологічне благополуччя через негативне сприйняття власного тіла та свого статусу в соціумі. А часте використання Фейсбуку може впливати на зростання відчуття самотності та депресивної поведінки [73; 74].

Відсутність толерантності до невизначеності посилює відчуття тривожності, що викликає пониження психологічного благополуччя. Відсутність толерантності до невизначеності має зв'язок із такими розладами як генералізований тривожний розлад (GAD), та тривожний (GAD) [35].

Чим вище толерантність до невизначеності, тим вище психологічне благополуччя індивіда. Відчуття невизначеності, страху та невпевненості понижують психологічне благополуччя людини, причинами цього можуть бути кризові ситуації та постійні зміни [35].

### **1.3 Толерантність до невизначеності як чинник психологічного благополуччя**

Невизначеність можна визначити як стан, коли людина не має достатньо інформації про те, що відбувається, деталі ситуації неоднозначні, непередбачувані або відсутні, інформація суперечлива або недоступна. В такі моменти люди відчувають невпевненість. Афіфі визначив невизначеність як відсутність контролю. Пенрод вважав ключовим поняттям невизначеності – нездатність передбачити майбутнє [17].

Невизначеність може проявлятися у повсякденному житті, а саме у комунікації, - вона може виникати через недостатність інформації, неправильне розуміння або недостатню якість комунікації. У праві, - через розбіжності у тлумаченні законів та правил, що може призвести до неправильних рішень та

спричинити правову невизначеність. У кар'єрі - через труднощі з вибором професійної діяльності, через нестабільність ринку або у стосунках з іншими людьми [16; 75].

Поняття “толерантність до невизначеності” було введено у психологічну науку в середині 20-го століття. Його можна описати як ставлення людини до невизначеності, її суб'єктивна оцінка і реакції на ситуацію.

Проблему толерантності до невизначеності можна розглядати з різних точок зору: як різновид когнітивного стилю; як соціально-психологічну установку; як особистісна характеристика, як похідне від родового поняття толерантність.

Високий рівень толерантності до невизначеності дає змогу людям сприймати нові ситуації як виклик, із зацікавленістю. А індивіди з низьким рівнем толерантності намагаються уникати невизначених ситуацій, а якщо вони й трапляються, то як правило, вони відчують дуже сильний стрес [69].

Нетерпимість до невизначеності визначається як емоційні, когнітивні та поведінкові реакції на неоднозначні ситуації. Ситуацію можна вважати невизначеною, якщо вона нова, складна або конфліктна чи нерозв'язна [30].

Толерантність до невизначеності може зумовлюватися віковими змінами. Юнацький вік характеризується високим рівнем невизначеності, тому нові ситуації не заважають їм жити повноцінно. А для людей старшого віку досить важко вдається сприймати невизначені ситуації, адже вони прагнуть до гомеостазу та бути толерантним до невизначеності важко для них [64].

S. Budner вважав, що інтолерантність до невизначеності – це тенденція інтерпретувати невизначені ситуації як джерело загрози. Він виділив 3 ознаки невизначеної ситуації: новизна (абсолютно нова ситуація, що не зустрічалася раніше в досвіді); складність (складна ситуація з великою кількістю змінних); нерозв'язність (різні елементи ситуації породжують суперечливі інтерпретації). Інтollerантність до невизначеності може бути визначена як диспозиційний страх перед невідомим, що лежить в основі емоційних труднощів і призводить до тривоги у випадках, коли невідоме сприймається як загроза. Інтollerантність

до невизначеності може бути пов'язана з певними особистісними рисами, зокрема, невротизмом. Його можна розглядати як підтип тривоги [4; 19].

Нездатність чітко діяти в неоднозначних ситуаціях, уникнення невизначеності та прагнення до ілюзорного благополуччя формує інтолерантність до невизначеності. Справжнє психологічне благополуччя будується на гнучкості, використанні творчого підходу, вмінні приймати рішення та діяти з урахуванням мінливості і суперечливості контексту ситуації. Один з факторів забезпечення психологічного благополуччя особистості - це здатність сприймати ситуації невизначеності та діяти відповідно до них [14].

Толерантність до невизначеності – це один із компонентів процесу життєтворчості особистості, який реалізується через її самоактуалізацію, відповідальну життєву позицію та конструктивне використання своєї ідентичності. До аспектів толерантності можна віднести наступні компоненти: психологічна стійкість, система позитивних установок, набір індивідуальних якостей, система особистих і групових цінностей [14].

К. Стойчева наголошувала на тому, що поняття “толерантність до невизначеності” було введено для пояснення поведінки людини у невизначених ситуаціях, зокрема – готовності особистості приймати ці ситуації або уникати їх.

Д.О. Леонтьєв розглядав толерантність до невизначеності як психологічний ресурс, який допомагає впоратися зі складними життєвими ситуаціями. Феномен психологічного благополуччя дуже пов'язаний із толерантністю до невизначеності, адже ця характеристика людини допомагає їй зберігати рівновагу та спокій в складних ситуаціях.

Люди, які мають високу толерантність до невизначеності мають змогу задовольнити свої потреби навіть у швидкоплинних умовах навколишнього світу. Гнучкість у поведінці дозволяє бути відкритим до нового досвіду, а також адекватно сприймати невизначеність [70].

Невизначеність пов'язана із високим показником проблем психологічного здоров'я, а саме депресія, тривожні розлади особистості та посттравматичний

стресовий розлад (ПТСР). А також, існує зв'язок невизначеності та погіршення психосоціальних аспектів. Наприклад, якість життя, психологічний дистрес та психосоціальна адаптація. Через це інтолерантність до невизначеності може негативно вплинути на психологічне благополуччя [44].

Інтолерантність до невизначеності може проявлятися у спробі людини звести до мінімуму ситуації де відсутній контроль, через те, що вони мають тривожний характер, в тому числі шляхом повного уникнення подібних ситуацій. Люди із високим рівнем інтолерантності до невизначеності, незалежно від стану здоров'я, відчувають себе більше занепокоєно щодо свого здоров'я та мають підвищену тривожність щодо свого самопочуття [36].

Взагалі, зміни – це природний процес, але не всі люди можуть їх сприймати. Більшості людей подобається відчуття, де вони мають контроль та ясність. Зміни – це атрибут сучасного життя, а отже прийняття їх може покращити психологічне благополуччя. Найбільш негативним явищем – є опір, який заважає бути відкритим до нового досвіду [59].

Ліванський мислитель Насима Талеба вважав, що життя людини відбувається через невідоме, аномальне й малоймовірне, а люди фокусуються лише на відомому та повторюваному. Тобто цей фокус на зрозумілих речах, не дозволяє людині жити повноцінне життя, що значно понижує рівень благополуччя [14].

Дослідження свідчать про те, що існують відмінності у рівні толерантності до невизначеності в різних культурах, і ці відмінності можуть мати вплив на психічне здоров'я. Наприклад, деякі культури можуть бути більш терплячі до невизначеності, тоді як інші можуть бути більш орієнтовані на конкретність і менше терплячі до невизначеності. Недостатня толерантність до невизначеності може мати наслідки, такі як стрес, тривога та депресія. Крім того, у деяких контекстах, наприклад у бізнесі, недостатня толерантність до невизначеності може позначитись на прийнятті рішень та успішності в роботі. Тому, важливо розуміти культурні різниці у толерантності до невизначеності та

ризиків, пов'язані з недостатньою толерантністю, щоб покращити психологічне благополуччя та результативність в роботі [3].

Недостатня толерантність до невизначеності може викликати підвищений рівень стресу та тривоги, особливо в умовах, коли немає чітких правил і інструкцій. Це може негативно впливати на ефективність людини в різних сферах життя, включаючи роботу та соціальні відносини. Крім того, депресія може стати результатом невизначеності та нездатності контролювати ситуацію. Розвиток толерантності до невизначеності є важливим для досягнення психологічного благополуччя [3].

#### **1.4 Особливості медіаспоживання у кризові періоди**

Люди використовують засоби масової інформації, щоб впоратися зі значними стресорами. Засоби масової інформації, можуть надавати значну допомогу у подоланні стресу. У 2015 році Американська психологічна асоціація виявила, що медіаспоживання є потужним способом для регуляції емоційних переживань, включаючи стрес. Засоби масової інформації можуть впливати на зниження збудження, а не на подолання стресу.

Стрес сигналізує про наявність загрози в навколишньому середовищі, та сильний стрес може викликати реакцію боротьби, втечі або завмирання. Помірний стрес може пускати в дію когнітивні ресурси, що допомагають вирішати проблему. Реакція на стрес, характеризується високим збудженням і негативною афективною валентністю, яка спрямована на те, щоб змусити людину адаптуватися до змін.

Деякий медіа контент може допомогти людині задовольнити емоційну та інформаційну підтримку. Наприклад, гарні новини про одужання дитини від раку. Деякий контент призначений для інформування людини, що може допомогти у розв'язанні проблеми, в той самий час, такий контент як фільм, музика, серіал, можуть задовольнити потребу людини в емоціях. Перегляд улюбленого фільму може стати притулком від негативних емоцій. Це може стимулювати копінг стратегію людини, що допоможе їй впоратися із кризовою ситуацією [36].

З іншого боку, використання цифрових технологій сприяє підвищенню стресу у людини, адже є доступ до великої кількості інформації та деякий медіаконтент може засмучувати людину. Стало дуже легко відстежувати життя друзів та близьких, індивід часто відчуває дуже великий соціальний тиск, що має негативні психологічні наслідки. Через те, що використовуючи соціальні мережі, людина краще усвідомлює стресові події в житті своїх друзів та близьких, що своєю чергою, сприяє підвищенню стресу у власному житті. Знання про небажані події в житті інших людей тягне за собою певну ціну - вартість турботи.

Також існують гендерні відмінності, у чоловіків не встановлений зв'язок між стресом та частим використанням соціальних мереж та Інтернету. А що стосується жінок, то є докази того, що використання технологій пов'язане із нижчим рівнем стресу. Оскільки, жінки схильні ділитися своїми емоціями з оточенням – це має вплив на їх емоційне благополуччя, адже за допомогою соціальних мереж є змога отримати соціальну підтримку, що сприяє пом'якшенню та зниженню стресу [15].

Інформація про екстремальні та негативні події може травматично сказатися на індивіді та призвести до високого рівня стресу. Тому що людина майже стає свідком події, вона дуже залучена в неї. Усвідомлення того, що така ж подія могла статися з людиною або із кимось близьким може мати наслідки на психологічному стані людини.

Іноді, ЗМІ підсилюють відчуття безпорадності, безсилля і безглуздості через акцентування на байдужості оточуючих людей до постраждалого або несправедливості. Ще одним негативним аспектом ЗМІ є орієнтація на минуле, спроби знайти винного та причин через що сталася трагедія, але минуле неможливо змінити. Такі питання підсилюють відчуття ненависті, безпорадності та безсилля. ЗМІ не робить акцент на тому, як впоратися із проблемою та що потрібно робити, щоб ця трагедія більше не повторювалася.

Різні типи медіа можуть відрізнятися впливом на психологічне благополуччя людини. Наприклад, друковані ЗМІ, які надають новини про

війну більш об'єктивно і без емоційного забарвлення, можуть мати менший негативний вплив на психічне здоров'я людини в порівнянні з телебаченням та соціальними медіа. Адже вони застосовують емоційний підхід до подачі новин про війну з метою привернути більше глядачів або користувачів [66].

Споживання новин - є центральним аспектом повсякденного життя в сучасних суспільствах, що дозволяє громадянам розуміти і аналізувати соціальну реальність.

У 2021 році Spyridou P. та Danezis C. провели дослідження про особливості медіаспоживання у період стресу під впливом COVID-19. Люди відчують потребу в додатковій інформації через стресові події. Потенційна загроза підвищує швидкість споживання новин і потребу у міжособистісному спілкуванні. Раптові та гострі кризи створюють потребу в негайних новинах, які стосуються безпеки. Такі поняття як втома від новин і уникнення новин, скролінг новин є важливими аспектами дослідження споживання новин. Під час дослідження було виявлено тенденцію до того, що на початку кризової ситуації використання новин досягло рекордного рівня, а потім почалася втома від новин та рівень знизився. Але під час другої хвилі пандемії у 2020 році були знову зафіксовано підвищений рівень медіаспоживання.

M. Broesma and J. Swart у 2021 році досліджували як COVID-19 вплинув на споживання новин, результати вварювалися від уникнення перегляду новин до постійного скролінгу – залежність від новин.

Завдяки мобільним пристроям, громадяни можуть отримувати доступ до новин, де і коли їм заманеться, що може викликати перевантаження та втому від споживання новин [8].

Литвиненко, А. та Шульга, І. досліджували споживання новин, зокрема кількість часу, відведеного на цю діяльність, та типи джерел новин, що використовують люди. Вони зазначили, що тип джерел може впливати на сприйняття новин та толерантність до невизначеності. Дослідження показало, що люди, які користуються традиційними джерелами новин, такими як телевізор, можуть бути менш толерантними до невизначеності, тоді як люди,

які користуються інтернет-джерелами, можуть бути більш толерантними до невизначеності. Також, інформаційна перенасиченість може впливати на сприйняття новин та толерантність до невизначеності. Люди, які мають високий рівень інформаційної перенасиченості, можуть відчувати більшу тривогу та мати меншу толерантність до невизначеності, що підкреслює важливість розуміння впливу інформаційного середовища на психологічний стан людей [67].

Уникнення новин - це висхідний феномен, що проявляється у свідомій відмові від перегляду новин та навмисним уникненням. Велика кількість негативної інформації змушують деяких людей відчувати себе пригніченими та емоційно спустошеними тому, вони віддають перевагу униканню перегляду новин. Уникнення новин можна розглядати як стратегію обмеження перевантаження інформацією, емоційного виснаження, уникнення безнадійності або уникнення “непереборного співчуття до новин про людські страждання”. Тобто така поведінка може відігравати захисну функцію та мати позитивні результати для особистості. У 2021 році Ytre-Arne, B., & Moe, H проводили дослідження, щодо впливу поганих новин, які пов’язані з COVID-19 на людей. Результати дослідження показали, що деякі люди уникали перегляду новин, а інші думскролили. Перша група респондентів, яка уникала перегляду новин, зазначала, що погані та сумні новини викликають в них фізичні реакції, такі як напади астми або нудота. Такі новини викликають перевантаження та пригніченість, особливо серед респондентів чоловічої статі.

Деякі респонденти, наголошували на тому, що вони вирішили навмисно уникали новин перед сном. Приємні справи як читання або перегляд фільму, заспокоювали їх. Люди повідомляли, що вони гуляли, готували або пекли хліб, проводили більше часу з дітьми, грали в настільні ігри, щоб відвернути свою увагу від страшного потоку новин. Деякі відчували потребу намагатися захистити свою концентрацію упродовж робочого дня, активно регулюючи ситуацію з роботою вдома, щоб уникнути новин. Інші відводили окремий час та обмеження для перегляду новин. Вони прагнули повернути рутину у своє

життя. Деякі респонденти вимикали сповіщення на телефоні, щоб уникнути поганих новин, які впливають на їх настрій протягом дня. Уникання новин можна вважати однією із копінг стратегій під час стресової ситуації [56]. Жінки (26%) частіше уникають новин, ніж чоловіки (18%), що посилює наявну гендерну нерівність у використанні новин [26]. Сильні предиктори, які впливають на споживання новин – це довіра та цікавість. Варто зазначити, що негативний і депресивний новинний контент, викликає почуття тривоги й безсилля, має негативне співвідношення зі споживанням новин. Один із факторів уникнення новин – є те, що вони викликають дуже широкий спектр емоційних реакцій, що варіюються від страху та відчаю до гніву та огиди. Тобто, уникнення новин можна вважати однією із формою самозбереження [53].

Однак важливо зазначити, що існують різні форми уникнення новин. Слід зробити важливу відмінність між навмисним уникненням і ненавмисним уникненням. Різниця полягає в тому, що навмисне уникнення новин базується на свідомому і активному виборі відмовитися від перегляду новин. А ненавмисне уникнення новин, пов'язане з відносною перевагою людини іншого контенту, наприклад спортивними чи розважальними програмами. Навмисне уникання від новин може бути пов'язане з фактором недовіри людей до інформації. Другий фактор уникнення – це відчуття суму, безпорадності та пригніченості [8].

Другий феномен – це думсерфінг (doomserfing) або думскролінг (doomscrolling). Doomserfing – походить від поєднання двох слів, doom - що означає темряву, зло чи долю, serfing – використовувався для перегляду контенту в інтернеті та припускає те, що людина буде проводити багато часу на одному сайті. Тобто, це поняття визначається, як акт витрачання надмірної кількості часу на читання великої кількості негативних новин в Інтернеті. Цей термін вказує на смартфони як на центральну платформу для перегляду новин. У 2020 році веб - сайт Merriam Webster оголосив doomscrolling “Словом для спостереження” для майбутнього офіційного запису: “doomscrolling або

doomsurfing - це нові терміни, що позначають тенденцію продовжувати переглядати погані новини, навіть якщо ці новини сумні, знеохочують або пригнічують”. Марк Барабак з журналу “The Times” описав думскролінг як “надмірну кількість екранного часу, присвяченого поглинанню дистонічних новин” [34].

Цей термін виник через хвилю поганих та сумних новин пов’язаних із COVID-19, але наразі люди приречено прокручують новини через расову несправедливість, протести Джорджа Флойда, президентські вибори у США у 2020 році, російсько-українську війну у 2022 році. По суті, якщо новини погані або пригнічують, люди змушують себе їх скролити [41].

Дослідження NAS 2019 року показало, що думскролінг може бути пов’язаний зі зниженням психічного та фізичного здоров’я [47; 53; 56].

Думскролінг тісно пов’язаний зі станом постійної настороженості, людина очікую, що в якому будь-який момент може статися щось дуже важливе, саме це змушує її постійно оновлювати стрічки із новинами [56].

Під час катастрофи, коли людьми панує невизначеність і дезінформація, люди схильні читати новини та статті в пошуках роз’яснень і відповідей на свої безперервні питання. Вони безперервно прокручують і читають статті одну за одною, щоб зібрати більше інформації та не мають сил, щоб відірватися від своїх екранів, що посилює їх депресійний стан [57].

Однак, як стверджує Mesfin Bekalu, науковий співробітник центру здоров’я та щастя при Гарвардській школі, думскролінг – це не тільки вина засобів масової інформації. У людей є природна тенденція приділяти більше уваги негативним новинам [55].

Доктор філософії, Ken Yeager, працює психіатром з в університету штату Огайо, він зазначає, що наш мозок любить такі речі. “Ми всі запрограмовані бачити негативне і притягуватися до негативних подій, тому що це може завдати нам фізичної шкоди”. Такий механізм Він також допомагає нам вижити [57].

Клінічний психолог Амелія Алдао розповіла про те, люди природно схильні шукати загрози, думскролінг створює порочний цикл психічного здоров'я. “Чим більше часу ми витрачаємо на скролінг новин, тим більше ми знаходимо небезпек для себе, тим більше вони нас затягують, і в результаті ми більше турбуємося”. “Тепер ти озирася навколо себе, і все здається похмурим, все викликає у тебе тривогу. Отже, ви повертаєтесь, щоб шукати більше інформації” [23].

Директор клініки лікування та вивчення тривоги при медичній школі Перлмана Університету Пенсільванії, Thea Gallagher, поясняє цей феномен таким чином: у людей є питання і вони хочуть отримати відповіді, їм здається, що це їх заспокоїть, але на практиці, вони почувають себе гірше після думскролінгу. Це хибна думка про те, що так вони можуть контролювати події змушує людей постійно оновлювати стрічку з новинами [57].

Варто зазначити, що думскролінг може викликати порушення сну, зниження уваги та переїдання. Шквал поганих новин може призвести до безсоння. У деяких людей, поганий сон може спровокувати симптоми депресії. Також думскролінг може підвищити рівень гормонів стресу, а саме, кортизолу та адреналіну. Підвищення гормонів стресу може спровокувати проблемами зі здоров'ям, включаючи хвороби серця, діабет і ожиріння [41].

Постійне споживання негативних новин про війну може впливати на психічне здоров'я людини, викликаючи збільшення тривоги, депресії, почуття безпорадності та безнадії. Це пов'язано з емоційним зарядом, який містять такі новини, і їх впливом на стресову реакцію людини. Часте споживання негативних новин про війну може також призвести до відчуття безпорадності та безнадії, що може викликати розвиток психічних проблем.

Також важливо зазначити, що негативні новини про війну можуть мати довготривалий вплив на психіку людини. Якщо людина постійно споживає такі новини, то це може призвести до розвитку психічних проблем, таких як тривожність, депресія, почуття виснаження, безсоння та інші [62].

Думскролінг має значні негативні зв'язки з сумлінністю, екстраверсією та поступливістю, а також значну позитивну асоціацію з невротизмом. Невротичні люди більш вразливі до емоційної нестабільності, тривоги та депресії, а також вони досить вразливі до надмірного смутку та низької самооцінки, що може привести їх до відчуття приреченості.

Люди, які мають залежність від соціальних мереж, не можуть залишатися осторонь від думскролінгу, оскільки залежність призводить до того, що вони завжди користуються платформами соціальних медіа та Інтернетом. Варто зазначити, що думскролінг мав значну позитивну кореляцію з соціальними медіа та новинною платформою Twitter [45].

### **Висновки до розділу 1**

Суттю феномена психологічного благополуччя є баланс між позитивними та негативними емоціями протягом усього життя людини. Психологічне благополуччя не вимагає від людей постійно відчувати лише позитивні емоції, тому що переживання негативних – є нормальним для будь-якої людини. Основні ознаки людей, які мають психологічне неблагополуччя: відчуття тривоги, високий рівень стресу, низька самооцінка та низька адаптивність до змін. Невротизм та стрес корелюють із неблагополуччям. Соціальні мережі впливають на рівень тривожності, а віртуальна комунікація викликає депресивні симптоми.

Не вміння задовольнити свої основні потреби та нездатність людини впоратися із труднощами психосоціального характеру також є чинниками психологічного неблагополуччя.

Поняття “толерантність до невизначеності” описує ставлення людини до невизначеності, її суб'єктивну оцінку і реакцію. Деякі особи намагаються уникати невизначених ситуацій, тому що сприймають їх як потенційну загрозу, також така поведінка може бути пов'язана з невротизмом.

Чим вища толерантність до невизначеності, тим вище психологічне благополуччя індивіда. Люди, які толерантні до невизначених ситуацій,

навчилися сприймати їх як виклик, бути гнучкими та швидко приймати рішення.

Різні типи медіа можуть відрізнятися впливом на психологічне благополуччя людини. Уникнення новин - це висхідний феномен, що проявляється у свідомій відмові від перегляду новин та навмисним уникненням, його можна вважати копінг стратегією. Протилежний феномен – це думскролінг, що проявляються у постійному перегляді поганих новин. Потенційна загроза підвищує швидкість споживання новин і потребу у міжособистісному спілкуванні.

Дослідження показали, що люди, які користуються традиційними джерелами для перегляду новин, менш толерантні до невизначеності, ніж ті, хто використовує інтернет-джерела.

## **РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОГРАМА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ**

### **2.1 Основні етапи емпіричного дослідження**

Дослідження складалось як з теоретичної частини, так і з емпіричної. Теоретичне дослідження складалось з наступних етапів: аналіз інформації, пошук літератури, інтерпретація та тлумачення даних, синтез, узагальнення й систематизація нової інформації та формування гіпотез. Аналізувалися наукові підходи до визначення терміну психологічного благополуччя та його різновиди. Також, вивчалися чинники благополуччя і неблагополуччя. Було розглянуто поняття толерантності до невизначеності та його роль у психологічному благополуччі. А також, було визначено поняття медіаспоживання та було розглянуто його види та особливості.

Завдяки теоретичному аналізу, було визначено суть феномена психологічного благополуччя, а також його різновиди. Також, було окреслено поняття толерантності до невизначеності. Було виявлено два основних види медіаспоживання під час війни в Україні, а саме, думскролінг та уникання перегляду новин.

Наступний етап дослідження був емпіричний. Емпіричне дослідження складалось з підготовчого етапу, що містив в собі підбір психодіагностичного інструментарію для проведення дослідження та розробка плану дослідження. Другий етап передбачав безпосередньо проведення дослідження та збір даних для визначення того, чи існує взаємозв'язок толерантності до невизначеності та

психологічного благополуччя в осіб з різним типом медіаспоживання новин під час війни в Україні. Наступний етап дослідження - аналіз та обробка даних, а також, перевірка гіпотез дослідження. Та останній етап – це висновки та розроблення рекомендацій.

Мета емпіричного дослідження: з'ясувати чи є взаємозв'язок толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя, зокрема, в осіб з різним типом медіаспоживання новин під час війни в Україні.

Об'єкт дослідження: психологічне благополуччя особистості.

Предмет дослідження: взаємозв'язок толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя особистості.

Основними завданнями емпіричного дослідження було:

- 1) Підібрати методики дослідження, які б дозволили виміряти психологічне благополуччя людини, рівень толерантності до невизначеності та особистісні риси людини.
- 2) Розробити анкету для виявлення особливостей медіаспоживання респондентами новин під час війни в Україні.
- 3) Провести дослідження та проаналізувати дані.
- 4) Обробити результати, інтерпретувати та зробити висновок дослідження.
- 5) Розробити рекомендації для кожної групи респондентів.

Відповідно критеріям включення респондентів до вибірки був вік від 18 до 65 років. На основі отриманих даних в процесі опису результатів респонденти були умовно залежно від рівня благополуччя та типу медіаспоживання новин про перебіг війни в Україні.

## **2.2 Опис діагностичного інструментарію**

З метою діагностики було використано 3 психодіагностичних методики, а саме: шкалу “Суб’єктивного благополуччя” (Фетіскін Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М) [72], опитувальник для визначення толерантності до невизначеності, Т.В. Корнілової, який був складений на базі А.Фурнхама [12], тест “Big Five” John O. P. [24] та анкету для виявлення типів медіаспоживання.

Для виміру психологічного благополуччя респондентів було використано шкалу суб'єктивного благополуччя (Фетіскін Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М) [72]. Така шкала виступає у ролі скринінгового психодіагностичного інструменту та вимірює емоційні компоненти суб'єктивного благополуччя. Тест складається з 17 запитань, на які респондент повинен дати відповідь за 7-ми бальною шкалою:

- 1 – повністю згоден;
- 2 – згоден;
- 3 – більш менш згоден;
- 4 – важко відповісти;
- 5 – більш менш не згоден;
- 6 – не згоден;
- 7 – повністю не згоден.

Отримані результати можна інтерпретувати за 6-ма кластерами:

1. Напруженість та чутливість (2, 12, 16).
2. Ознаки, що супроводжують основну психоемоційну симптоматику (9, 14, 17).
3. Зміни настрою (1, 11).
4. Вагомість соціального оточення (3, 6, 8).
5. Самооцінка здоров'я (7, 15).
6. Ступінь задоволеності повсякденною діяльністю (5, 10, 13).

Сирі бали переводяться у стени. Середній бал тесту, переведений у стандартну оцінку за шкалою стенів (середнє значення – 5,5, стандартне відхилення – 2).

У схожому дослідженні для оцінки психологічного благополуччя Павленко Г.В. використовувала опитувальник К. Ріфф “Шкала психологічного благополуччя”. Опитувальник складається з 6 шкал: “Автономія”, “Управління середовищем”, “Позитивні відносини з іншими”, “Особистісне зростання”, “Мета в житті”, “Самоприйняття”. Рівень психологічного благополуччя можна

оцінити за кожною шкалою, а також оцінити загальний індекс благополуччя [71].

Існує багато опитувальників для того, щоб з'ясувати психологічне благополуччя людини. Наприклад, Індекс добробуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (WHO-5), що складається з 5 пунктів, є однією з найбільш широко використовуваних анкет для оцінки суб'єктивного психологічного благополуччя людини, респондентам пропонується оцінити такі твердження, як “За останні два тижні я відчував себе бадьорим та був в хорошому настрої”, та просять вказати, наскільки добре кожне з 5 тверджень застосовується до нього або до неї при розгляді останніх 14 днів. Кожному з 5 пунктів присвоюється оцінка від 5 (весь час) до 0 (жодного разу). Таким чином, теоретично загальна оцінка коливається від 0 (відсутність благополуччя) до 25 (максимальне благополуччя). Варто зазначити, що існує широкий спектр контекстуальних шкал які враховують конкретні обставини. Шкали мають достатню валідність в якості інструменту скринінгу депресії та успішно застосовуються в широкому спектрі областей досліджень. Або Оксфордський опитувальник щастя (OHQ), який розроблений на основі Оксфордського переліку щастя (OHI). OHQ складається з 29 пунктів, кожен з яких передбачає вибір одного з чотирьох варіантів. Ці прості методика дозволяють розглянути благополуччя людини в широкому діапазоні [17; 50].

Наступна методика для вимірювання рівня толерантності або інтолерантності до невизначеності, автором якої є Т.В. Корнілова, яка була розроблена на базі теорії А.Фурнхама [12]. Опитувальник складається із трьох шкал: шкали толерантності до невизначеності (ТН), шкали інтолерантності до невизначеності (ІТН) та шкали міжособистісної інтолерантності до невизначеності (МІТН). Шкала ТН та ІТН характеризують різні аспекти здатності регулювати та переборювати невизначеність. Шкала ТН інтерпретується як “прагнення індивіда до змін, новизни та оригінальності, готовність йти унікальними шляхами і віддавати перевагу більш складним завданням, мати можливість самостійності та виходу за рамки прийнятих

обмежень” [4]. Шкала ІТН навпаки – характеризує людину, яка прагне до ясності, не приймає невизначеності, є схильною до нормативності та неприйняття варіабельності й оригінальності, людину з відчуттям тривоги у зв’язку з невизначеністю [4]. МІТН характеризується прагненням до ясності та контролю в міжособистісних відносинах, дискомфортом у разі невизначеності відносин з оточуючими людьми (деяка статичність у відносинах) [12].

Респондентам пропонується відповісти на 33 питання за шкалою Р. Лайкерта, наскільки вони згодні з кожним запитанням, де 1 – зовсім не типово для мене, 7 – повністю згоден [12].

У схожих дослідженнях для вимірювання інтолерантності до невизначеності використовували наступні методики: шкала толерантності — інтолерантності до невизначеності (Budner’s Scale of Tolerance – Intolerance of Ambiguity); Шкала МакДональда (MacDonald’s Ambiguity Tolerance-20 – AT-20); методика Нортон для дослідження ТН (Measurement Ambiguity Tolerance-50 (MAT-50)); шкала Натта “толерантності – інтолерантності” (Scale of Tolerance/Intolerance Ambiguity) (Scale of Tolerance/Intolerance Ambiguity); шкала Маклейна 2 MSTAT-I (Multiple Stimulus Types Ambiguity Tolerance-1), що є модифікованим варіантом попередніх методик, а також, методика Хофстеде методика “Індекс уникнення невизначеності” (UAI – Uncertainty Avoidance Index), яка складається з трьох індикаторів: орієнтація на правила, стабільність зайнятості і стрес [74].

Найбільш популярна та основоположна шкала для визначення толерантності або інтолерантності до невизначеності - є шкала Буднера. (Budner’s Scale of Tolerance – Intolerance of Ambiguity). Він запропонував три основних типи: нові ситуації, складні ситуації та суперечливі ситуації, така структура дає змогу більш широко розглянути поведінку людини. Шкала толерантності Натта 1988 року є модифікацією шкали Буднера. Респондентам пропонується відповісти на 15 запитань, які пов’язані з особистістю або роботою, в яких присутня невизначеність. Потрібно оцінити кожне питання від

1 до 7. Цілком толерантна до невизначеності людина набере 15 балів та абсолютно нетолерантна - 105 балів [38].

Для виявлення особистісних рис, респондентам було запропонована пройти тест “Велика п’ятірка” або “Big five”. Результати можна оцінити за 5-ма характеристиками, що є основою цієї моделі “OCEAN”: відкритість досвіду (Openness), сумлінність (Conscientiousness), екстраверсія (Extraversion), доброзичливість (Agreeableness) та нейротизм (Neuroticism).

Також існує модифікована версія “Великої п’ятірки” – модель рис HEXACO. Ця модель схожа на “Велику п’ятірку”, але вона додає такі риси як, Чесність-Скромність. Люди з високим рівнем цієї риси ширі, справедливі і скромні, в той час, як, ті, у кого цей показник низький, схильні до маніпуляцій та егоцентризму.

Для виявлення особистісних рис також можна використовувати багатофакторний опитувальник особистості (MMPI), який є, мабуть, найбільш широко використовуваним опитувальником особистості в англomовному світі. Він складається з 567 запитань, на які досліджувані повинні відповісти “правда”, “брехня” або “не можу сказати”.

Ще один варіант для виявлення особистісних рис - Каліфорнійський психологічний опитувальник (CPI). Він враховує кілька рис особистості, якими є комунікабельність, самоконтроль, гнучкість та толерантність [43].

Було розроблено анкету для виявлення типу медіаспоживання. Анкета налічує в собі 8 тестових запитань, які стосувались соціодемографічного блоку та питань, які стосувались медіаспоживання. Завдяки цій анкеті можна з’ясувати як часто люди переглядають новини та чому. Тестові запитання були наступні: “Як часто Ви переглядаєте новини про війну?” та “Скільки годин Ви витрачаєте на перегляд?”, вони допомагають виявити тип медіаспоживання. Запитання “Де Ви частіше переглядаєте новини про війну?”, виокремлює ресурси, яким довіряють люди для перегляду новин.

### **2.3. Характеристика вибірки**

У дослідженні взяли участь 62 особи, з яких 79.0% (n=49) були жіночої статі та 21.0% (n=13) були чоловічої статі (Додаток А, Таблиця 2.1). За віковим розподілом респондентів можна описати наступним чином: 67.7% (n=42) були віком 18-20 років, 19.3% (n=12) були віком 21-25 років, 0.0% (n=0) були відсутні для категорії осіб віком 26-35 років, 4.8% (n=3) були віком 36-45 років, 4.8% (n=3) були віком 46-60 років, 3.2% (n=2) були віком від 60 років (Додаток А, Таблиця 2.2) (Рис. 2.1).

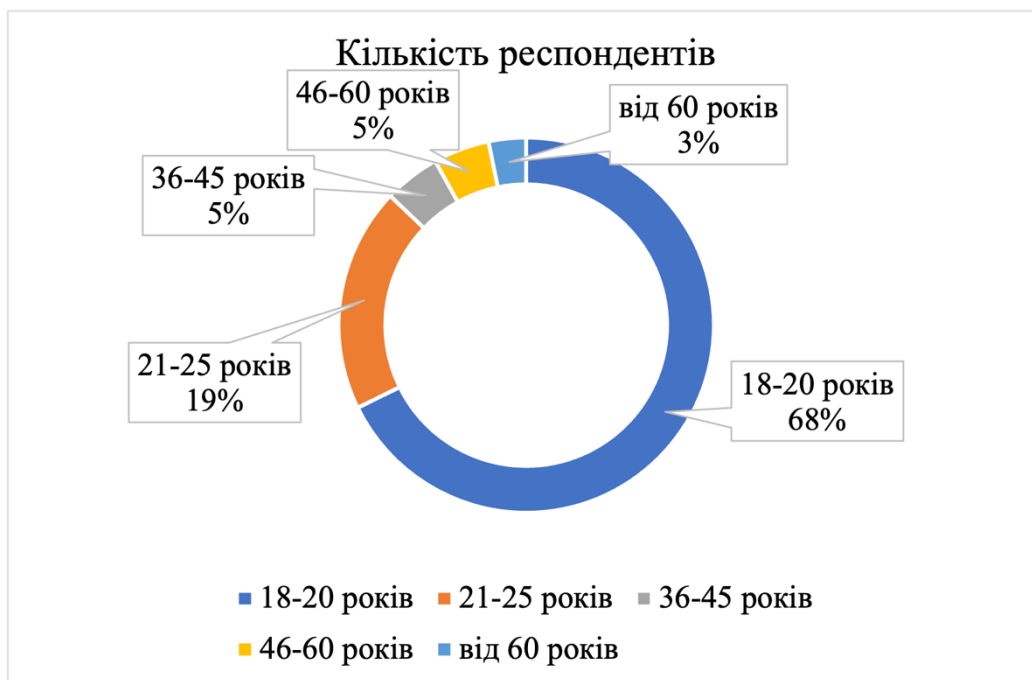
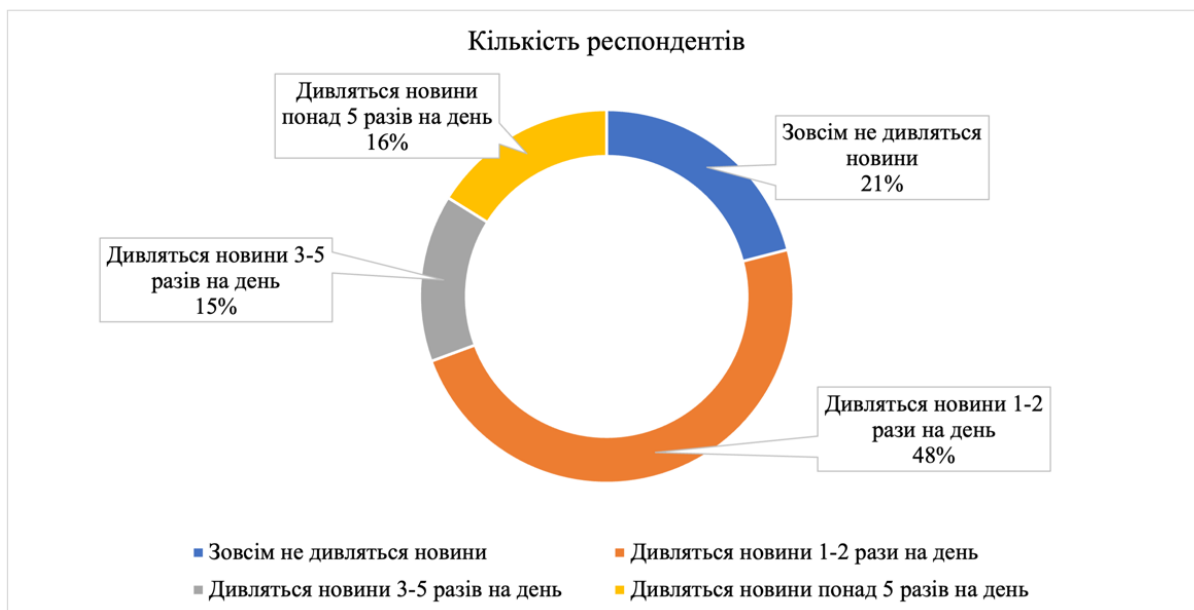


Рис. 2.1. Віковий розподіл респондентів дослідження (у %)

Також, було розподілено респондентів за тим, як часто вони переглядають новини про війну: 21.0% (n=13) відповіли, що зовсім не дивляться новини, 48.4% (n=30) відповіли, що дивляться новини 1-2 рази на день, 14.5% (n=9) відповіли, що дивляться новини 3-5 разів на день та 16.1% (n=10) відповіли, що дивляться новини понад 5 разів на день (Додаток А, Таблиця 2.3) (Рис. 2.2).



*Рис. 2.2. Розподіл респондентів за частотою перегляду новини про війну (у %)*

З приводу того, де найчастіше респонденти переглядають новини про війну було отримано наступний розподіл за категоріями джерел новин: 85.5% (n=53) зазначили, що найчастіше переглядали новини про війну за допомогою телеграм каналів та соціальних мереж, 8.1% (n=5) зазначили, що взагалі ні в якому способі не переглядали новини про війну, 3.2% (n=2) зазначили, що найчастіше переглядали новини про війну за допомогою Інтернет-ресурсів (не включаючи соціальні мережі), 1.6% (n=1) зазначили, що найчастіше переглядали новини про війну за допомогою телебачення та 1.6% (n=1) зазначили категорію “Інше” (Додаток А, Таблиця 2.4).

Щодо того, яким засобам масової інформації довіряють респонденти, було отримано наступні результати: найбільша кількість довіряє телеграм каналам та соціальним мережам – 67.7% (n=42), не довіряють жодним ресурсам – 17.7% (n=11), довіряють Інтернет-ресурсам (не включаючи соціальні мережі) – 6.5% (n=4), вказали категорію “Інше” – 4.8% (n=3) та довіряють телебаченню – 3.2% (n=2) (Додаток А, Таблиця 2.5).



*Рис. 2.3. Розподіл респондентів за кількістю годин, витрачених на перегляд новин про війну щодня (у %)*

За кількістю проведених годин на перегляд новин про війну, які було витрачено респондентами кожного дня, було отримано наступний розподіл: 56.5% (n=35) витрачають кожного дня до 30 хвилин на перегляд новин про війну, 19.4% (n=12) зазначили, що витрачають кожного дня до 1 години на перегляд новин про війну, 12.9% (n=8) вказали, що не переглядають новин про війну зовсім і тому не витрачають на це час, 8.1% (n=5) вказали, що витрачають кожного дня від 1 до 2 годин на перегляд новин про війну та 3.2% (n=2) вказали, що витрачають кожного дня від 2 годин на перегляд новин про війну (Додаток А, Таблиця 2.6).

## **Висновки до розділу 2**

В цьому розділі було описані основні способи, принципи, особливості та критерії побудови та проведення дослідження взаємозв'язку толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя в осіб з різним типом медіаспоживання новин про перебіг війни. У цьому розділі були описані та обґрунтовані особливості підбору методик для вивчення особливостей медіаспоживання в українців під час повномасштабного вторгнення. Були

описані особливості побудови та інтерпретації методик: шкала суб'єктивного благополуччя, опитувальник для визначення толерантності до невизначеності, “велику п'ятірку”, а також зазначені критерії побудови анкети щодо особливостей медіаспоживання.

Були зазначені критерії включення респондентів до вибірки, а саме: віковий проміжок від 19 до 60 років, поділ залежно від рівня психологічного благополуччя, а також до виокремлення групи респондентів, які не переглядали новини про війну в Україні, та групи респондентів, які увесь час переглядали новини (doomscrolling).

Також у цьому розділі описані особливості вибірки респондентів. З'ясовано, що більшість респондентів, які брали участь у дослідженні, є жінками віком 18-20 років, які дивляться новини про війну 1-2 рази на день і найчастіше переглядають їх за допомогою телеграм каналів та соціальних мереж. Водночас є люди, які зовсім не дивляться новини про війну, та ті, хто переглядає їх понад 5 разів на день. Дослідження показало, що найбільша кількість респондентів довіряють телеграм каналам та соціальним мережам як джерелам інформації, в той час, як 17,7% з них не довіряють жодним ресурсам. Деякі респонденти також вказали, що довіряють Інтернет-ресурсам (не включаючи соціальні мережі), а декілька осіб довіряють телебаченню. Отже, можна зробити висновок, що учасники дослідження в основному представлені молодими респондентами жіночої статі, які дивляться новини про війну і найчастіше переглядають їх за допомогою телеграм каналів та соціальних мереж.

### РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

#### 3.1 Взаємозв'язок толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя особистості

Для обрахунку даних було застосовано програмне забезпечення jamovi (version 2.3) (The jamovi project, 2022).

Опис загальної вибірки респондентів. Середнє значення екстраверсії визначено як 3.26 з середнім відхиленням 0.867, що варіюється від 1.00 до 5.00 (Таблиця 3.1).

*Таблиця 3.1.*

*Загальні показники респондентів за шкалами методик*

	N	Пусті	Сер. зн.	Медіана	Ст. В.	Мін.	Макс.
Екстраверсія	62	0	3.26	3.00	0.867	1.00	5.00
Доброзичливість	62	0	3.52	4.00	0.620	2.00	5.00
Сумлінність	62	0	3.32	3.00	0.719	2.00	4.00
Невротизм	62	0	3.31	3.00	0.951	1.00	5.00
Відкритість досвіду	62	0	3.63	4.00	0.752	2.00	5.00
Толерантність до невизначеності	62	0	59.84	61.00	8.420	39	78
Інтолерантність до невизначеності	62	0	58.55	58.00	10.298	19	87
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	62	0	37.03	38.00	8.075	14	55
Суб'єктивне благополуччя	62	0	5.40	5.00	2.265	0	10
Напруженість і чутливість	62	0	11.92	12.00	3.447	4	19
Психоемоційна симптоматика	62	0	12.60	12.50	3.847	4	21
Зміни настрою	62	0	6.95	7.00	2.994	2	14
Соціальне оточення	62	0	10.35	9.00	3.850	3	21
Самооцінка здоров'я	62	0	7.97	7.50	3.147	2	14
Задоволеність повсякденною діяльністю	62	0	12.50	13.00	4.124	3	20

Доброзичливість має середнє значення 3.52 з середнім відхиленням 0.620, мінімумом 2.00 і максимумом 5.00. Сумлінність серед учасників в середньому становить 3.32 з середнім відхиленням 0.719 і варіюється від 2.00 до 4.00. Невротизм в середньому становить 3.31, зі стандартним відхиленням 0.951 і варіюється від 1.00 до 5.00. Відкритість досвіду в середньому дорівнює 3.63, з середнім відхиленням 0.752 і варіюється від 2.00 до 5.00. Щодо оцінки толерантності до невизначеності, середнє значення становить 59.84, з середнім відхиленням 8.420 і діапазоном від 39 до 78. Інтollerантність до невизначеності в середньому є 58.55 з середнім відхиленням 10.298 і варіюється від 19 до 87. Міжособистісна інтолерантність до невизначеності в середньому становить 37.03, зі стандартним відхиленням 8.075 і діапазоном від 14 до 55. Середнє значення суб'єктивного благополуччя становить 5.40, з середнім відхиленням 2.265 і варіюється від 0 до 10. Напруженість і чутливість в середньому становить 11.92, зі стандартним відхиленням 3.447 і діапазоном від 4 до 19. Психоемоційна симптоматика має середнє значення 12.60, з середнім відхиленням 3.847 і діапазоном від 4 до 21. Зміни настрою в середньому оцінюються на 6.95, зі стандартним відхиленням 2.994 і діапазоном від 2 до 14. Соціальне оточення в середньому становить 10.35, зі стандартним відхиленням 3.850 і діапазоном від 3 до 21. Самооцінка здоров'я в середньому дорівнює 7.97, з середнім відхиленням 3.147 і діапазоном від 2 до 14. Задоволеність повсякденною діяльністю в середньому становить 12.50, з середнім відхиленням 4.124 і варіюється від 3 до 20.

Представимо результати з таблиці 3.2.

**Таблиця 3.2.**

*Кореляційні зв'язки між шкалами для загальної вибірки (представлено лише статистично значущі).*

<b>Змінна 1</b>	<b>Змінна 2</b>	<b>r</b>	<b>p</b>
Екстраверсія	Суб'єктивне благополуччя	-0.492	< .001
Екстраверсія	Напруженість і чутливість	-0.451	< .001
Екстраверсія	Зміни настрою	-0.399	0.001

Екстраверсія	Соціальне оточення	-0.421	< .001
Екстраверсія	Самооцінка здоров'я	-0.394	0.002
Екстраверсія	Задоволеність повсякденною діяльністю	-0.360	0.004
Доброзичливість	Суб'єктивне благополуччя	-0.492	< .001
Доброзичливість	Напруженість і чутливість	-0.451	< .001
Доброзичливість	Зміни настрою	-0.399	0.001
Доброзичливість	Соціальне оточення	-0.421	< .001
Доброзичливість	Самооцінка здоров'я	-0.394	0.002
Доброзичливість	Задоволеність повсякденною діяльністю	-0.360	0.004
Сумлінність	Інтолерантність до невизначеності	0.438	< .001
Сумлінність	Суб'єктивне благополуччя	-0.482	< .001
Сумлінність	Напруженість і чутливість	-0.343	0.006
Сумлінність	Зміни настрою	-0.428	< .001
Сумлінність	Соціальне оточення	-0.451	< .001
Сумлінність	Самооцінка здоров'я	-0.353	0.005
Сумлінність	Задоволеність повсякденною діяльністю	-0.451	< .001
Невротизм	Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	0.388	0.002
Невротизм	Суб'єктивне благополуччя	0.621	< .001
Невротизм	Напруженість і чутливість	0.385	0.002
Невротизм	Психоемоційна симптоматика	0.627	< .001
Невротизм	Зміни настрою	0.402	0.001
Невротизм	Соціальне оточення	0.434	< .001
Невротизм	Самооцінка здоров'я	0.480	< .001
Невротизм	Задоволеність повсякденною діяльністю	0.567	< .001
Міжособистісна	Психоемоційна	0.393	0.002

Екстраверсія має високу негативну кореляцію з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.492, p < .001$ ), напруженістю і чутливістю ( $r = -0.451, p < .001$ ), змінами настрою ( $r = -0.399, p = 0.001$ ), соціальним оточенням ( $r = -0.421, p < .001$ ), самооцінкою здоров'я ( $r = -0.394, p = 0.002$ ) і задоволеністю повсякденною діяльністю ( $r = -0.360, p = 0.004$ ). Доброзичливість має негативну кореляцію з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.492, p < .001$ ), негативну кореляцію з напруженістю і чутливістю ( $r = -0.451, p < .001$ ), корелює негативно із зміною настрою ( $r = -0.399, p = 0.001$ ), негативну кореляцію з соціальним оточенням ( $r = -0.421, p < .001$ ), негативну кореляцію з самооцінкою здоров'я ( $r = -0.394, p = 0.002$ ). Сумлінність корелює позитивно з інтолерантністю до невизначеності ( $r = 0.438, p < .001$ ), але негативно корелює з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.482, p < .001$ ), напруженістю і чутливістю ( $r = -0.343, p = 0.006$ ), змінами настрою ( $r = -0.428, p < .001$ ), соціальним оточенням ( $r = -0.451, p < .001$ ), самооцінкою здоров'я ( $r = -0.353, p = 0.005$ ) і задоволеністю повсякденною діяльністю ( $r = -0.451, p < .001$ ). Невротизм показує високу позитивну кореляцію з міжособистісною інтолерантністю до невизначеності ( $r = 0.388, p = 0.002$ ), суб'єктивним благополуччям ( $r = 0.621, p < .001$ ), напруженістю і чутливістю ( $r = 0.385, p = 0.002$ ), психоемоційною симптоматикою ( $r = 0.627, p < .001$ ), змінами настрою ( $r = 0.402, p = 0.001$ ), соціальним оточенням ( $r = 0.434, p < .001$ ), самооцінкою здоров'я ( $r = 0.480, p < .001$ ), і задоволеністю повсякденною діяльністю ( $r = 0.567, p < .001$ ). Міжособистісна інтолерантність до невизначеності корелює позитивно з психоемоційною симптоматикою ( $r = 0.393, p = 0.002$ ).

Жінки в цій групі мають середнє значення екстраверсії, що становить 3.31, а чоловіки - 3.08 (Додаток Ж, Таблиця 2.20). Це вказує на помірний рівень суспільності та позитивного ставлення до оточуючих серед обох статей у цій групі. Щодо доброзичливості, жінки мають середнє значення 3.59, тоді як чоловіки - 3.23. Це може свідчити про більшу схильність жінок до прояву

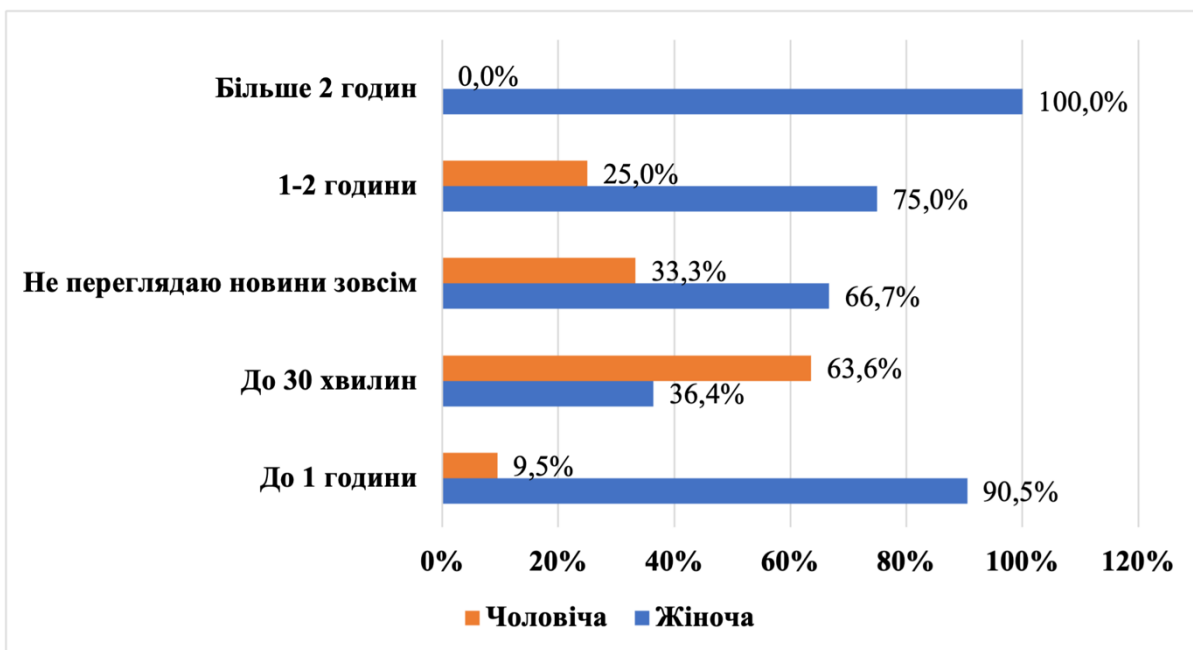
доброзичливого ставлення до інших людей у порівнянні з чоловіками в цій групі. Сумлінність має середнє значення близько 3.33 для жінок та 3.08 для чоловіків. Це вказує на помірний рівень організованості, відповідальності та самодисципліни серед учасників цієї групи незалежно від статі. Щодо невротизму, жінки мають середнє значення 3.33, а чоловіки - 3.23. Це може вказувати на схильність жінок до більшої емоційної чутливості та вразливості порівняно з чоловіками в цій групі. Відкритість до досвіду має середнє значення близько 3.63 для жінок та 3.62 для чоловіків. Це свідчить про помірну готовність до сприйняття нових досвідів, ідей та змін серед обох статей у цій групі. Толерантність до невизначеності для жінок складає середнє значення 60.55, тоді як для чоловіків - 57.15. Це вказує на помірний рівень стійкості, готовності до змін та терпимості до невизначеності серед учасників цієї групи. Інтолерантність до невизначеності має середнє значення близько 60.18 для жінок та 52.38 для чоловіків. Це свідчить про середню неприхильність до невизначеності та потребу в стабільності серед обох статей у цій групі. Міжособистісна інтолерантність до невизначеності має середнє значення 37.45 для жінок та 35.46 для чоловіків. Це вказує на середню схильність до конформізму та меншу готовність приймати нову інформацію та досліджувати нові ідеї серед учасників цієї групи незалежно від статі. Значення психологічних показників, таких як напруженість і чутливість, психоемоційна симптоматика, зміни настрою, соціальне оточення, самооцінка здоров'я та задоволеність повсякденною діяльністю, можуть варіюватися для кожної статі, але в середньому жінки мають більші значення в цих показниках порівняно з чоловіками. Суб'єктивне благополуччя має середнє значення 5.43 для жінок та 5.31 для чоловіків. Це свідчить про помірний рівень загального задоволення життям серед обох статей у цій групі.

Результати незалежного t-тесту (Mann-Whitney U) показують статистично значущу різницю між жінками і чоловіками щодо інтолерантності до невизначеності ( $U = 171$ ,  $p = 0.011$ ) (Додаток Ж, Таблиця 2.21). Це означає, що

існує відмінність у рівні інтолерантності до невизначеності між жінками та чоловіками в цій групі.

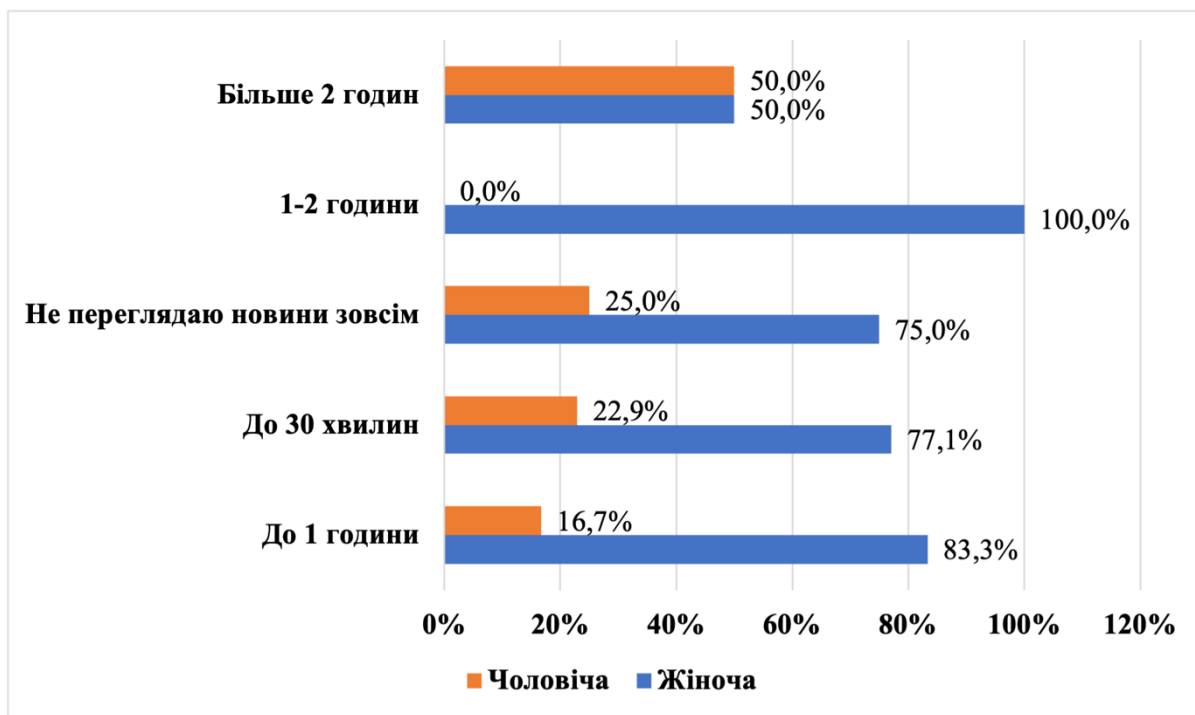
Результати таблиці сполученості показують зв'язок між статтю і частотою перегляду новин про війну (Додаток Ж, Таблиця 2.24). На основі цих даних можна спостерігати таку тенденцію: Жінки: 11 осіб (22.45%) з низькою частотою перегляду новин про війну і 38 осіб (77.55%) з високою частотою перегляду новин. Чоловіки: 2 особи (15.38%) з низькою частотою перегляду новин про війну і 11 осіб (84.62%) з високою частотою перегляду новин. Таким чином, можна зробити припущення, що серед учасників дослідження переважає висока частота перегляду новин про війну, частота перегляду новин може відрізнятися залежно від статі, де більше жінок мають високу частоту споживання новин, порівняно з чоловіками, які в основному мають низьку частоту споживання новин. Ці результати можуть бути пов'язані зі статевими різницями в інтересах, пріоритетах та поглядах на новини про війну.

Результати аналізу таблиць сполученості показують, що існує статистично значущий зв'язок між статтю і довірою до засобів масової інформації ( $\chi^2 = 16.3$ ,  $df = 4$ ,  $p = 0.003$ ). Коефіцієнт сполученості (Contingency coefficient) дорівнює 0.456, що свідчить про помірний зв'язок між двома змінними. Коефіцієнт Крамера (Cramer's V) дорівнює 0.512, що також свідчить про помірний зв'язок між двома змінними. З таблиці сполученості (Додаток Б, Таблиця 2.7) можна зробити наступні висновки: чоловіки довіряють інтернет-ресурсам (не включаючи соціальні мережі) менше, ніж жінки. Жінки довіряють телебаченню більше, ніж чоловіки. Довіра до телеграм каналів та соціальних мереж є високою як серед чоловіків, так і серед жінок, люди, які не довіряють жодному ресурсу масової інформації, складають 17,7% від загальної кількості опитаних, лише дуже малий процент опитаних (4.8%) відповіли, що довіряє іншим засобам масової інформації, не вказавши конкретно яким саме (Рис. 3.1).



*Рис. 3.1. Довіра до засобів масової інформації серед респондентів чоловічої та жіночої статі (у %)*

Результати аналізу таблиць сполученості показують, що існує статистично значущий зв'язок між віком і кількістю переглядів новин про війну. В цьому випадку, значення ( $\chi^2 = 27.1$ ,  $df = 12$ ,  $p = 0.007$ ), що свідчить про статистично значущий зв'язок між віком і кількістю переглядів новин про війну. Коефіцієнт контингентної (contingency) кореляції дорівнює 0.552, що свідчить про помірний зв'язок між віком та кількістю переглядів новин про війну. Коефіцієнт Крамера (Cramer's V) дорівнює 0.382, що свідчить про помірний зв'язок між змінними. Отже, аналіз таблиць сполученості (Додаток Б, Таблиця 2.8) показав, що вік може мати вплив на кількість переглядів новин про війну. Більш молоді люди частіше дивляться новини про війну, ніж старші люди (Рис. 3.2).



*Рис. 3.2. Розподіл респондентів за статтю і часом перегляду новин про війну за день.*

Можемо припустити, що чоловіки та жінки мають різні соціальні та культурні впливи, які впливають на їхній рівень довіри до різних джерел масової інформації: жінки довіряють телебаченню більше, ніж чоловіки, а чоловіки довіряють інтернет-ресурсам менше, ніж жінки. Особливо цікаво те, що дослідження показує, що більш молоді люди частіше дивляться новини про війну, ніж старші люди. Це може мати значущі наслідки для того, як засоби масової інформації повідомляють про конфлікти та інші події, проте варто зазначити, що дані результати не повинні розумітися як причина-наслідок. Можливо, більш молоді люди дивляться новини про війну не тому, що вони більш зацікавлені в цих подіях, а через інші фактори, наприклад, тому що вони більше часу проводять в Інтернеті або деякі соціальні фактори. Тому, дослідження додаткових факторів може бути корисним для розуміння зв'язку між віком і кількістю переглядів новин про війну. Також варто зазначити, що хоча статистично значущий зв'язок існує, він все ж може бути досить помірним, як показують значення коефіцієнта контингентної кореляції та коефіцієнта Крамера. Дослідження також показало, що молодші вікові групи, ймовірно, віддають перевагу більш інформаційним та актуальним джерелам,

таким як телеграм канали та соціальні мережі. Середні та старші вікові групи, з іншого боку, можуть надавати перевагу більш традиційним джерелам, таким як Інтернет-ресурси, що не включають соціальні мережі. Це може бути пов'язано зі стилістичними та інформаційними вимогами різних вікових груп, а також з їхнім досвідом користування різними типами медіа.

Розглянемо результати таблиці описової статистики для різних вікових груп та їх характеристик (Додаток Ж, Таблиця 2.22). Для екстраверсії, доброзичливості, сумлінності, невротизму та відкритості досвіду були виявлені наступні результати. У групі людей віком від 18 до 20 років ми бачимо, що середні значення для цих характеристик становлять 3.17, 3.50, 3.21, 3.21 та 3.55 відповідно. Зауважимо, що для деяких характеристик є деякі вікові групи, де дані недоступні, наприклад, для сумлінності серед вікової групи 36-45 років та невротизму серед вікової групи 46-60 років. Що стосується толерантності до невизначеності, інтолерантності до невизначеності та міжособистісної інтолерантності до невизначеності, ми бачимо такі результати. Середнє значення для толерантності до невизначеності становить 60.45 для вікової групи 18-20 років, 62.17 для вікової групи 21-25 років, 57.00 для вікової групи 36-45 років, 53.67 для вікової групи 46-60 років та 46.50 для вікової групи "більше 61 року". Щодо інтолерантності до невизначеності, середні значення складають 57.10 для вікової групи 18-20 років, 56.83 для вікової групи 21-25 років, 67.33 для вікової групи 36-45 років, 62.67 для вікової групи 46-60 років та 80.00 для вікової групи "більше 61 року". У міжособистісній інтолерантності до невизначеності середні значення складають 36.33 для вікової групи 18-20 років, 37.00 для вікової групи 21-25 років, 36.67 для вікової групи 36-45 років, 42.33 для вікової групи 46-60 років та 44.50 для вікової групи "більше 61 року". Для напруженості і чутливості, психоемоційної симптоматики, змін настрою, соціального оточення, самооцінки здоров'я, задоволеності повсякденною діяльністю та суб'єктивного благополуччя, ми бачимо такі результати. Середні значення для напруженості і чутливості складають 12.12 для вікової групи 18-20 років, 11.58 для вікової групи 21-25 років, 13.00 для вікової групи 36-45

років, 10.67 для вікової групи 46-60 років та 10.00 для вікової групи “більше 61 року”. Щодо психоемоційної симптоматики, середні значення складають 12.52 для вікової групи 18-20 років, 13.50 для вікової групи 21-25 років, 8.67 для вікової групи 36-45 років, 14.00 для вікової групи 46-60 років та 12.50 для вікової групи “більше 61 року”. Зауважимо, що для змін настрою дані недоступні для вікової групи 36-45 років. Для соціального оточення середні значення складають 10.12 для вікової групи 18-20 років, 11.83 для вікової групи 21-25 років, 7.33 для вікової групи 36-45 років, 11.33 для вікової групи 46-60 років та 9.50 для вікової групи “більше 61 року”. Щодо самооцінки здоров'я, середні значення складають 7.55 для вікової групи 18-20 років, 9.50 для вікової групи 21-25 років, 6.00 для вікової групи 36-45 років, 9.00 для вікової групи 46-60 років та 9.00 для вікової групи “більше 61 року”. Зауважимо, що для задоволеності повсякденною діяльністю та суб'єктивного благополуччя дані недоступні для вікової групи 36-45 років.

Результати аналізу Kruskal-Wallis для характеристики “Інтолерантність до невизначеності” показують значущі відмінності між віковими групами. Статистика  $\chi^2$  дорівнює 12.7 при 4 ступенях свободи, а р-значення становить 0.013 (Додаток Ж, Таблиця 2.23). Це свідчить про те, що існують статистично значущі різниці у рівнях інтолерантності до невизначеності між різними групами.

Результати таблиці сполученості (Додаток Ж, Таблиця 2.25) вказують на зв'язок між віком та частотою перегляду новин про війну. Аналізуючи дані, бачимо таку тенденцію: у більшості вікових груп спостерігається висока частота перегляду новин про війну. Зокрема, серед учасників у вікових групах 18-20 років та 21-25 років висока частота споживання новин є переважною. У групах 36-45 років, 46-60 років та старше 61 року висока частота перегляду новин також переважає. Проте варто зазначити, що в деяких вікових групах, зокрема 18-20 років та 21-25 років, є невелика кількість осіб з низькою частотою перегляду новин про війну. Це може вказувати на те, що серед молодшої аудиторії є індивіди, які менш зацікавлені у подіях, що відбуваються

у світі і не відводять їм значної уваги. На підставі отриманих результатів можна зробити припущення, що вікова категорія може впливати на інтереси та пріоритети стосовно перегляду новин про війну. Молодші особи, зокрема ті, хто належить до вікових груп 18-20 років та 21-25 років, можуть виявляти більший інтерес до актуальних подій і мають більшу потребу в інформації про війну порівняно зі старшими віковими групами.

Результати аналізу таблиць сполученості (Додаток Б, Таблиця 2.9) також показують, що існує статистично значущий зв'язок між тим, де люди частіше переглядають новини про війну та їх віком. Застосування тесту  $\chi^2$ -квадрат для цієї таблиці показало наступні значення: ( $\chi^2 = 57,1$ ,  $df = 16$ ,  $p = 0,001$ ). Це свідчить про те, що є статистично значущі відмінності між спостережуваними та очікуваними частотами. Коефіцієнт контингентної залежності становить 0,692, що свідчить про те, що існує помірна залежність між двома змінними. Коефіцієнт Крамера  $V$  дорівнює 0,480, що також свідчить про помірну залежність між двома змінними. Отже, можна зробити висновок, що спостережується залежність між віком та джерелами, якими люди користуються для перегляду новин про війну. Молодші вікові групи надають перевагу перегляду новин через телеграм канали та соціальні мережі, тоді як середні та старші вікові групи в основному користуються Інтернет-ресурсами, не включаючи соціальні мережі (Рис. 3.3).

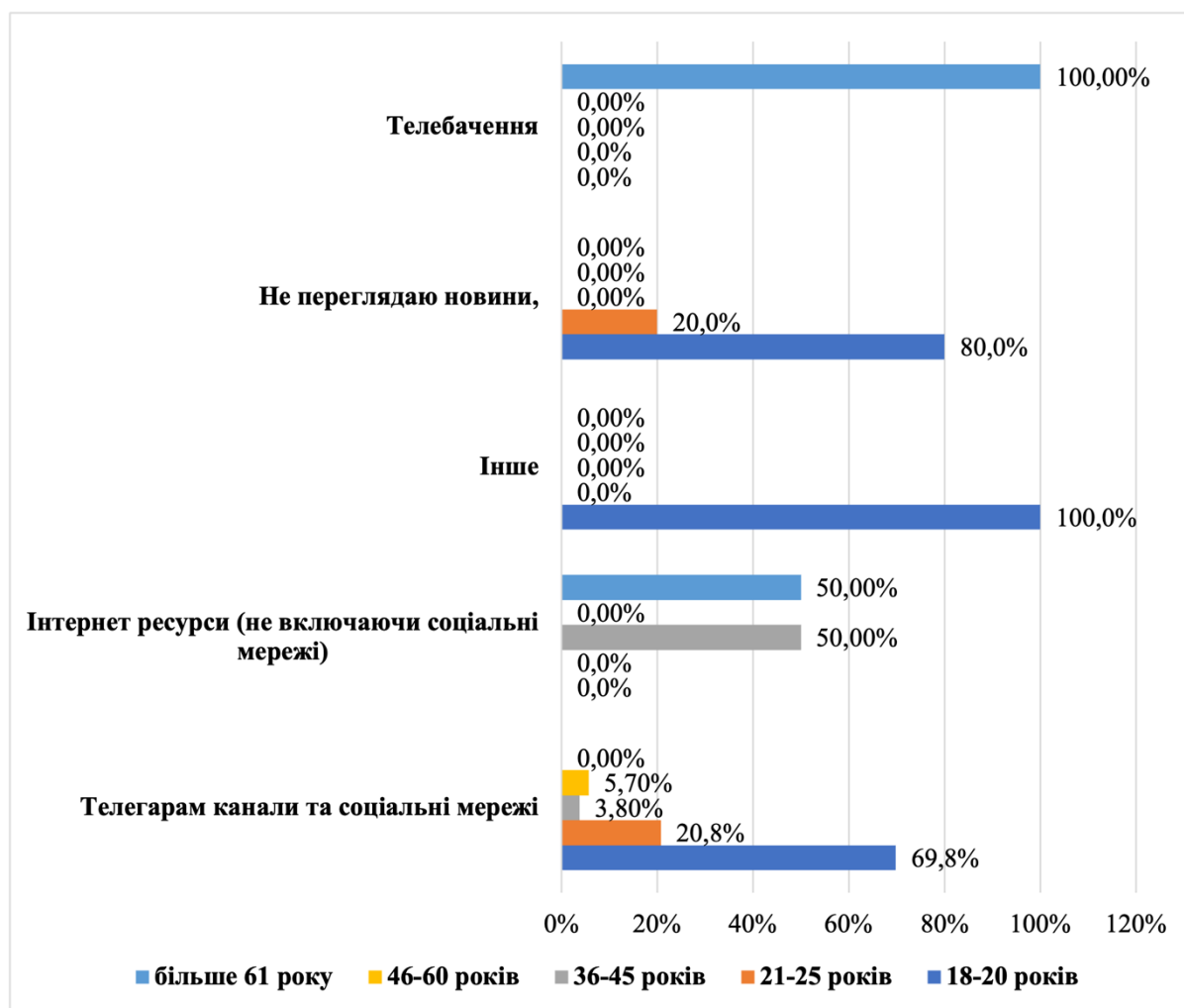


Рис. 3.3. Розподіл респондентів за провідними медіаджерелами новин про війну та їх віком (у %)

Наступна проаналізована таблиця сполученості (Додаток Б, Таблиця 2.10) містила результати аналізу зв'язку між віком респондентів та часом, витраченим на перегляд новин про війну. В результаті аналізу було знайдено наступні значення: ( $\chi^2 = 27.4$ ,  $df = 16$ ,  $p = 0,037$ ). Це означає, що ми можемо відхилити нульову гіпотезу і стверджувати, що є статистично значущий зв'язок між віком респондентів та часом, витраченим на перегляд новин про війну. Коефіцієнт сполученості дорівнює 0,554, а коефіцієнт Крамера V дорівнює 0,333. Обидва показники підтверджують наявність середньої сили зв'язку між віком респондентів та часом, витраченим на перегляд новин про війну. Молоді респонденти (18-20 років та 21-25 років) витрачають більше часу на перегляд новин про війну, ніж старші респонденти. Також було помічено, що більшість респондентів (понад 50%) витрачають до 30 хвилин на перегляд новин про

війну. Отже, результати цього аналізу підтверджують наявність зв'язку між віком респондентів та часом, витраченим на перегляд новин про війну (Рис. 3.4).

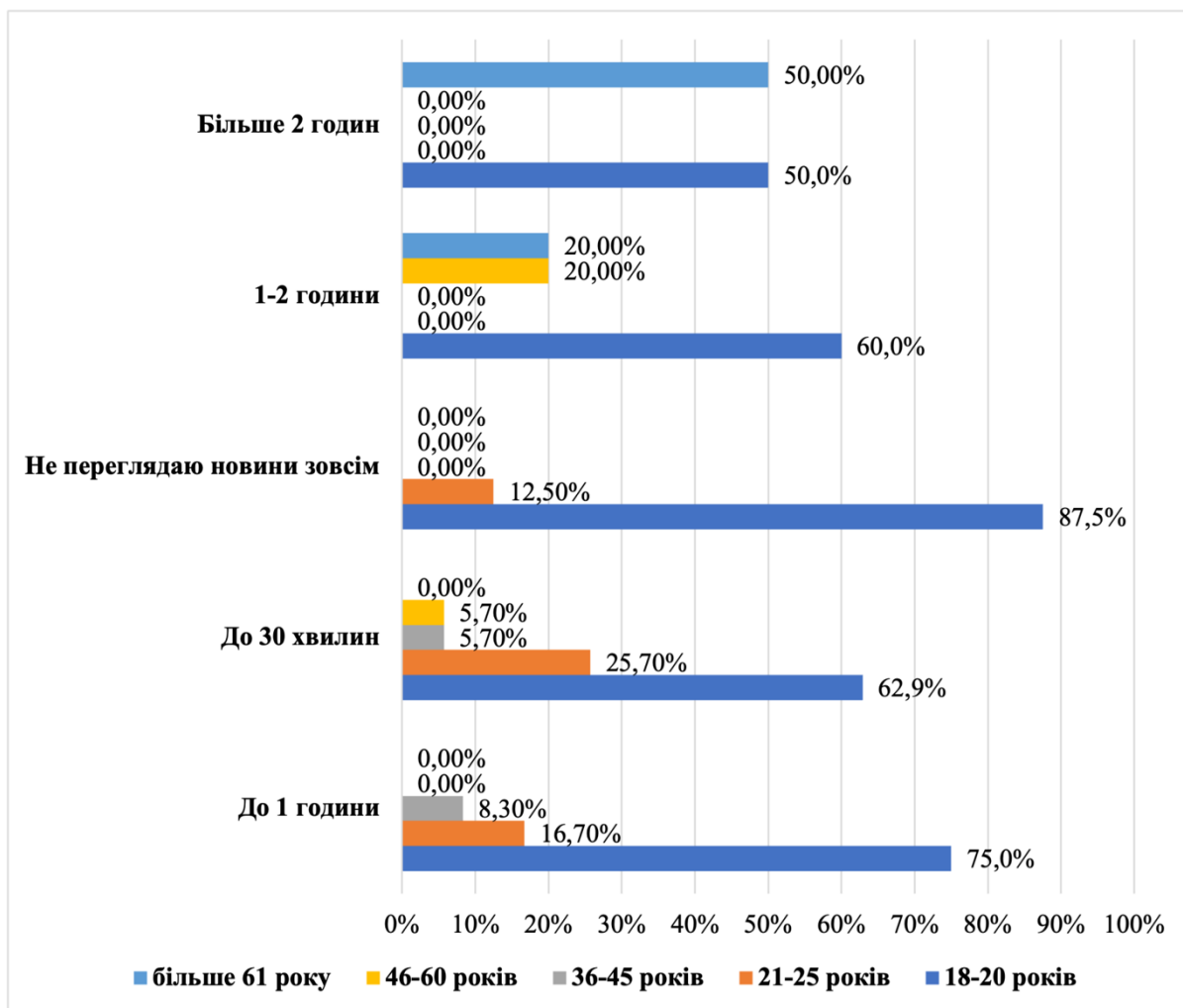


Рис. 3.4. Розподіл респондентів за віком та часом, витраченим на перегляд новин про війну (у %)

Особливо цікавим є те, що молодші респонденти (18-20 років та 21-25 років) витрачають більше часу на перегляд новин про війну, ніж старші респонденти. Це може бути пов'язано з більшою зацікавленістю молодих людей у світових подіях та бажанням бути в курсі останніх новин. Також результати свідчать про те, що люди, які відвідують телеграм-канали та соціальні мережі, частіше дивляться новини про війну, ніж ті, хто використовує інші джерела для отримання інформації. Значна кількість людей (30 з 62) дивляться новини про війну на телеграм-каналах та соціальних мережах більше 5 разів на день. Це може свідчити про високий рівень впливу цих медіа на

глядачів. Також було виявлено, що 5 людей з вибірки не дивляться новини про війну зовсім. Це може бути пов'язано зі зневірою в інформаційних ресурсах, низькою зацікавленістю у подіях, які стосуються війни, або з іншими причинами. Результати аналізу свідчать про статистично значущий зв'язок між частотою та тривалістю перегляду новин про війну. Це означає, що люди, які переглядають новини про війну частіше, також мають тенденцію дивитися їх триваліше. Коефіцієнт сполученості та коефіцієнт Крамера свідчать про те, що зв'язок є досить сильним. Інтерпретуючи результати, можна зазначити, що більшість респондентів переглядає новини про війну не більше 30 хвилин на день до 5 разів на день. Ці дані можуть бути корисні для медіапланування, оскільки вони показують, що для більшості людей оптимальна кількість новин про війну - це 1-2 рази на день або до 30 хвилин на день. Також варто звернути увагу на те, що 20.9% респондентів зазначили, що не дивляться новини про війну взагалі. Це може свідчити про те, що для деяких людей тема війни є дуже неприємною або навіть травматичною. Отже, при розробці стратегії медіапланування варто враховувати такі фактори. Серед тих, хто не переглядає новини зовсім, ті, хто скористалися телеграм каналами та соціальними мережами, переважають над іншими типами медіаресурсів. Серед тих, хто переглядає новини до 30 хвилин на день, Інтернет-ресурси є найбільш популярним типом медіаресурсів. Серед тих, хто переглядає новини до 1 години на день, Телебачення є найбільш популярним типом медіаресурсів, а серед тих, хто переглядає новини від 1 до 2 годин на день – Інтернет-ресурси та Телебачення мають майже однакову популярність. Є декілька можливих причин того, чому різні типи медіаресурсів є популярними в залежності від того, скільки часу людина витрачає на перегляд новин. По-перше, люди, які не переглядають новини взагалі, можуть вважати інші медіаресурси, такі як соціальні мережі та месенджери, більш цікавими або корисними для отримання новин та інформації. По-друге, ті, хто витрачають мало часу на перегляд новин, можуть віддавати перевагу швидким та легкодоступним джерелам інформації, таким як Інтернет-ресурси. Це може бути пов'язано з тим, що ці люди не

відчувають потреби в детальній аналітиці новин, а хочуть лише швидко дізнатися про найважливіші події. По-третє, ті, хто витрачають більше часу на перегляд новин, можуть бути більш зацікавлені в більш детальних та розгорнутих новинах, які зазвичай доступні на телебаченні. Також можливо, що ці люди вважають перегляд новин на телебаченні більш зручним та приємним для відпочинку, ніж перегляд на Інтернет-ресурсах. Загалом, популярність різних типів медіаресурсів для отримання новин може бути пов'язана з індивідуальними потребами та вподобаннями користувачів, а також з тим, скільки часу вони готові витратити на перегляд новин.

В учасників із високим рівнем суб'єктивного благополуччя середній рівень екстраверсії дорівнює 2.93, доброзичливості - 3.18, сумлінності - 3.00, невротизму - 3.82, а відкритості досвіду - 3.68 (Таблиця 3.3). Ці показники менші, ніж у групи з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя, де середній рівень екстраверсії становить 3.53, доброзичливості - 3.79, сумлінності - 3.59, невротизму - 2.88, а відкритості досвіду - 3.59. Також середня толерантність до невизначеності учасників із високим рівнем суб'єктивного благополуччя становить 60.25, що трохи вище за середній рівень у групи з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя, який дорівнює 59.50. Інтолерантність до невизначеності серед учасників із високим рівнем суб'єктивного благополуччя становить у середньому 59.36, що трохи вище, ніж середній рівень у групи з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя - 57.88. Що стосується міжособистісної інтолерантності до невизначеності, то середнє значення для учасників із високим рівнем суб'єктивного благополуччя становить 38.89, що також є вище, ніж у групи з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя, де цей показник дорівнює 35.50.

В учасників із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя середній рівень екстраверсії становить 3.53, доброзичливості - 3.79, сумлінності - 3.59, невротизму - 2.88, а відкритості досвіду - 3.59. Ці значення більші для екстраверсії, доброзичливості, сумлінності і відкритості досвіду, але менше для невротизму, порівняно з учасниками із високим рівнем суб'єктивного

благополуччя. Також середня толерантність до невизначеності учасників із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя становить 59.50, що трохи нижче, ніж середній рівень у групи з високим рівнем суб'єктивного благополуччя, який дорівнює 60.25. Інтollerантність до невизначеності серед учасників із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя становить у середньому 57.88, що трохи нижче, ніж середній рівень у групи з високим рівнем суб'єктивного благополуччя, який становить 59.36. Щодо міжособистісної інтолерантності до невизначеності, то середнє значення для учасників із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя становить 35.50, що є нижче, ніж у групи з високим рівнем суб'єктивного благополуччя, де цей показник дорівнює 38.89.

**Таблиця 3.3.**

*Показники за шкалами «Великої П'ятірки» та «Толерантності до невизначеності» у групах респондентів із високим та низьким рівнем суб'єктивного благополуччя*

	Група	N	Пусті	Сер. зн.	Медіана	Ст. В.	Мін.	Макс.
Екстраверсія	Високий рівень	28	0	2.93	3.00	0.858	1.00	5.00
	Низький рівень	34	0	3.53	3.00	0.788	2.00	5.00
Добррозичливість	Високий рівень	28	0	3.18	3.00	0.612	2.00	4.00
	Низький рівень	34	0	3.79	4.00	0.479	3.00	5.00
Сумлінність	Високий рівень	28	0	3.00	3.00	0.770	2.00	4.00
	Низький рівень	34	0	3.59	4.00	0.557	2.00	4.00
Невротизм	Високий рівень	28	0	3.82	4.00	0.819	2.00	5.00
	Низький рівень	34	0	2.88	3.00	0.844	1.00	4.00
Відкритість досвіду	Високий рівень	28	0	3.68	4.00	0.670	2.00	5.00
	Низький рівень	34	0	3.59	4.00	0.821	2.00	5.00

	Група	N	Пусті	Сер. зн.	Медіана	Ст. В.	Мін.	Макс.
Толерантність до невизначеності	Високий рівень	28	0	60.25	60.50	8.369	45	78
	Низький рівень	34	0	59.50	62.00	8.571	39	75
Інтолерантність до невизначеності	Високий рівень	28	0	59.36	58.50	9.113	44	82
	Низький рівень	34	0	57.88	58.00	11.273	19	87
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	Високий рівень	28	0	38.89	39.00	6.871	14	52
	Низький рівень	34	0	35.50	35.00	8.750	16	55

Тест Манна-Уїтні використовується для порівняння двох груп на наявність статистично значущих відмінностей між ними (Таблиця 3.4). У цьому випадку тест був застосований для порівняння показників “екстраверсія”, “доброзичливість”, “сумлінність” та “невротизм” між двома групами: психологічно благополучними та психологічно неблагополучними особами. Результати тесту показали, що є статистично значущі відмінності між групами за всіма чотирма ознаками. Для “екстраверсії” значення U становить 302, а р-значення — 0.007, що менше 0.05, що свідчить про статистично значущі відмінності. Значення “доброзичливість” має U = 232 і  $p < .001$ , “сумлінність” має U = 276 і  $p = 0.002$ , а “невротизм” має U = 220 і  $p < .001$ , всі ці значення також свідчать про статистично значущі відмінності між психологічно благополучними та психологічно неблагополучними особами за цими ознаками.

**Таблиця 3.4.**

*Статистично значущі показники для груп з різним рівнем психологічного благополуччя за шкалами «Великої П'ятірки» та «Толерантності до невизначеності»*

Independent Samples T-Test

		Статистика	p
Екстраверсія	Mann-Whitney U	302	0.007
Доброзичливість	Mann-Whitney U	232	< .001
Сумлінність	Mann-Whitney U	276	0.002
Невротизм	Mann-Whitney U	220	< .001

Note.  $\mu$  Психологічно благополучні  $\neq$   $\mu$  Психологічно неблагополучні

Кореляційна таблиця 3.5 представляє зв'язки між різними змінними для групи з високим рівнем суб'єктивного благополуччя. Екстраверсія має негативну кореляцію з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.461$ ,  $p = 0.014$ ) і соціальним оточенням ( $r = -0.411$ ,  $p = 0.030$ ). Це свідчить, що у цій групі людей, екстраверти, як правило, відчують менше суб'єктивного благополуччя і менш позитивно ставляться до свого соціального оточення. Доброзичливість має позитивну кореляцію з міжособистісною інтолерантністю до невизначеності ( $r = 0.494$ ,  $p = 0.008$ ) і негативну кореляцію з соціальним оточенням ( $r = -0.488$ ,  $p = 0.008$ ). Це може свідчити, що доброзичливі люди у цій групі мають більшу інтолерантність до невизначеності і можуть менш позитивно ставитися до свого соціального оточення. Сумлінність має високу позитивну кореляцію з інтолерантністю до невизначеності ( $r = 0.721$ ,  $p < .001$ ) і негативну кореляцію з соціальним оточенням ( $r = -0.471$ ,  $p = 0.011$ ). Таким чином, сумлінні люди у цій групі можуть бути більш інтолерантними до невизначеності і менш позитивно ставитися до свого соціального оточення. Невротизм має високу позитивну кореляцію з толерантністю до невизначеності ( $r = 0.601$ ,  $p < .001$ ) і позитивну кореляцію з суб'єктивним благополуччям ( $r = 0.377$ ,  $p = 0.048$ ). Відкритість до досвіду корелює позитивно з толерантністю до невизначеності ( $r = 0.375$ ,  $p = 0.049$ ). Толерантність до невизначеності має позитивну кореляцію з психоемоційною симптоматикою ( $r = 0.396$ ,  $p = 0.037$ ).

### **Таблиця 3.5.**

*Кореляційні зв'язки між шкалами для групи з високим рівнем психологічного благополуччя (представлено лише статистично значущі).*

<b>Змінна 1</b>	<b>Змінна 2</b>	<b>r</b>	<b>p</b>
Екстраверсія	Суб'єктивне благополуччя	-0.461	0.014
Екстраверсія	Соціальне оточення	-0.411	0.030
Добррозичливість	Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	0.494	0.008
Добррозичливість	Соціальне оточення	-0.488	0.008
Сумлінність	Інтолерантність до невизначеності	0.721	< .001
Сумлінність	Соціальне оточення	-0.471	0.011
Невротизм	Толерантність до невизначеності	0.601	< .001
Невротизм	Суб'єктивне благополуччя	0.377	0.048
Відкритість досвіду	Толерантність до невизначеності	0.375	0.049
Толерантність до невизначеності	Психоемоційна симптоматика	0.396	0.037

Наступні кореляційна таблиця 3.6 представляє зв'язки між різними змінними для групи з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя. Екстраверсія має негативну кореляцію з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.388$ ,  $p = 0.023$ ) та напруженістю і чутливістю ( $r = -0.346$ ,  $p = 0.045$ ). Добррозичливість має негативну кореляцію зі змінами настрою ( $r = -0.358$ ,  $p = 0.038$ ). Сумлінність має негативну кореляцію з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.358$ ,  $p = 0.038$ ), змінами настрою ( $r = -0.379$ ,  $p = 0.027$ ) та задоволенням повсякденною діяльністю ( $r = -0.373$ ,  $p = 0.030$ ). Невротизм має позитивну кореляцію з міжособистісною інтолерантністю до невизначеності ( $r = 0.455$ ,  $p = 0.007$ ), суб'єктивним благополуччям ( $r = 0.579$ ,  $p < .001$ ), психоемоційною симптоматикою ( $r = 0.599$ ,  $p < .001$ ) та задоволенням повсякденною діяльністю ( $r = 0.476$ ,  $p = 0.004$ ). Відкритість досвіду має негативну кореляцію з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.390$ ,  $p = 0.023$ ) та соціальним оточенням ( $r = -0.346$ ,  $p = 0.045$ ). Інтолерантність до невизначеності має позитивну кореляцію з психоемоційною симптоматикою ( $r = 0.378$ ,  $p = 0.028$ ).

Таблиця 3.6.

*Кореляційні зв'язки між шкалами для групи з низьким рівнем психологічного благополуччя (представлено лише статистично значущі).*

<b>Змінна 1</b>	<b>Змінна 2</b>	<b>r</b>	<b>p</b>
Екстраверсія	Суб'єктивне благополуччя	-0.388	0.023
Екстраверсія	Напруженість і чутливість	-0.346	0.045
Доброзичливість	Зміни настрою	-0.358	0.038
Сумлінність	Суб'єктивне благополуччя	-0.358	0.038
Сумлінність	Зміни настрою	-0.379	0.027
Сумлінність	Задоволеність повсякденною діяльністю	-0.373	0.030
Невротизм	Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	0.455	0.007
Невротизм	Суб'єктивне благополуччя	0.579	< .001
Невротизм	Психоемоційна симптоматика	0.599	< .001
Невротизм	Задоволеність повсякденною діяльністю	0.476	0.004
Відкритість досвіду	Суб'єктивне благополуччя	-0.390	0.023
Відкритість досвіду	Соціальне оточення	-0.346	0.045
Інтолерантність до невизначеності	Психоемоційна симптоматика	0.378	0.028

Ця таблиця представляє частоту перегляду новин про війну залежно від рівня суб'єктивного благополуччя (Таблиця 3.7). Вона показує, що серед осіб з високим рівнем суб'єктивного благополуччя, 22.6% переглядають новини про війну 1-2 рази на день, 6.5% - більше 5 разів на день, 6.5% - зовсім не дивляться такі новини, а 9.7% - 3-5 разів на день. Щодо осіб з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя, то 25.8% з них переглядають новини про війну 1-2 рази на день, 9.7% - більше 5 разів на день, 14.5% - зовсім не дивляться такі новини, а 4.8% - 3-5 разів на день. Таким чином, найбільша частка осіб, незалежно від рівня благополуччя, переглядає новини про війну 1-2 рази на

день. Однак, особи з низьким рівнем благополуччя частіше, ніж інші, повідомляють, що зовсім не дивляться новини про війну.

**Таблиця 3.7.**

*Частота перегляду новин про війну серед респондентів із різним рівнем суб'єктивного благополуччя*

<b>Частота переглядаєте новини про війну</b>	<b>Суб'єктивне благополуччя</b>	<b>Кількість</b>	<b>% загальних</b>
1-2 рази на день	Високий рівень	14	22.6 %
	Низький рівень	16	25.8 %
більше 5 разів на день	Високий рівень	4	6.5 %
	Низький рівень	6	9.7 %
Зовсім не дивлюсь новини	Високий рівень	4	6.5 %
	Низький рівень	9	14.5 %
3-5 разів на день	Високий рівень	6	9.7 %
	Низький рівень	3	4.8 %

Група з високим рівнем суб'єктивного благополуччя характеризується певним профілем особистісних рис і зв'язків між ними. У даній групі середня вираженість особистісних рис є меншою, ніж у групі з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя. Спостерігається нижчий середній рівень екстраверсії, доброзичливості, сумлінності та відкритості до досвіду. Однак, невротизм учасників з високим рівнем суб'єктивного благополуччя має вищий середній рівень порівняно з групою з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя, що означає наступне: люди з високим рівнем суб'єктивного благополуччя можуть бути менш вразливими до негативних емоцій та стресу. Також, учасники з високим рівнем суб'єктивного благополуччя мають вищу середню толерантність до невизначеності порівняно з групою з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя. Це може свідчити про їх більшу готовність приймати невизначеність і зміни у житті. Інтолерантність до невизначеності також має вище середнє значення учасників з високим рівнем суб'єктивного благополуччя порівняно з групою з низьким рівнем. Це може вказувати на те, що вони можуть бути менш стурбованими та більш впевненими у зустрічі з

невизначеністю в житті. Міжособистісна інтолерантність до невизначеності також має вище середнє значення учасників з високим рівнем суб'єктивного благополуччя порівняно з групою з низьким рівнем. Це може свідчити про їх більшу неприхильність до невизначеності і більшу потребу в стабільності і контролі. Учасники цієї групи, які виявляють вищий рівень екстраверсії, можуть бути менш задоволеними своїм суб'єктивним благополуччям і менш позитивно ставитися до свого соціального оточення. Це може означати, що вони можуть переживати більше внутрішнього напруження або можуть відчувати менше підтримки та розуміння від інших людей. Виявлено, що доброзичливі люди у цій групі мають більшу інтолерантність до невизначеності, що може означати їхню більшу потребу в стабільності і контролі. Також, ці люди можуть менше задоволені своїм соціальним оточенням, що може відображати складнощі відносин з іншими людьми або низький рівень соціальної підтримки. Учасники цієї групи з високим рівнем суб'єктивного благополуччя, які виявляють високу сумлінність, можуть бути більш інтолерантними до невизначеності і менш задоволеними своїм соціальним оточенням. Це може означати, що вони мають високі вимоги до себе і оточуючих, що може викликати конфлікти та розчарування у стосунках з іншими. Учасники цієї групи з високим рівнем суб'єктивного благополуччя, які проявляють вищий рівень невротизму, можуть бути більш толерантними до невизначеності і відчувати більше суб'єктивного благополуччя, що може пояснювати їхню більшу готовність вирішувати нові завдання або більшу гнучкість у справлянні зі стресом. Виявлено, що відкритість до досвіду корелює позитивно з толерантністю до невизначеності. Це може свідчити про те, що учасники цієї групи, які більш відкриті до нових ідей і досвідів, також можуть бути більш готовими приймати невизначеність та зміни у своєму житті. Крім того, толерантність до невизначеності має позитивну кореляцію з психоемоційною симптоматикою, що може свідчити про зв'язок між здатністю людей приймати невизначеність і їхнім емоційним станом.

Група з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя має свій профіль особистісних рис і зв'язків між ними. У цій групі спостерігається вищий середній рівень екстраверсії, доброзичливості, сумлінності і відкритості до досвіду порівняно з групою з високим рівнем суб'єктивного благополуччя. Це означає, що учасники з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя можуть бути більш схильними до суспільних взаємодій, більш дружніми, свідомими і відкритими до нових досвідів. Незважаючи на це, учасники з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя мають менший середній рівень невротизму порівняно з групою з високим рівнем. Це може свідчити про їх меншу схильність до негативних емоцій та стресу. Середня толерантність до невизначеності учасників з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя трохи нижча, ніж середня для групи з високим рівнем. Це може вказувати на їх більшу нестабільність і непевність у ситуаціях невизначеності. Інтолерантність до невизначеності також має нижче середнє значення для учасників з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя порівняно з групою з високим рівнем. Це може вказувати на їх більшу неприхильність до невизначеності та більшу потребу в стабільності і контролі. Міжособистісна інтолерантність до невизначеності також має нижче середнє значення для учасників з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя порівняно з групою з високим рівнем. Це може свідчити про їх більшу схильність до конформізму і меншу готовність приймати нову інформацію та досліджувати нові ідеї. Кореляційна таблиця вказує на зв'язки між різними змінними в групі з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя. Серед них можна виділити негативну кореляцію екстраверсії зі суб'єктивним благополуччям і напруженістю і чутливістю, що означає, що учасники, які менш екстравертовані, можуть відчувати менше суб'єктивного благополуччя і бути більш чутливими до стресу і негативних емоцій. Доброзичливість також негативно корелює зі змінами настрою, що може свідчити про те, що менш доброзичливі учасники можуть відчувати більші коливання настрою. Сумлінність має негативну кореляцію зі суб'єктивним благополуччям, змінами настрою і задоволенням повсякденною діяльністю, що

може свідчити про їх меншу задоволеність і менш стійкий емоційний стан. Невротизм має позитивну кореляцію з міжособистісною інтолерантністю до невизначеності, що означає, що люди з більш вираженим невротизмом можуть бути менш толерантними до невизначеності. Загалом, результати групи з високим рівнем суб'єктивного благополуччя вказують на їх більшу стійкість до негативних емоцій, більшу толерантність до невизначеності та меншу вираженість особистісних рис, порівняно з групою з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя.

### **3.2. Особливості медіаспоживання респондентами новин про перебіг війни**

Результати таблиці сполученості (Додаток Ж, Таблиця 2.26) вказують на зв'язок між способом отримання новин про війну та частотою їх споживання. Аналізуючи дані, можна відзначити наступну тенденцію: серед учасників, які вибирають телеграм-канали та соціальні мережі як головний джерело отримання новин про війну, переважна більшість споживає новини з великою частотою. Це вказує на те, що ці медіаформати приваблюють особливий інтерес та активну участь користувачів у відстежуванні подій, пов'язаних з війною. Також варто відзначити, що деякі учасники вказали, що не переглядають новин про війну або обирають інші джерела інформації, наприклад, інтернет-ресурси, телебачення або інше. Проте кількість осіб, які обирають ці альтернативні джерела, є меншою порівняно з тими, хто користується телеграм-каналами та соціальними мережами. На підставі отриманих результатів можна зробити припущення, що для більшості учасників цього дослідження телеграм-канали та соціальні мережі є популярними джерелами отримання новин про війну, і вони проявляють більший інтерес та активніше споживають цю інформацію.

Результати таблиці сполученості (Додаток Ж, Таблиця 2.27) вказують на зв'язок між частотою перегляду новин про війну та довірою до різних засобів масової інформації. Аналізуючи дані, можна спостерігати таку тенденцію:

серед учасників, які переглядають новини про війну з низькою частотою, значна частина (8 осіб з 13) навіть не довіряє жодному ресурсу масової інформації. Це може свідчити про сумніви та недовіру до наданої інформації, або про відсутність вираженого інтересу до даної тематики серед цієї групи учасників. З іншого боку, серед учасників, які переглядають новини про війну з великою частотою, більшість (34 з 49) найбільше довіряють телеграм-каналам та соціальним мережам. Це може вказувати на те, що ці медіаформати є надійними джерелами інформації для цієї групи учасників, і вони активно користуються ними для отримання новин про війну. Деякі учасники вказали інші джерела масової інформації, або зазначили, що не довіряють жодному ресурсу. Проте кількість осіб, які обирають ці альтернативні джерела або проявляють недовіру, є меншою порівняно з тими, хто довіряє телеграм-каналам та соціальним мережам. На підставі отриманих результатів можна зробити припущення, що для більшості учасників цього дослідження телеграм-канали та соціальні мережі є популярними та довіреними джерелами інформації про війну. Однак, серед учасників з низькою частотою споживання новин є значна частина людей, які виявляють недовіру до різних джерел масової інформації, що може відображати їх скептицизм щодо представленої інформації.

У групі з низькою частотою перегляду новин про війну середній рівень екстраверсії становить 3.28, доброзичливості - 3.60, сумлінності - 3.33, невротизму - 3.26, відкритості досвіду - 3.65 (Таблиця 3.8). В той самий час середнє значення толерантності до невизначеності є 61.02, інтолерантності до невизначеності - 57.56, міжособистісної інтолерантності до невизначеності - 36.51. Середній рівень суб'єктивного благополуччя у цій групі дорівнює 5.26, напруженості і чутливості - 11.81, психоемоційної симптоматики - 12.49, змін настрою - 6.72, соціального оточення - 10.23, самооцінки здоров'я - 7.77, і задоволеності повсякденною діяльністю - 12.05. В групі з високою частотою перегляду новин про війну середній рівень екстраверсії дорівнює 3.21, доброзичливості - 3.32, сумлінності - 3.32, невротизму - 3.42, а відкритості

досвіду - 3.58. Середня толерантність до невизначеності у цій групі становить 57.16, інтолерантність до невизначеності - 60.79, міжособистісна інтолерантність до невизначеності - 38.21. Середній рівень суб'єктивного благополуччя у цій групі є 5.74, напруженості і чутливості - 12.16, психоемоційної симптоматики - 12.84, змін настрою - 7.47, соціального оточення - 10.63, самооцінки здоров'я - 8.42, і задоволеності повсякденною діяльністю - 13.53. Отже, можна побачити, що в групі з високою частотою перегляду новин про війну індивідуальні характеристики, пов'язані з переживанням невизначеності і суб'єктивним благополуччям, в цілому вищі, ніж в групі з низькою частотою перегляду новин. Це може свідчити про те, що особи, які більше зацікавлені в новинах про війну, можуть мати вищий рівень стресових реакцій і меншу стійкість до невизначеності.

**Таблиця 3.8.**

*Показники за шкалами методик у групах із низькою та високою частотою медіаспоживання*

	Група	N	Пусті	Сер. зн.	Медіана	Ст. В.	Мін.	Макс.
Екстраверсія	Низька частота	43	0	3.28	3.00	0.934	1.00	5.00
	Висока частота	19	0	3.21	3.00	0.713	2.00	5.00
Доброчливість	Низька частота	43	0	3.60	4.00	0.583	2.00	5.00
	Висока частота	19	0	3.32	3.00	0.671	2.00	4.00
Сумлінність	Низька частота	43	0	3.33	3.00	0.680	2.00	4.00
	Висока частота	19	0	3.32	4.00	0.820	2.00	4.00
Невротизм	Низька частота	43	0	3.26	3.00	0.928	1.00	5.00
	Висока частота	19	0	3.42	3.00	1.017	2.00	5.00
Відкритість досвіду	Низька частота	43	0	3.65	4.00	0.752	2.00	5.00
	Висока частота	19	0	3.58	4.00	0.769	2.00	5.00
Толерантність до невизначеності	Низька частота	43	0	61.02	62	7.936	39	78

	Група	N	Пусті	Сер. зн.	Медіана	Ст. В.	Мін.	Макс.
Інтолерантність до невизначеності	Висока частота	19	0	57.16	58	9.075	42	72
	Низька частота	43	0	57.56	58	10.620	19	82
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	Висока частота	19	0	60.79	59	9.414	47	87
	Низька частота	43	0	36.51	37	8.587	14	55
Суб'єктивне благополуччя	Висока частота	19	0	38.21	39	6.844	18	48
	Низька частота	43	0	5.26	5	2.205	0	10
Напруженість і чутливість	Висока частота	19	0	5.74	6	2.423	2	10
	Низька частота	43	0	11.81	12	3.445	5	19
Психоемоційна симптоматика	Висока частота	19	0	12.16	12	3.532	4	17
	Низька частота	43	0	12.49	12	3.924	4	21
Зміни настрою	Висока частота	19	0	12.84	13	3.760	4	20
	Низька частота	43	0	6.72	6	2.889	2	14
Соціальне оточення	Висока частота	19	0	7.47	7	3.238	2	12
	Низька частота	43	0	10.23	10	3.822	3	21
Самооцінка здоров'я	Висока частота	19	0	10.63	9	4.003	4	17
	Низька частота	43	0	7.77	7	3.123	2	14
Задоволеність повсякденною діяльністю	Висока частота	19	0	8.42	10	3.237	4	13
	Низька частота	43	0	12.05	12	4.000	3	20
	Висока частота	19	0	13.53	15	4.325	5	19

Наступна кореляційна таблиця представляє зв'язки між різними змінними для групи з високою частотою перегляду новин (Таблиця 3.9). Екстраверсія має негативну кореляцію з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.486$ ,  $p = 0.035$ ) та соціальним оточенням ( $r = -0.545$ ,  $p = 0.016$ ). Доброзичливість має позитивну

кореляцію з інтолерантністю до невизначеності ( $r = 0.561$ ,  $p = 0.012$ ) та негативну кореляцію з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.584$ ,  $p = 0.009$ ), змінами настрою ( $r = -0.637$ ,  $p = 0.003$ ), соціальним оточенням ( $r = -0.605$ ,  $p = 0.006$ ), самооцінкою здоров'я ( $r = -0.459$ ,  $p = 0.048$ ) та задоволенням повсякденною діяльністю ( $r = -0.497$ ,  $p = 0.030$ ). Сумлінність має негативну кореляцію з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.617$ ,  $p = 0.005$ ), змінами настрою ( $r = -0.589$ ,  $p = 0.008$ ), соціальним оточенням ( $r = -0.644$ ,  $p = 0.003$ ) та задоволенням повсякденною діяльністю ( $r = -0.642$ ,  $p = 0.003$ ). Невротизм має позитивну кореляцію з міжособистісною інтолерантністю до невизначеності ( $r = 0.550$ ,  $p = 0.015$ ), суб'єктивним благополуччям ( $r = 0.663$ ,  $p = 0.002$ ), психоемоційною симптоматикою ( $r = 0.662$ ,  $p = 0.002$ ), соціальним оточенням ( $r = 0.595$ ,  $p = 0.007$ ), самооцінкою здоров'я ( $r = 0.606$ ,  $p = 0.006$ ) та задоволенням повсякденною діяльністю ( $r = 0.585$ ,  $p = 0.009$ ). Міжособистісна інтолерантність до невизначеності має позитивну кореляцію з психоемоційною симптоматикою ( $r = 0.477$ ,  $p = 0.039$ ).

### Таблиця 3.9.

*Кореляційні зв'язки між шкалами для групи з високою частотою перегляду новин (представлено лише статистично значущі).*

<b>Змінна 1</b>	<b>Змінна 2</b>	<b>r</b>	<b>p</b>
Екстраверсія	Суб'єктивне благополуччя	-0.486	0.035
Екстраверсія	Соціальне оточення	-0.545	0.016
Доброзичливість	Інтолерантність до невизначеності	0.561	0.012
Доброзичливість	Суб'єктивне благополуччя	-0.584	0.009
Доброзичливість	Зміни настрою	-0.637	0.003
Доброзичливість	Соціальне оточення	-0.605	0.006
Доброзичливість	Самооцінка здоров'я	-0.459	0.048
Доброзичливість	Задоволеність повсякденною діяльністю	-0.497	0.030
Сумлінність	Суб'єктивне благополуччя	-0.617	0.005
Сумлінність	Зміни настрою	-0.589	0.008

Сумлінність	Соціальне оточення	-0.644	0.003
Сумлінність	Задоволеність повсякденною діяльністю	-0.642	0.003
Невротизм	Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	0.550	0.015
Невротизм	Суб'єктивне благополуччя	0.663	0.002
Невротизм	Психоемоційна симптоматика	0.662	0.002
Невротизм	Соціальне оточення	0.595	0.007
Невротизм	Самооцінка здоров'я	0.606	0.006
Невротизм	Задоволеність повсякденною діяльністю	0.585	0.009
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	Психоемоційна симптоматика	0.477	0.039

Ця кореляційна таблиця представляє зв'язки між різними змінними для групи з низькою частотою перегляду новин (Таблиця 3.10). Екстраверсія має негативний зв'язок з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.482$ ,  $p = 0.001$ ), напруженістю і чутливістю ( $r = -0.520$ ,  $p < 0.001$ ), змінами настрою ( $r = -0.415$ ,  $p = 0.006$ ), соціальним оточенням ( $r = -0.367$ ,  $p = 0.016$ ), самооцінкою здоров'я ( $r = -0.329$ ,  $p = 0.031$ ) і задоволенням повсякденною діяльністю ( $r = -0.333$ ,  $p = 0.029$ ). Доброзичливість має негативний зв'язок з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.495$ ,  $p < 0.001$ ), напруженістю і чутливістю ( $r = -0.469$ ,  $p = 0.002$ ), змінами настрою ( $r = -0.398$ ,  $p = 0.008$ ), соціальним оточенням ( $r = -0.470$ ,  $p = 0.001$ ), самооцінкою здоров'я ( $r = -0.333$ ,  $p = 0.029$ ) і задоволенням повсякденною діяльністю ( $r = -0.444$ ,  $p = 0.003$ ). Сумлінність має позитивний зв'язок з інтолерантністю до невизначеності ( $r = 0.458$ ,  $p = 0.002$ ) і негативний зв'язок з суб'єктивним благополуччям ( $r = -0.365$ ,  $p = 0.016$ ), напруженістю і чутливістю ( $r = -0.363$ ,  $p = 0.017$ ), змінами настрою ( $r = -0.343$ ,  $p = 0.025$ ), соціальним оточенням ( $r = -0.369$ ,  $p = 0.015$ ), самооцінкою здоров'я ( $r = -0.302$ ,  $p = 0.049$ ) і задоволенням повсякденною діяльністю ( $r = -0.331$ ,  $p = 0.030$ ). Невротизм має позитивний зв'язок з міжособистісною інтолерантністю до невизначеності ( $r =$

0.316,  $p = 0.039$ ), суб'єктивним благополуччям ( $r = 0.604$ ,  $p < 0.001$ ), напруженістю і чутливістю ( $r = 0.486$ ,  $p < 0.001$ ), психоемоційною симптоматикою ( $r = 0.607$ ,  $p < 0.001$ ), змінами настрою ( $r = 0.368$ ,  $p = 0.015$ ), соціальним оточенням ( $r = 0.321$ ,  $p = 0.036$ ), самооцінкою здоров'я ( $r = 0.382$ ,  $p = 0.012$ ) і задоволенням повсякденною діяльністю ( $r = 0.550$ ,  $p < 0.001$ ). Міжособистісна інтолерантність до невизначеності має позитивний зв'язок з психоемоційною симптоматикою ( $r = 0.381$ ,  $p = 0.012$ ).

**Таблиця 3.10.**

*Кореляційні зв'язки між шкалами для групи з низькою частотою перегляду новин (представлено лише статистично значущі).*

<b>Змінна 1</b>	<b>Змінна 2</b>	<b>r</b>	<b>p</b>
Екстраверсія	Суб'єктивне благополуччя	-0.482	0.001
Екстраверсія	Напруженість і чутливість	-0.520	< .001
Екстраверсія	Зміни настрою	-0.415	0.006
Екстраверсія	Соціальне оточення	-0.367	0.016
Екстраверсія	Самооцінка здоров'я	-0.329	0.031
Екстраверсія	Задоволеність повсякденною діяльністю	-0.333	0.029
Добррозичливість	Суб'єктивне благополуччя	-0.495	< .001
Добррозичливість	Напруженість і чутливість	-0.469	0.002
Добррозичливість	Зміни настрою	-0.398	0.008
Добррозичливість	Соціальне оточення	-0.470	0.001
Добррозичливість	Самооцінка здоров'я	-0.333	0.029
Добррозичливість	Задоволеність повсякденною діяльністю	-0.444	0.003
Сумлінність	Інтолерантність до невизначеності	0.458	0.002
Сумлінність	Суб'єктивне благополуччя	-0.365	0.016
Сумлінність	Напруженість і чутливість	-0.363	0.017
Сумлінність	Зміни настрою	-0.343	0.025
Сумлінність	Соціальне оточення	-0.369	0.015

Сумлінність	Самооцінка здоров'я	-0.302	0.049
Сумлінність	Задоволеність повсякденною діяльністю	-0.331	0.030
Невротизм	Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	0.316	0.039
Невротизм	Суб'єктивне благополуччя	0.604	< .001
Невротизм	Напруженість і чутливість	0.486	< .001
Невротизм	Психоемоційна симптоматика	0.607	< .001
Невротизм	Зміни настрою	0.368	0.015
Невротизм	Соціальне оточення	0.321	0.036
Невротизм	Самооцінка здоров'я	0.382	0.012
Невротизм	Задоволеність повсякденною діяльністю	0.550	< .001
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	Психоемоційна симптоматика	0.381	0.012

Група з високою частотою перегляду новин про війну має свої характеристики, що можуть вказувати на особливості її учасників. За результатами дослідження виявлено, що середні значення особистісних рис у цій групі включають помірний рівень екстраверсії, доброзичливості, сумлінності, невротизму та відкритості до досвіду. Ці показники вказують на те, що учасники цієї групи можуть мати середні характеристики у відношенні соціальної активності, міжособистісних відносин, мотивації та нахильності до нових досліджень. Значення толерантності до невизначеності, інтолерантності до невизначеності та міжособистісної інтолерантності до невизначеності у цій групі також мають свої особливості. Середня толерантність до невизначеності є помірною, що може вказувати на середню готовність учасників приймати невизначеність і впоратися зі змінами. Інтолерантність до невизначеності і міжособистісна інтолерантність до невизначеності також мають помірний рівень, що може вказувати на середню ступінь неприйняття невизначеності та

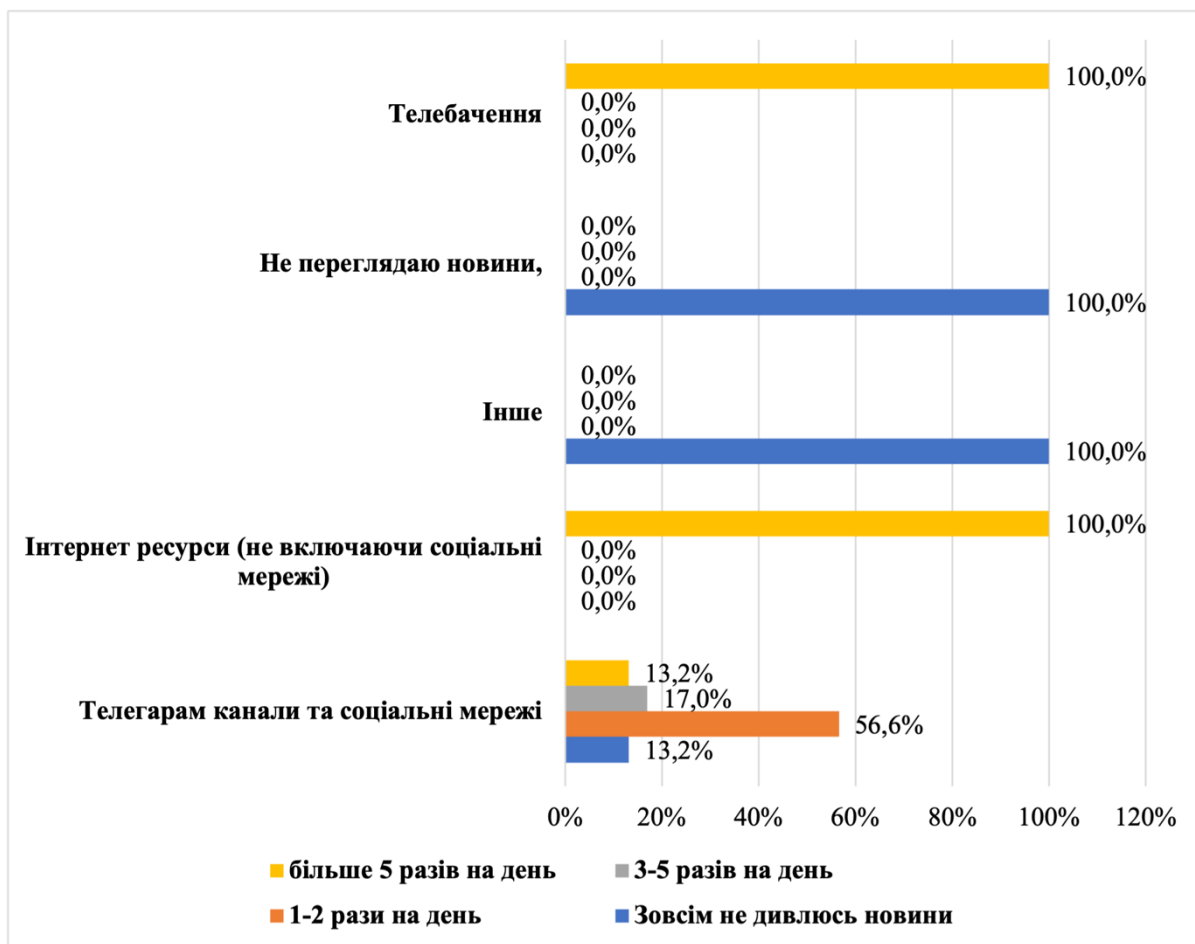
потребу в стабільності та контролі. У групі з високою частотою перегляду новин спостерігаються зв'язки між особистісними характеристиками та показниками благополуччя. Негативні зв'язки були виявлені між екстраверсією та суб'єктивним благополуччям, а також між доброзичливістю та показниками благополуччя, змінами настрою, соціальним оточенням, самооцінкою здоров'я та задоволеністю повсякденною діяльністю. Це може вказувати на те, що високий рівень екстраверсії та доброзичливості можуть бути пов'язані зі зниженим рівнем благополуччя та менш задоволеним станом емоційної сфери і соціального середовища. Також виявлені негативні зв'язки між сумлінністю та показниками благополуччя, змінами настрою, соціальним оточенням та задоволеністю повсякденною діяльністю. Це може свідчити про те, що високий рівень сумлінності може бути пов'язаний зі зниженим рівнем благополуччя та менш задоволеним емоційним станом та соціальним оточенням. Невротизм виявився позитивно пов'язаним з міжособистісною інтолерантністю до невизначеності та різними показниками благополуччя. Це може вказувати на те, що високий рівень невротизму може бути пов'язаний зі збільшеною тенденцією до неприйняття невизначеності та наявністю емоційних та психологічних проблем учасників групи. Міжособистісна інтолерантність до невизначеності також має позитивний зв'язок з психоемоційною симптоматикою, що може вказувати на збільшену наявність емоційних проблем та затримок у міжособистісних взаєминах серед учасників групи.

У групі з низькою частотою перегляду новин про війну виявлено певні характеристики, які можуть бути пов'язані з їхнім станом та впливати на їхнє суб'єктивне благополуччя: відомо, що учасники цієї групи мають середній рівень екстраверсії, доброзичливості, сумлінності, невротизму та відкритості до досвіду, що означає, що люди з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя можуть бути більш схильними до суспільних взаємодій, бути більш дружніми, свідомими і відкритими до нових досвідів. Крім того, середня толерантність до невизначеності, інтолерантність до невизначеності та міжособистісна інтолерантність до невизначеності в цій групі мають певні значення. З

низькими значеннями цих показників, учасники можуть проявляти більшу нестабільність і непевність у ситуаціях невизначеності, а також відчувати більшу потребу в стабільності і контролі. З кореляційної таблиці видно, що екстраверсія та доброзичливість мають негативний зв'язок зі суб'єктивним благополуччям, що означає, що менш екстравертовані та менш доброзичливі учасники можуть відчувати менше суб'єктивного благополуччя. Сумлінність також має негативний зв'язок зі суб'єктивним благополуччям, що може вказувати на їхню меншу задоволеність і менш стійкий емоційний стан. Невротизм має позитивний зв'язок з міжособистісною інтолерантністю до невизначеності, що свідчить про те, що люди з більш вираженим невротизмом можуть бути менш толерантними до невизначеності. Зв'язок між відкритістю до досвіду та толерантністю до невизначеності може вказувати на більшу готовність цієї групи учасників приймати невизначеність та ризикувати у нових ситуаціях. Також, відомо, що толерантність до невизначеності має позитивний зв'язок з психоемоційною симптоматикою, що може свідчити про зв'язок між здатністю цієї групи людей приймати невизначеність і їхнім емоційним станом. Враховуючи всі ці результати, можна зробити припущення, що учасники з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя можуть мати певні особливості у своїй особистості та поведінці. Наприклад, їхня менша екстраверсія та доброзичливість можуть впливати на їхній соціальний контакт та ставлення до інших людей. Ступінь сумлінності може відображати їхню мотивацію та наполегливість у досягненні цілей, але може також призводити до підвищеного рівня стресу. Невротизм може вказувати на їхню схильність до емоційного розладу і відчуття напруги. Відкритість до досвіду може свідчити про їхню готовність до нових вражень та пошуку нових можливостей.

Порівняння номінальних даних проводилося за допомогою критерію  $\chi^2$  Пірсона, що дозволяє оцінити значущість відмінностей між фактичною кількістю результатів або якісних характеристик вибірки, що потрапляють у кожну категорію, і теоретичною кількістю, яку можна очікувати в групах, що вивчаються при справедливості нульової гіпотези.

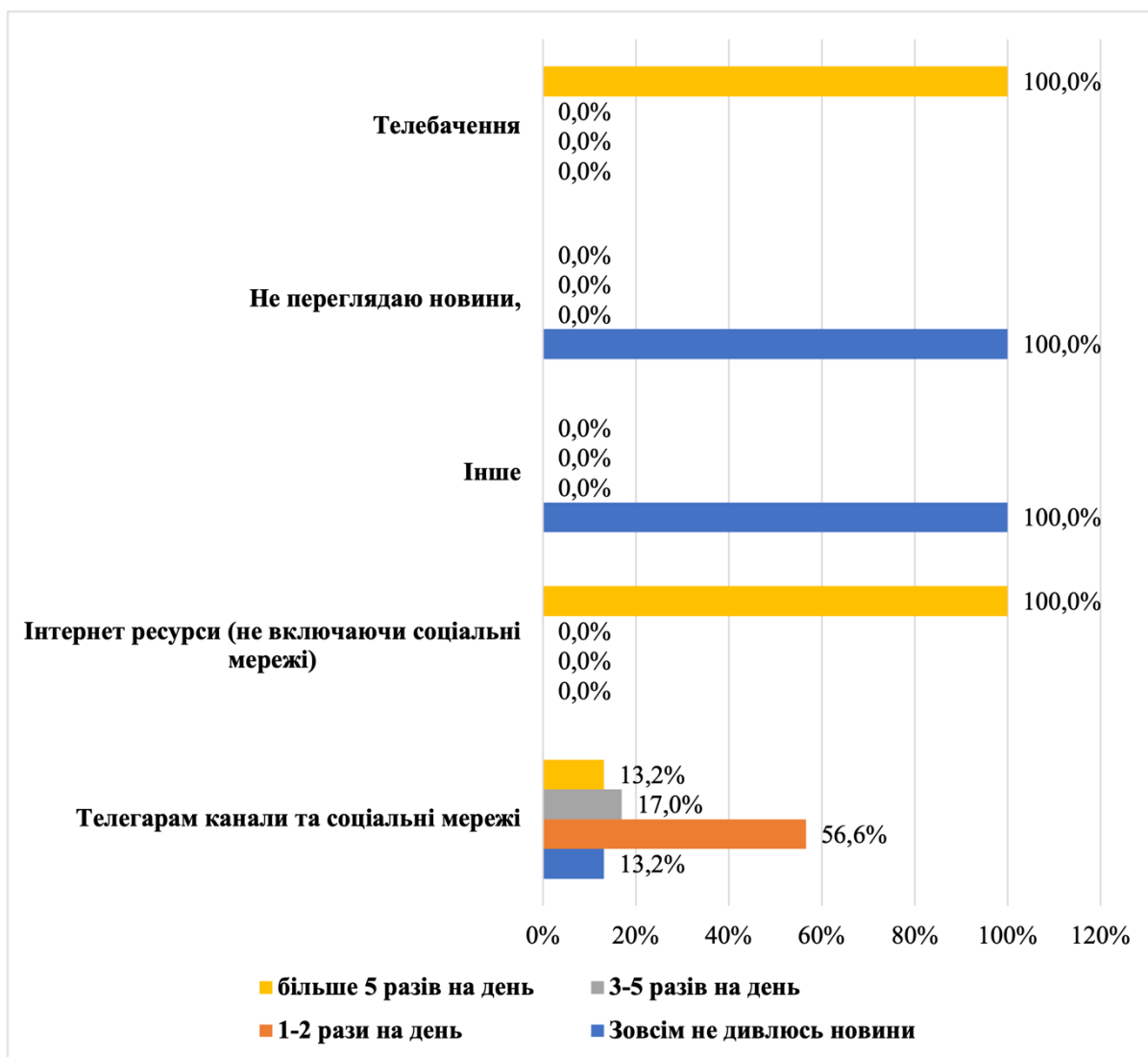
Наступна таблиця сполученості (Додаток Б, Таблиця 2.11) містить результати аналізу залежності між частотою перегляду новин про війну та ресурсами, які люди використовують. Було отримано такі показники: ( $\chi^2 = 41$ ,  $df = 12$ ,  $p = 0,001$ ). Коефіцієнт сполученості дорівнює 0,631, що свідчить про середню силу залежності між двома категоріальними змінними. Значення Cramer's V дорівнює 0,469, що також свідчить про помірну ступінь залежності між цими двома змінними. На основі даних було виявлено, що 30 людей відповіли, що переглядають новини про війну на телеграм-каналах та соціальних мережах більше 5 разів на день, 9 людей - 3-5 разів на день, 7 - 1-2 рази на день, а ще 7 - менше 1 разу на день. Зауважимо, що 5 людей з цієї вибірки не дивляться новини про війну зовсім. Отже, результати цього аналізу показують, що частота перегляду новин про війну і місце перегляду мають статистично значущу залежність на рівні значущості менше 0.001. Найбільша кількість людей дивиться новини про війну на телеграм-каналах та соціальних мережах більше 5 разів на день, що може свідчити про високий рівень впливу цих медіа на глядачів. З іншого боку, п'ятеро з 62 респондентів не дивляться новин про війну зовсім (Рис. 3.5).



*Рис. 3.5. Розподіл респондентів за частотою перегляду новин про війну та медіаресурсами (у %)*

Наступна таблиця (Додаток Б, Таблиця 2.12) містить результати аналізу зв'язку між частотою та тривалістю перегляду новин про війну. Аналіз показав статистично значущий зв'язок між частотою та тривалістю перегляду новин про війну ( $\chi^2 = 62.2$ ,  $df = 12$ ,  $p < 0.001$ ). Коефіцієнт сполученості та коефіцієнт Крамера показують, що зв'язок між частотою та тривалістю перегляду новин про війну є досить сильним (коефіцієнт сполученості = 0.708, Cramer's V = 0.578). Привертає на себе увагу те, що найбільша частка респондентів (35 осіб або 56.5%) витрачає до 30 хвилин на перегляд новин про війну до 5 разів на день, тоді як 13 осіб (20.9%) зазначили, що не дивляться новини про війну взагалі. Отже, на основі цих результатів можна зробити висновок, що більшість респондентів витрачає на перегляд новин про війну не більше 30 хвилин на день до 5 разів на день. Отже, на основі цих результатів можна зробити висновок, що є певний зв'язок між частотою та тривалістю перегляду новин

про війну. Зокрема, найбільш поширені варіанти серед респондентів - це перегляд новин 1-2 рази на день або до 30 хвилин на день. Це може бути корисно при формуванні стратегії медіапланування для подальшого розвитку різних видів мас-медіа (Рис. 3.6).



*Рис. 3.6. Розподіл респондентів за частотою та тривалістю перегляду новин про війну (..)*

Для подальшого аналізу результатів респонденти були об'єднані у наступні групи: ті, хто не переглядають новин взагалі та ті, хто переглядають новини. Отримана таблиця (Додаток Б, Таблиця 2.13) містить результати аналізу таблиць сполученості для незалежних вибірок, які відображають способи перегляду новин про війну та частоту їх перегляду. Розглянувши результати, ми можемо зробити наступні висновки. Застосування тесту хі-квадрат виявило статистично значущі відмінності між очікуваною та

спостережуваною частотами ( $\chi^2 = 25.3$ ,  $df = 4$ ,  $p < .001$ ), що свідчить про наявність зв'язку між способами перегляду новин та частотою їх перегляду. Коефіцієнт сполученості дорівнює 0.539, що свідчить про середню силу зв'язку між способами перегляду новин та частотою їх перегляду. Коефіцієнт Cramer's V дорівнює 0.639, що вказує на високу силу зв'язку між цими двома змінними. Отже, можна припустити, що спосіб перегляду новин про війну має вплив на їхню частоту перегляду.

Наступна таблиця містить результати аналізу таблиць сполученості для незалежних вибірок (Додаток Б, Таблиця 2.14), які відображають частоту перегляду новин про війну та кількість годин, витрачених на перегляд новин про війну. За результатами аналізу було встановлено, що взаємозв'язок між двома змінними є статистично значущим ( $\chi^2 = 36,1$ ,  $df = 4$ ,  $p < 0,001$ ). Коефіцієнт сполученості дорівнює 0,607, що свідчить про помірний зв'язок між змінними. Значення Cramer's V дорівнює 0,763, що свідчить про високий ступінь зв'язку між змінними. Отже, на основі аналізу таблиць сполученості можна зробити висновок, що існує статистично значущий зв'язок між частотою перегляду новин про війну та кількістю годин, витрачених на це щоденно. Люди, які дивляться новини про війну 1-2 рази на день в більшій мірі виділяють на це до 30 хвилин на день. А ті, хто дивляться новини про війну більше разів на день, ті в більшій мірі виділяють 1-2 години на день (Рис. 3.7).

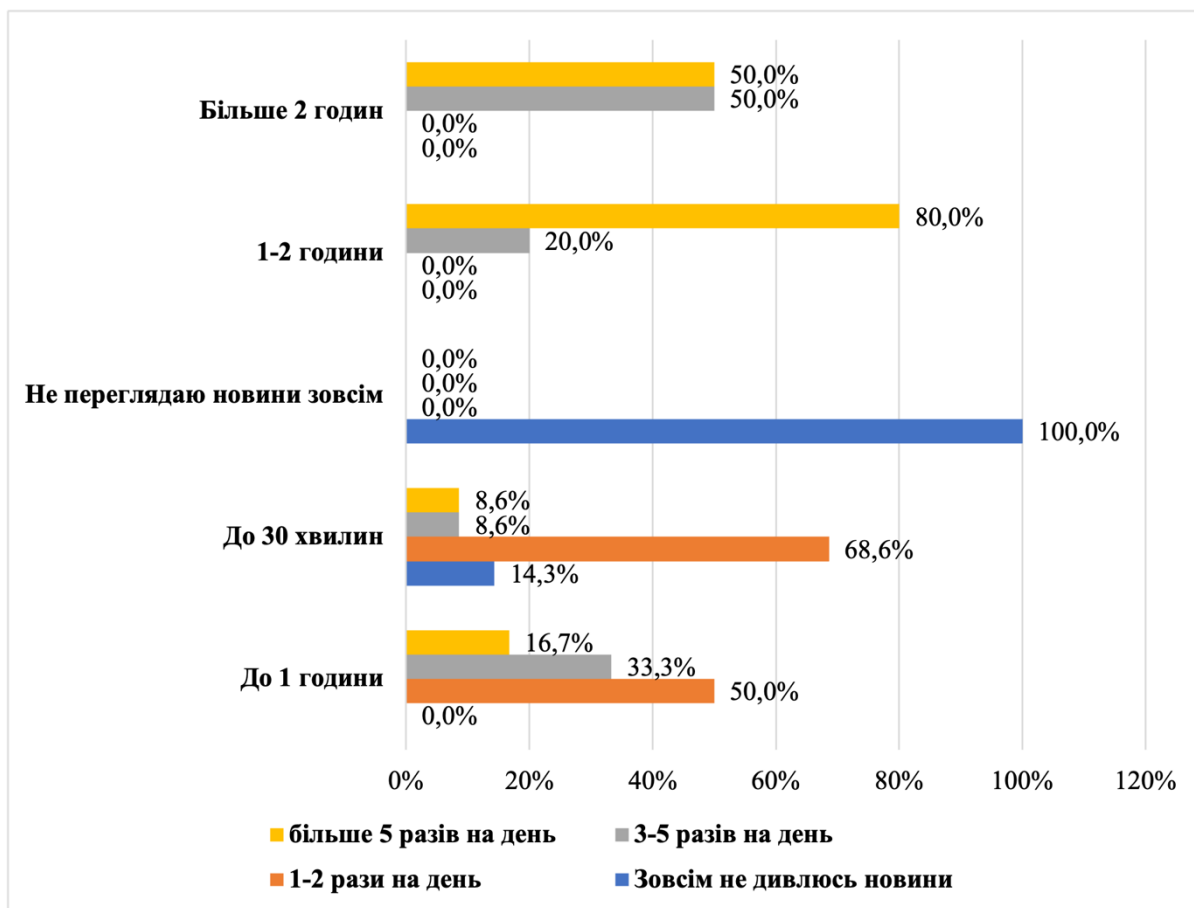


Рис. 3.7. Розподіл респондентів за частотою перегляду новин про війну та кількістю годин, витрачених на перегляд новин про війну

У наступній таблиці представлені результати аналізу зв'язку між двома категоріальними змінними: “Де Ви частіше переглядаєте новини про війну?” та “Скільки годин на день ви витрачаєте на перегляд новин про війну?”. За результатами аналізу таблиці сполученості (Додаток Б, Таблиця 2.15), було виявлено статистично значущий зв'язок між двома змінними ( $\chi^2 = 80.2$ ,  $df = 16$ ,  $p < 0.001$ ). Коефіцієнт сполученості становить 0.751, що свідчить про досить сильний зв'язок між двома змінними. Коефіцієнт Cramer's V також демонструє значущий зв'язок (0.569). Серед тих, хто не переглядає новини зовсім, ті, хто скористалися телеграм каналами та соціальними мережами, переважають над іншими типами медіаресурсів. Серед тих, хто переглядає новини до 30 хвилин на день, Інтернет-ресурси є найбільш популярним типом медіаресурсів. Серед тих, хто переглядає новини до 1 години на день, Телебачення є найбільш популярним типом медіаресурсів, а серед тих, хто переглядає новини від 1 до 2 годин на день – Інтернет-ресурси та Телебачення мають майже однакову

популярність. Також з таблиці видно, що серед тих, хто витрачає на перегляд новин більше 2 годин на день, переважають телебачення та Інтернет-ресурси над іншими типами медіаресурсів (Рис. 3.8).

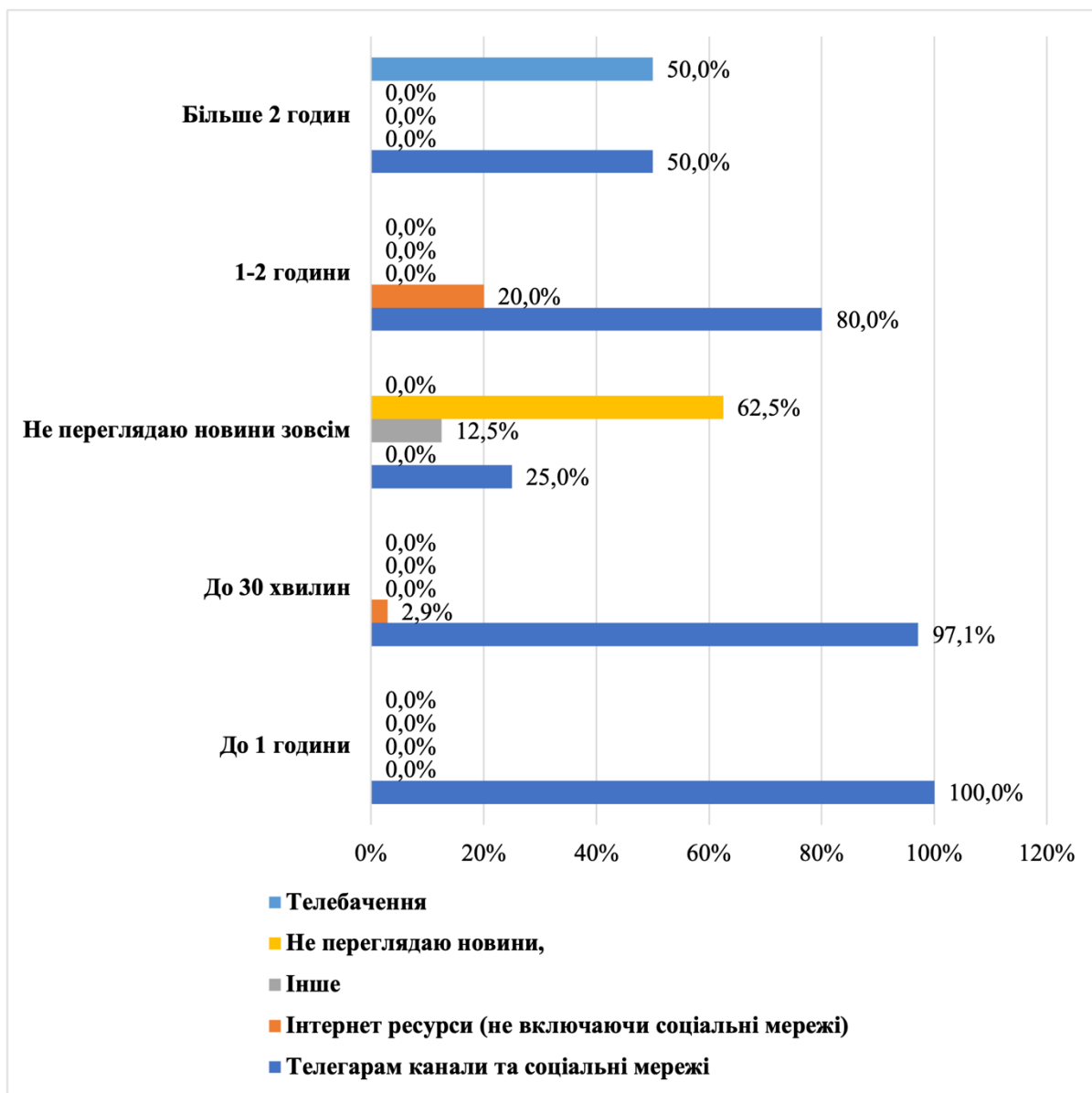


Рис. 3.8. Розподіл респондентів за двома категоріальними змінними: “Де Ви частіше переглядаєте новини про війну?” та “Скільки годин на день ви витрачаєте на перегляд новин про війну?”.

Наступна таблиця містить результати аналізу таблиць сполученості для незалежних вибірок щодо довіри до засобів масової інформації та часу, витраченого на перегляд новин про війну. У таблиці наведено кількість спостережень та очікувану кількість спостережень для кожного рівня категорій довіри до різних засобів масової інформації та часу, витраченого на перегляд

новин про війну (Додаток Б, Таблиця 2.16). За результатами тесту хі-квадрат, знайденого значення статистики становить ( $\chi^2 = 32.5$ ,  $df = 16$ ,  $p < 0.009$ ). Це свідчить про те, що існує зв'язок між довірою до різних засобів масової інформації та часом, витраченим на перегляд новин про війну. Коефіцієнт сполученості становить 0.586, що свідчить про помірну залежність між довірою до засобів масової інформації та часом, витраченим на перегляд новин про війну. Коефіцієнт Cramer's V становить 0.362, що свідчить про середню силу залежності між цими змінними. Отже, з цієї таблиці можна зробити висновок, що люди, які не витрачають час на перегляд новин про війну, довіряють більше інтернет-ресурсам, ніж телебаченню або соціальним мережам. Люди, які витрачають до 30 хвилин на перегляд новин про війну, в основному користуються телеграмом та соціальними мережами. Люди, які витрачають від 1 до 2 годин на перегляд новин про війну, найбільше довіряють інтернет-ресурсам. Люди, які витрачають від 2 годин і більше на перегляд новин про війну, найбільше довіряють телеграму та соціальним мережам (Рис. 3.9).

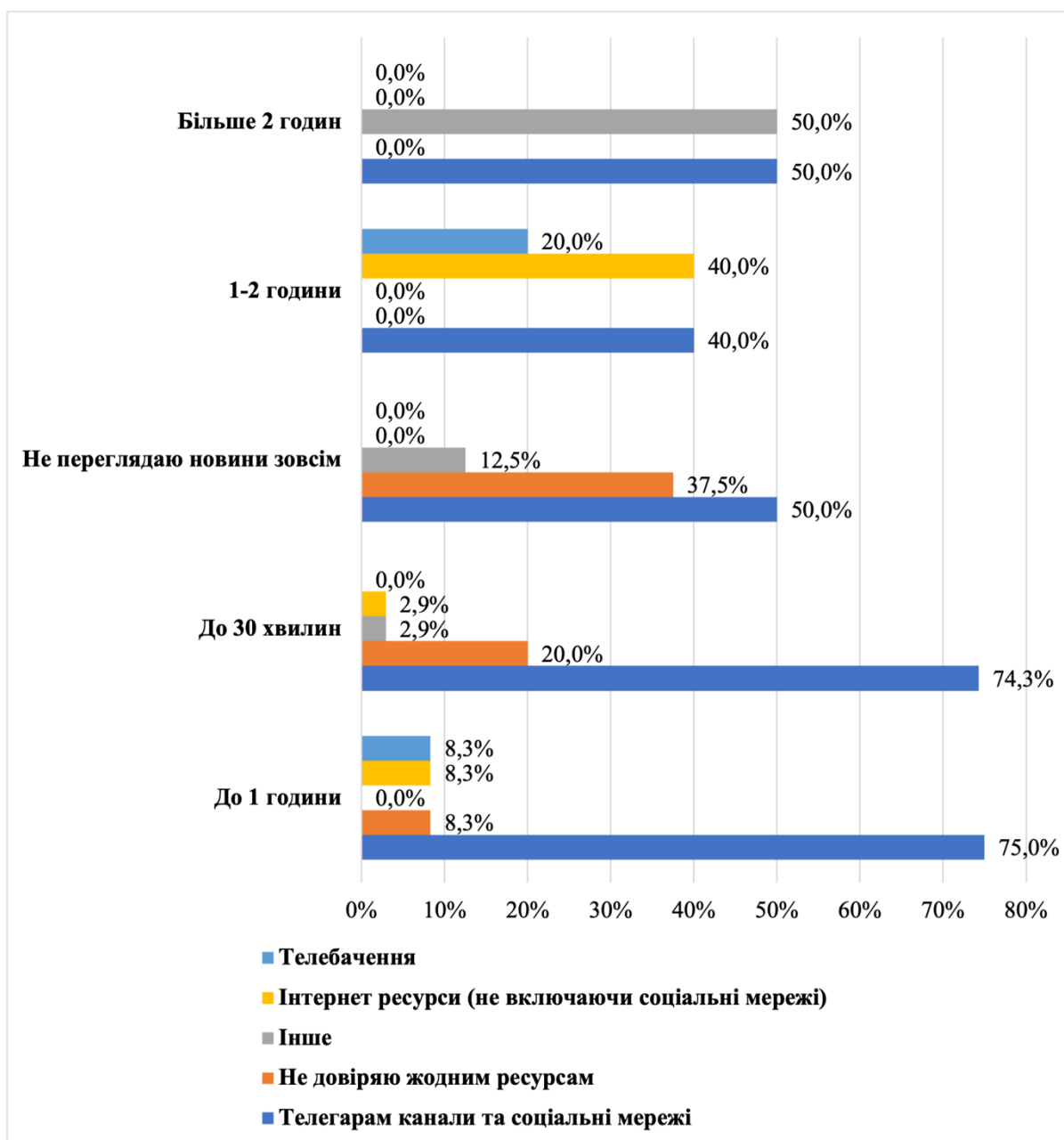


Рис. 3.9. Розподіл респондентів за двома категоріальними змінними: довіра до засобів масової інформації та час, витрачений на перегляд новин про війну

Кількісні показники оцінювали щодо відповідності нормальному розподілу, цього використовувався критерій Колмогорова-Смірнова (використовується при числі досліджуваних понад 50). Загалом, результати показують, що більшість змінних мають нормальний розподіл (Додаток В, Таблиця 2.17). Зокрема, шкала “Ступінь задоволеності повсякденною діяльністю” методики “Суб’єктивне благополуччя”; шкали “Екстраверсія” (Extraversion), “Добррозичливість” (Aggreableness), “Сумлінність” (Conscientiousness), “Невротизм” (Neuroticism) та “Відкритість досвіду”

(Openness) опитувальника “Велика п’ятірка” (Big Five); а також “Толерантність до невизначеності” та “Міжособистісна інтолерантність до невизначеності” опитувальника “Новий опитувальник толерантності до невизначеності” мають нормальний розподіл, адже значення статистичної значущості  $p$  для кожної шкали є більшим за 0,05. Саме тому ми в аналізі результатів будемо використовувати параметричні методи статистики.

При порівнянні середніх величин нормально розподілених сукупностей кількісних даних розраховувався  $t$ -критерій Стьюдента (Додаток Д, Таблиця 2.18). Зауважимо, що у випадку з “Міжособистісною інтолерантністю до невизначеності” тест Левена був значущим, що свідчить про порушення передбачення про рівність дисперсій між двома групами. Результати показали, що групи не відрізнялися статистично значуще у більшості параметрів: “напруженість і чутливість”, “ознаки, що супроводжують основну психоемоційну симптоматику”, “зміни настрою”, “вагомість соціального оточення”, “самооцінка здоров’я”, “суб’єктивне благополуччя”, “екстраверсії” та “невротизму”. Зауважимо, що у параметрах, таких як ступінь задоволеності повсякденною діяльністю і толерантність до невизначеності, була виявлена статистично значуща різниця між групами. Зокрема, група респондентів, яка не переглядає новини була менш задоволеною повсякденною діяльністю, і була менш толерантною до невизначеності, порівняно з групою респондентів, яка переглядає новини.

Статистична значущість відмінностей кількісних показників, що мають нормальний розподіл, між групами оцінювалися за допомогою однофакторного дисперсійного аналізу шляхом розрахунку критерію  $F$  Фішера. У представленому аналізі Welch’s ANOVA був використаний для порівняння середніх значень для 4 груп, які представлені в таблиці “Group Descriptives”. У таблиці також наведені середні значення, стандартне відхилення та стандартна помилка для кожної групи (Додаток Е, Таблиця 2.19). Результати аналізу Welch’s ANOVA показують, що лише для групи “Міжособистісна інтолерантність до невизначеності” було знайдено статистично значущу

різницю між середніми значеннями груп ( $p = 0.027$ ). Для всіх інших груп значення  $p$  були більше 0.05, що означає, що немає статистично значущих відмінностей між середніми значеннями груп, які переглядають новини з певною частотою та тими, хто цього не робить. Отже, можна зробити висновок, що лише для групи “Міжособистісна інтолерантність до невизначеності” є статистично значуща різниця між середніми значеннями. Для всіх інших груп різниця не є статистично значущою.

Із результатів видно, що люди, які не витрачають час на перегляд новин про війну, довіряють більше інтернет-ресурсам, ніж телебаченню або соціальним мережам. Люди, які витрачають до 30 хвилин на перегляд новин про війну, в основному користуються телеграмом та соціальними мережами. Люди, які витрачають від 1 до 2 годин на перегляд новин про війну, найбільше довіряють інтернет-ресурсам. Люди, які витрачають від 2 годин і більше на перегляд новин про війну, найбільше довіряють телеграму та соціальним мережам. Ці твердження є досить цікавими, оскільки вони вказують на те, що люди відрізняються за тим, як вони отримують та сприймають інформацію про війну. Зараз важливо проаналізувати ці твердження, щоб зрозуміти, чому люди мають різні підходи до сприйняття новин про війну. Почнемо з першого твердження - люди, які не витрачають час на перегляд новин про війну, довіряють більше інтернет-ресурсам, ніж телебаченню або соціальним мережам. Це твердження може бути правдивим, оскільки люди, які не слідкують за новинами про війну, можуть бути під меншим впливом медіаповідомлень. Ці люди можуть бути більш об'єктивними у своїх поглядах, оскільки вони не отримують багато інформації з медіа. Друге твердження - люди, які витрачають до 30 хвилин на перегляд новин про війну, в основному користуються телеграмом та соціальними мережами - може бути пов'язане з тим, що ці люди швидко хочуть отримати новини із зручних джерел. Телеграм та соціальні мережі можуть бути зручнішими, оскільки вони надають більше візуальної інформації, а також швидко оновлюються. Третє твердження - люди, які витрачають від 1 до 2 годин на перегляд новин про війну, найбільше

довіряють інтернет-ресурсам - може бути пов'язане з тим, що ці люди хочуть отримати більше детальної інформації про війну. Інтернет-ресурси можуть надати більше контексту і аналізу, що допомагає краще розуміння ситуації. Крім того, інтернет-ресурси зазвичай пропонують більш різноманітну інформацію, яку можна знайти у різних джерелах, що дозволяє людям формувати власну думку на основі більш об'єктивних даних. Нарешті, четверте твердження - люди, які витрачають від 2 годин і більше на перегляд новин про війну, найбільше довіряють телеграму та соціальним мережам. Це може бути пов'язане з тим, що ці люди шукають не тільки інформацію, але й емоційність. Телеграм-канали та соціальні мережі зазвичай пропонують більш яскраву та емоційну інформацію, що може зацікавити людей, які більше цінують відчуття, ніж саму інформацію.

Результати показали, що групи не відрізнялися статистично значуще у більшості параметрів: “напруженість і чутливість”, “ознаки, що супроводжують основну психоемоційну симптоматику”, “зміни настрою”, “вагомість соціального оточення”, “самооцінка здоров'я”, “суб'єктивне благополуччя”, “екстраверсії” та “невротизму”. Зауважимо, що у параметрах, таких як ступінь задоволеності повсякденною діяльністю і толерантність до невизначеності, була виявлена статистично значуща різниця між групами. Зокрема, група респондентів, яка не переглядає новини була менш задоволеною повсякденною діяльністю, і була менш толерантною до невизначеності, порівняно з групою респондентів, яка переглядає новини. Дане твердження вказує на те, що дослідження не знайшло статистично значущої різниці між групами у більшості психологічних параметрів, таких як напруженість, чутливість, зміни настрою, самооцінка здоров'я, соціальне оточення, суб'єктивне благополуччя, екстраверсія та невротизм. Це може свідчити про те, що перегляд новин не має значного впливу на психологічний стан людини у відношенні цих параметрів. Однак, дослідження виявило статистично значущу різницю між групами у ступені задоволеності повсякденною діяльністю та толерантності до невизначеності. Це означає, що група респондентів, яка не переглядає новини,

була менш задоволеною повсякденною діяльністю та менш толерантною до невизначеності, порівняно з групою респондентів, яка переглядає новини. Це може свідчити про те, що перегляд новин може мати певний вплив на сприйняття повсякденного життя та реакцію на невизначеність. У цілому, дослідження свідчить про те, що перегляд новин не має статистично значущого впливу на більшість психологічних параметрів, що були досліджені. Це може свідчити про те, що перегляд новин як такий не впливає на загальний рівень психологічного благополуччя людей. Однак, виявлені різниці в ступені задоволеності повсякденною діяльністю та толерантності до невизначеності можуть вказувати на те, що перегляд новин може мати певний вплив на деякі аспекти життя людини. Значення цих результатів можуть мати практичне застосування у сфері медіа та журналістики. Наприклад, якщо медіакомпанії зосередяться на позитивних новинах, це може позитивно вплинути на ступінь задоволеності повсякденною діяльністю та толерантності до невизначеності у їхніх глядачів. З іншого боку, дослідження також може бути корисним для людей, які стикаються зі стресом та напругою, оскільки воно показує, що перегляд новин не є основним фактором, який впливає на їхнє психологічне благополуччя.

Результати дисперсійного аналізу показують статистичний зв'язок між частотою перегляду новин про війну і міжособистісною інтолерантністю до невизначеності. Це означає, що частота перегляду новин про війну може впливати на рівень міжособистісної інтолерантності до невизначеності у людей. Учасники дослідження, які переглядають новини про війну частіше, мають вищі середні значення міжособистісної інтолерантності до невизначеності. Це означає, що такі люди можуть бути більш схильні до страху перед невизначеністю, і це може впливати на їх поведінку та рішення. З іншого боку, учасники, які не дивляться на новини, мають найнижчі значення міжособистісної інтолерантності до невизначеності. Це може свідчити про більшу готовність таких людей до прийняття невизначеності, і це також може впливати на їх поведінку та рішення. Загалом, ці результати можуть бути

корисні для розуміння того, як медіа впливають на психологію та поведінку людей у відношенні невизначеності. Вони можуть також вказувати на необхідність розуміння та керування страхами, що можуть виникати у людей в результаті частого перегляду новин про війну.

Результати також вказують на те, що особистісні риси, які вивчалися, можуть впливати на рівень психологічного благополуччя. Зокрема, виявлено, що люди з меншою екстраверсією, меншою доброзичливістю та меншою відкритістю до досвіду можуть мати вищий рівень психологічного благополуччя. Це може бути пояснено тим, що такі люди можуть бути менш вразливі до стресу, більш зосереджені на своїх внутрішніх переживаннях та мають більш стабільний рівень настрою. З іншого боку, виявлено, що люди з вищим рівнем невротизму можуть мати вищий рівень суб'єктивного благополуччя. Це може бути пояснено тим, що такі люди можуть бути більш чутливі до своїх внутрішніх переживань та більш нахильні до пошуку різних способів підвищення свого настрою. Загалом, отримані результати свідчать про те, що особистісні риси можуть впливати на рівень психологічного благополуччя, але цей вплив може бути досить складним та залежати від багатьох інших факторів. Тому, перед тим, як зробити будь-які висновки щодо взаємозв'язку між особистісними рисами та психологічним благополуччям, потрібно ретельно проаналізувати всі наявні дані та враховувати можливі альтернативні пояснення відносин між цими конструктами.

Результати дослідження показують, що люди з низьким рівнем невротизму та високим рівнем відкритості можуть мати більшу толерантність до невизначеності. Це означає, що такі люди можуть бути більш спокійні та відкриті до нових інформаційних викликів, що можуть з'явитися у невизначених ситуаціях.

Крім того, дослідження показує, що люди, які мають високий рівень толерантності до невизначеності, можуть мати меншу міжособистісну інтолерантність до невизначеності. Це може бути пов'язано з тим, що люди, які

більш терплячі до невизначеності в своєму житті, також можуть бути більш терплячі до невизначеності у своєму житті з іншими людьми.

У цілому, ці результати можуть мати значення для розуміння того, як люди реагують на невизначеність та неочікувані ситуації. Ці знання можуть бути корисні для розробки підходів до управління та комунікації у великих організаціях або колективах, де виникає значна кількість невизначеності та непередбачуваних ситуацій, наприклад, в компаніях, що займаються інноваційними проектами, або в умовах надзвичайних ситуацій. Знання про те, як люди з різним рівнем толерантності до невизначеності та інтолерантності реагують на невизначеність, можуть допомогти управлінцям створити команди з людей з різними характеристиками, що може допомогти збалансувати рівні ризику та інноваційності в проектах. Крім того, ці знання можуть допомогти комунікаторам краще зрозуміти, як спілкуватися з людьми з різним рівнем толерантності до невизначеності, що може покращити ефективність комунікації в різних сферах, включаючи бізнес, політику та дипломатію. Отже, результати цього дослідження можуть мати значення не тільки для розуміння особистісних характеристик людей, але й для практичних застосувань у різних галузях життя.

### **3.3 Рекомендації для підвищення рівня психологічного благополуччя та толерантності до невизначеності**

Зменшення думскролінгу допоможе знизити рівень тривоги та покращити психологічний стан. Позбавитись цього досить важко, але можливо. Для того, щоб не переглядати новини постійно Aldao рекомендував встановити таймер або змінити звичку на більш приємну, наприклад, з'їсти миску морозива або надіслати щось смішне своєму другу [23].

Цифрова гігієна поліпшує емоційну регуляцію, підвищує психологічне благополуччя та зводить до мінімуму переживання тривоги, страху та інтолерантності до невизначеності [57].

П. Грінфілд пропонує збалансувати споживання новин наступним шляхом: поставити перед собою мету, для кожної поганої новини, яку ви переглядаєте, намагайтеся знайти одну позитивну. Так ви зможете не поринати цілковито у негатив. Також, рекомендується слідкувати за смішними мемами, коміками та джерелами позитивних новин, щоб зупинити потік негативних новин.

Наступні поради допоможуть підвищити психологічне благополуччя та зменшити думскролінг:

1. Вимкніть повідомлення на телефоні про новини.
2. Обмежуйте перегляд новин за допомогою таймеру.
3. Відстежуйте використання екранного часу на вашому телефоні.
4. Намагайтеся не переглядати новини перед сном.
5. Обирайте лише надійні ресурси для перегляду новин.
6. Намагайтеся проводити більше часу з родиною та друзями.
7. Знайдіть для себе хобі.
8. Практикуйте майндфулнес.
9. Знайдіть для себе якусь соціальну підтримку (ваші близькі чи друзі)
10. Займайтесь спортом.
11. Практикуйте медіації.
12. Не бійтесь звертатись до професійної допомоги, якщо вам важко впоратись із цим.

Слідкуйте за тим, які стратегії працюють добре для вас та не бійтесь спробувати щось нове. Дуже важливо пам'ятати про те, що життя – це не суцільний морок, які б погані не були новини, але життя продовжується. Іноді, найкраще, що ви можете зробити, так це взяти пару хвилин для себе, випити склянку води та відкласти телефон [41].

Наступний перелік рекомендацій був складений для підвищення психологічного благополуччя:

- В кінці кожного запишіть 3 позитивні досягнення за цей день, будьте вдячні собі за те, що ви зробили.

- Знайдіть сильні сторони своєї особистості та спробуйте використовувати їх у новий спосіб.
- Практикуй лист вдячності, а для більшого ефекту, віддайте цей лист адресату.
- Ставте цілі та напишіть план для їхніх досягнень. Це вам надасть відчуття сенсу та мотивацію.
- Уявіть найкращу версію себе. Які риси притаманні вам у вашій ідеальній версії вас? Яка ви людина? Що ви можете взяти із майбутньої версії себе в сьогоднішній день, щоб стати краще?
- Поділіться зі важливою для вас людиною історією, в якій ви були справді успішним, можливо ви зробили якісь досягнення під час навчання, або на роботі. Можливо ви успішно приготували якусь справу чи впорались із важким завданням, поділіться цією історією.
- Порахуйте в кінці дня скільки добрих речей ви зробили, а в кінці тижня зробіть підсумки.
- Порефлексуйте в кінці дня, які речі вам сьогодні принесли задоволення та відчуйте це, дайте задоволенню продовжитись.

Зменшення інтолерантності до невизначеності допоможе більш ефективно розв'язувати проблеми та знизити занепокоєння щодо невизначеності, для цього можна використовувати наступні рекомендації:

- 1) Рефреймінг ситуації: намагайтесь подивіться на невизначеність як на джерело розвитку та можливостей. Спробуйте змінити своє ставлення до ситуації та додати відчуття зацікавленості, замість тривоги та занепокоєння.
- 2) Невизначеність несе в собі речі, які виходять за рамки чогось звичайного, що дає можливість для розвитку новин ідей та власного потенціалу.
- 3) Спробуйте відпустити контроль та бути гнучким, пристосовуватись швидко до новизни.

- 4) Майндфулнес: спробуйте просто спостерігати за своїми думками, не даючи їм жодної оцінки. Це може збільшити толерантність до невизначеності, адже майндфулнес допоможе вам впоратися із тривогою [7; 19; 27; 46; 58].
- 5) З'ясуйте для себе копінг стратегії, які вам допомагають впоратися в невизначених ситуація, наприклад це може бути глибоке дихання, стрес - менеджмент, спорт, соціальна підтримка і т.д.

### **Висновки до розділу 3**

Група з високим рівнем суб'єктивного благополуччя має свої особливості у прояві особистісних рис. Люди з цієї групи мають меншу вираженість особистісних рис загалом, але вони можуть бути менш вразливими до негативних емоцій та стресу. Вони також мають більшу толерантність до невизначеності і можуть краще приймати зміни у житті. У групі з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя також спостерігаються особливості особистісних рис. Люди з цієї групи мають більш вираженість певних рис, таких як екстраверсія, доброзичливість, сумлінність і відкритість до досвіду. Вони можуть бути менш вразливими до негативних емоцій і мають меншу толерантність до невизначеності. Також було виявлено зв'язки між різними особистісними рисами в обох групах. Наприклад, учасники з високим рівнем суб'єктивного благополуччя, які були більш доброзичливими, можуть мати більшу інтолерантність до невизначеності, що свідчить про їхню більшу потребу в стабільності і контролі. Учасники з високим рівнем суб'єктивного благополуччя, які були більш сумлінними, можуть також мати більшу інтолерантність до невизначеності і менше задоволення від свого соціального оточення.

Група з високою частотою перегляду новин про війну має характеристики, що вказують на середні рівні соціальної активності, міжособистісних відносин, мотивації та нахильності до нових досліджень.

Учасники цієї групи виявили помірну толерантність до невизначеності, інтолерантність до невизначеності та міжособистісну інтолерантність до невизначеності. Зв'язки між особистісними характеристиками та показниками благополуччя вказують на негативні зв'язки між екстраверсією, доброзичливістю та сумлінністю зі суб'єктивним благополуччям. Невротизм має позитивний зв'язок з міжособистісною інтолерантністю до невизначеності та різними показниками благополуччя. Група з низькою частотою перегляду новин про війну має середні рівні екстраверсії, доброзичливості, сумлінності, невротизму та відкритості до досвіду. Також, вони виявили меншу толерантність до невизначеності, інтолерантність до невизначеності та міжособистісну інтолерантність до невизначеності. Зв'язки між особистісними характеристиками та показниками благополуччя показали негативний зв'язок екстраверсії, доброзичливості та сумлінності зі суб'єктивним благополуччям. Невротизм має позитивний зв'язок з міжособистісною інтолерантністю до невизначеності.

Аналіз емпіричного дослідження показав, що існує статистичний зв'язок між частотою перегляду новин про війну та міжособистісною інтолерантністю до невизначеності. Респонденти, які переглядають новини про війну частіше, мають вищі середні значення міжособистісної інтолерантності до невизначеності. Респонденти, які не дивляться новини, мають найнижчі значення міжособистісної інтолерантності до невизначеності.

Цікаво відмітити, що жінки схильні довіряти телебаченню більше, ніж чоловіки, а чоловіки довіряють інтернет-ресурсам менше, ніж жінки. Молодші респонденти (18-25 років) витрачають більше часу на перегляд новин про війну, ніж старші респонденти, а також вони віддають перевагу більш інформаційним та актуальним джерелам, таким як телеграм канали та соціальні мережі. Середні та старші вікові групи надають перевагу більш традиційним джерелам, таким як Інтернет-ресурси, що не включають соціальні мережі. Значна кількість людей (30 з 62) дивляться новини про війну на телеграм-каналах та соціальних мережах понад 5 разів на день. Респонденти, які

переглядають новини про війну частіше, також мають тенденцію дивитися їх триваліше 20.9%.

Існує статистично значущий взаємозв'язок між статтю і рівнем довіри до ЗМІ. Чоловіки проявляють менше довіри до Інтернет-ресурсів (за винятком соціальних мереж), ніж жінки. За свою чергу, жінки виявляють більше довіри до телебачення, ніж чоловіки. Довіра до телеграм-каналів та соціальних мереж є високою як серед чоловіків, так і серед жінок. Також існує статистично значуща залежність між віком і кількістю переглядів новин про війну. Молоді люди частіше переглядають новини про війну, ніж старші люди. Дослідження також показує статистично значущий зв'язок між віком респондентів та часом, який вони витрачають на перегляд новин про війну. Молоді респонденти (віком 18-20 років та 21-25 років) витрачають більше часу на перегляд новин про війну, ніж старші респонденти.

Результати дослідження вказують на те, що особистісні риси, також можуть впливати на рівень психологічного благополуччя. Виявлено, що люди з меншою екстраверсією, меншою доброзичливістю та меншою відкритістю до досвіду можуть мати вищий рівень психологічного благополуччя. З іншого боку, виявлено, що люди з вищим рівнем невротизму можуть мати вищий рівень суб'єктивного благополуччя. Респонденти, які мали низький рівень невротизму та високий рівень відкритості мали більшу толерантність до невизначеності. Крім того, люди, які мають високий рівень толерантності до невизначеності, можуть мати меншу міжособистісну інтолерантність до невизначеності.

Однак, дослідження виявило статистично значущу різницю між групами у ступені задоволеності повсякденною діяльністю та толерантності до невизначеності. Це означає, що група респондентів, яка не переглядає новини, була менш задоволеною повсякденною діяльністю та менш толерантною до невизначеності, порівняно з групою респондентів, яка переглядає новини. У цілому, дослідження свідчить про те, що перегляд новин не має статистично значущого впливу на більшість психологічних параметрів, що були досліджені.

Однак, виявлені різниці в ступені задоволеності повсякденною діяльністю та толерантності до невизначеності можуть вказувати на те, що перегляд новин може мати певний вплив на деякі аспекти життя людини.

Зменшення думскролінгу може підвищити психологічне благополуччя людини, зменшити тривожність та налагодити сон. Ось основні рекомендації для зменшення перегляду негативних новин: обмежуйте час на перегляд новин за допомогою таймеру, не дивіться новини перед сном, обирайте лише надійні ресурси та знайдіть для себе соціальну підтримку.

Варто зазначити, що психологічне благополуччя – є основою для повноцінного та гармонійного життя. Наступні рекомендації допоможуть підвищити його рівень: займайтесь спортом, правильно харчуйтесь, проводьте більше часу з родиною та друзями, практикуйте медитації, проаналізуйте свої сильні риси особистості, практикуйте лист вдячності.

Для підвищення толерантності до невизначеності рекомендується практикувати майндфулнес, сприймати ситуації з невизначеністю як можливість для розвитку та особистісного зростання, дозволити собі відпустити контроль над ситуацією та бути гнучким, виявити копінг стратегії, які допомагають саме вам.

## ВИСНОВКИ

Здійснений теоретичний аналіз та проведене емпіричне дослідження дозволяють сформулювати наступні висновки:

1. Феномен психологічного благополуччя можливо зрозуміти як баланс між позитивними та негативними емоціями протягом усього життя людини. Також його ототожнюють із суб'єктивним відчуттям щастя і загальною задоволеністю життям. У якості чинників благополуччя виділяють наявність близьких стосунків, самоактуалізацію, гнучкість, нормальний дохід, пристрась до діяльності тощо. На противагу, психологічне неблагополуччя обумовлено нездатністю задовольнити свої потреби, низьким рівнем адаптивності, відсутністю близьких зв'язків, ригідністю та високим рівнем стресу. Основні ознаки людей, які переживають психологічне неблагополуччя: відчуття тривоги, високий рівень стресу, низька самооцінка та низька адаптивність до змін. Поняття “толерантність до невизначеності” описує ставлення людини до невизначеності та її суб'єктивну оцінку і реакцію. Люди, які толерантні до невизначеності навчилися сприймати такі ситуації, як виклик. Особи, які мають низький рівень толерантності до невизначеності, схильні сприймати це як загрозу. Чим вища толерантність до невизначеності, тим вище психологічне благополуччя індивіда.

В сучасних реаліях суттєвою умовою зростання тривожності, невизначеності, незадоволеності життям тощо стають соціальні мережі. Різні типи медіаспоживання можуть відрізнятися впливом на психологічне благополуччя людини. Ми розглядали два види медіаспоживання: уникання новин та думскролінг. Уникнення новин - це феномен, що проявляється у свідомій відмові від перегляду новин та навмисним уникненням. Основні причини уникання – це відчуття пригніченості, страх, намагання зберегти себе.

Протилежний феномен – це думскролінг, що проявляється у постійному перегляді поганих новин. Люди потребують увесь час слідкувати за новинами, щоб подолати тривогу та страх перед невизначеністю.

2. В ході аналізу емпіричних даних були виокремлені групи респондентів із високим та низьким рівнем суб'єктивного благополуччя. Перша група характеризується загалом більшою толерантністю до невизначеності поряд із вищим рівнем міжособистісної інтолерантності до невизначеності. Це відображається і в їхніх характерологічних рисах, зокрема, відкритості досвіду, поряд із нижчими значеннями доброзичливості, сумлінності та екстравертованості. Виявлені у цій групі кореляційні зв'язки свідчать, що суб'єктивне благополуччя більш притаманне респондентам, відкритих новому досвіду, задоволених власним психоемоційним станом, інтровертованим, для яких менш значиме соціальне оточення. Чим більш доброзичливими та сумлінними є респонденти цієї групи, тим більше в них проявляється міжособистісна інтолерантність до невизначеності. Водночас, вимагає більш детального аналізу результати, згідно яких невротизм має високу позитивну кореляцію з толерантністю до невизначеності респондентів цієї групи. Як одне з можливих пояснень, можемо припустити, що в умовах війни – абсолютних умовах невизначеності, нервовість, дратівливість, тривожність, занепокоєння можуть легалізуватись, визнаватись нормативними самими респондентами.

На противагу, респонденти другої групи більш інтолерантні до невизначеності, проте у міжособистісних стосунках цього не переживають. Вони більш доброзичливі, сумлінні, екстравертовані, з нижчим рівнем нейротизму, хоча і менш відкриті новому досвіду. Як і у попередній групі, особи з вираженими рисами екстраверсії рідше переживають суб'єктивне благополуччя, але й менше відчують напруженість та чутливість. Респонденти цієї групи з вираженими рисами доброзичливості та сумлінності рідше переживають зміни настрою, хоча відмічають нижчий рівень задоволеності повсякденною діяльністю. На відміну від респондентів попередньої групи, зростання нервовості, тривожності та дратівливості безпосередньо відображається на зниженні рівня їх суб'єктивного благополуччя, погіршенні психоемоційного стану та зростанні інтолерантності

до невизначеності; при цьому спостерігається зростання рівня їх задоволеності повсякденною діяльністю. Припускаємо, що повсякденна рутинна може бути для них опорою, одним із способів долаючої поведінки при переживанні невизначеності та неблагополуччя. З огляду на це, зрозумілим стає виявлений негативний зв'язок між їхньою відкритістю до нового досвіду та переживанням суб'єктивного благополуччя.

3. Внаслідок виокремлення груп респондентів за типом медіаспоживання новин про перебіг війни, можемо визначити, що респонденти, які уникають перегляду новин про війну демонструють більшу толерантність до невизначеності, зокрема й у міжособистісних стосунках. І хоча вони менше відчують напруженість, рідше стикаються зі змінами настрою тощо, але й менш задоволені повсякденною діяльністю та загальним рівнем свого благополуччя. Переживання благополуччя (як і окремі його показники – напруженість та чутливість, зміни настрою, соціальне оточення, самооцінка здоров'я, задоволення повсякденною діяльністю) більшою мірою пов'язане у них із характерологічними рисами, такими як інтровертованість, нижчий рівень доброзичливості та сумлінності. Останнє, доречі, підвищує рівень їх інтолерантності до невизначеності та негативно позначається на переживанні благополуччя. На противагу, вираженість невротизму посилює міжособистісну інтолерантність до невизначеності, але позитивно корелює із усіма параметрами психологічного благополуччя респондентів цієї групи. Вочевидь, тут ми також маємо справу із феноменом, вже описаним вище.

Респонденти, схильні до думскролінгу, демонструють вищий рівень інтолерантності до невизначеності за усіма показниками; вони частіше зазначають про відчуття напруженості та чутливості, зміни настрою та психоемоційної симптоматики, стану здоров'я, але відносно вище оцінюють задоволеність повсякденною діяльністю та загальний рівень свого благополуччя. Як і у попередній групі спостерігаємо негативний зв'язок параметрів психологічного благополуччя переважно із вираженістю особистісних рис – екстраверсія, доброзичливість та сумлінність, і позитивний

– із невротизмом. Щодо взаємозв'язку показників толерантності до невизначеності та благополуччя у респондентів обох груп виявлена однакова тенденція до зростання міжособистісної інтолерантності до невизначеності зі змінами їхньої психоемоційної симптоматики.

4.Описані рекомендації для зниження рівня інтолерантності та підвищення рівня психологічного благополуччя респондентів, зокрема, шляхом формування культури їх медіаспоживання.

Пошук ефективних стратегій долаючої поведінки у ситуація невизначеності та способів підвищення рівня психологічного благополуччя людини може стати перспективною наших подільших досліджень.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®). Washington, DC : American Psychiatric Pub, 2013. 991 p.
2. Avsec A., Novak M., Bajec B. Differential relationship of coping styles with well-being and ill-being of professional firemen. *Psihologija*, 2012, vol. 45, no. 1, pp. 59-70.
3. Bettencourt M. Z., Hogan M. P. Tolerance of ambiguity and psychological well-being: A review of the literature. *Personality and Social Psychology Review*, 2011, vol. 15, no. 3, pp. 290-319.
4. Bongelli R., Canestrari C., Fermani A., Muzi M., Riccioni I., Bertolazzi A., Burro R. Associations between Personality Traits, Intolerance of Uncertainty, Coping Strategies, and Stress in Italian Frontline and Non-Frontline HCWs during the COVID-19 Pandemic—A Multi-Group Path-Analysis. *Healthcare*, 2021, vol. 9, no. 8, p. 1086.
5. Bradt G. The Secret Of Happiness Revealed By Harvard Study. *Forbes*. 2015.
6. Butler S. L. The Nature of Well-being. Place of publication not identified, 2022.
7. Cohen F., Willis T. A. Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 1985, vol. 98, no. 2, pp. 310-357.
8. Damstra A., Vliegenthart R., Boomgaarden H., Glüer K., Lindgren E., Strömbäck J., Tsfati Y. Knowledge and the news: An investigation of the relation between news use, news avoidance, and the presence of (mis) beliefs. *The International Journal of Press/Politics*, 2023, vol. 28, no. 1, pp. 29-48.
9. Danylchenko T. Суб'єктивне соціальне благополуччя як психологічний феномен. *Psychological Prospects Journal*, 2016, no. 28, pp. 93-107.
10. Diener E., Wirtz D., Tov W., Kim-Prieto C., Choi D., Oishi S., Biswas-Diener R. The origins of psychological well-being: A historical overview. In: Diener E., Oishi S., Tay L. (eds) *Handbook of well-being*. Salt Lake City, UT : DEF Publishers, 2018.

11. Fardouly J., Diedrichs P. C., Vartanian L. R., Halliwell E. Social comparison on social media: the impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body image*, 2019, vol. 28, pp. 43-50.
12. Furnham A., Ribchester T. Tolerance of ambiguity: A review of the concept, its measurement and applications. *Current psychology*, 1995, vol. 14, pp. 179-199.
13. Gallagher M. W., Lopez S. J., Preacher K. J. The hierarchical structure of well-being. *Journal of personality*, 2009, vol. 77, no. 4, pp. 1025-1050.
14. Halian I., Machynska N., Lozynska S., Nos L., Derkach Y., Prots M., Popovych I. Tolerance of uncertainty as a component of the process of life-creation of future educators. *Revista Inclusiones*, 2020, pp. 512-528.
15. Hampton K., Rainie L., Lu W., Shin I., Purcell K. Social media and the cost of caring. 2015.
16. Hayes S. C., Strosahl K. D., Wilson K. G. *Acceptance and Commitment Therapy: The Process and Practice of Mindful Change*. New York : Guilford Press, 2011. 402 p.
17. Hills P., Argyle M. The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and individual differences*, 2002, vol. 33, no. 7, pp. 1073-1082.
18. Hofgaard L. S., Nes R. B., Røysamb E. Introducing two types of psychological resilience with partly unique genetic and environmental sources. *Scientific Reports*, 2021, vol. 11, no. 1, p. 8624.
19. Hofmann S. G., Sawyer A. T., Witt A. A., Oh D. The effect of mindfulness-based therapy on anxiety and depression: A meta-analytic review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2010, vol. 78, no. 2, pp. 169-183.
20. Нромова Н. М. Інтолерантність до невизначеності у ветеранів з важкими пораненнями: порівняльний аналіз. *Insight: the psychological dimensions of society*, 2020, no. 4, pp. 29-41.
21. Huppert F. A. Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied psychology: health and well-being*, 2009, vol. 1, no. 2, pp. 137-164.

22. Jayawickreme E., Forgeard M. J., Seligman M. E. The engine of well-being. *Review of general psychology*, 2012, vol. 16, no. 4, pp. 327-342.
23. Jennings R. *Doomscrolling, Explained*. 2020.
24. John O. P., Donahue E. M., Kentle R. L. Big five inventory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991.
25. John O. P., Srivastava S. The Big-Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In: Pervin L. A., John O. P. (eds). *Handbook of personality: Theory and research*. New York : Guilford Press, 1999, vol. 2, pp. 102–138.
26. Kalogeropoulos A., Fletcher R., Nielsen R. K. Initial surge in news use around coronavirus in the UK has been followed by significant increase in news avoidance. 2020.
27. Kashdan T. B., Rottenberg J. Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 2010, vol. 30, no. 7, pp. 865-878.
28. Kashlyuk Y. Психологічне здоров'я і психологічне благополуччя особистості як складові задоволеності життям. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 2017, vol. 3, no. 3, pp. 47-58.
29. Katana M., Röcke C., Spain S. M., Allemand M. Emotion regulation, subjective well-being, and perceived stress in daily life of geriatric nurses. *Frontiers in psychology*, 2019, vol. 10, p. 1097.
30. Koç M., İskender M., Çolak T. S., Düşünceli B. Investigation of the effect of intolerance of uncertainty and the effect of anger control on the relationship between forgiveness and psychological well-being through structural equation modelling. *Sakarya University Journal of Education*, 2016, vol. 6, no. 3, pp. 201-209.
31. Kun Á., Balogh P., Krasz K. G. Development of the work-related well-being questionnaire based on Seligman's PERMA model. *Periodica Polytechnica Social and Management Sciences*, 2017, vol. 25, no. 1, pp. 56-63.
32. Massazza A., Kienzler H., Al-Mitwalli S., Tamimi N., Giacaman R. The association between uncertainty and mental health: a scoping review of the quantitative literature. *Journal of Mental Health*, 2022, pp. 1-12.

33. McDowell I. Measures of self-perceived well-being. *Journal of psychosomatic research*, 2010, vol. 69, no. 1, pp. 69-79.
34. Merriam Webster. On “Doomscrolling” and “Doomsurfing”, 2020.
35. Muslim A. A., Rafica V. M. Intolerance Uncertainty as a Moderator between Religiosity and Psychological Well-Being in Unemployment. *Journal of Education Research and Evaluation*, 2021, vol. 5, no. 3, pp. 459-465.
36. Nabi R. L., Wolfers L. N., Walter N., Qi L. Coping with COVID-19 stress: The role of media consumption in emotion-and problem-focused coping. *Psychology of Popular Media*, 2022.
37. O’Connor R. C., Kirtley O. J. The integrated motivational–volitional model of suicidal behaviour: An update. In: *The Routledge International Handbook of Social Psychology of the Classroom*. Routledge, 2020, pp. 211-221.
38. Owen W., Sweeney R. Ambiguity tolerance, performance, learning, and satisfaction: A research direction. *School of Computer and Information Sciences*, 2002.
39. Pritchard A., Richardson M., Sheffield D., McEwan K. The relationship between nature connectedness and eudaimonic well-being: A meta-analysis. *Journal of happiness studies*, 2020, vol. 21, pp. 1145-1167.
40. Riff K. Social well-being: Theoretical and measurement issues. In: Lopez S. J., Snyder C. R. (eds), *The Oxford Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press, 2010, 2nd ed., pp. 357-369.
41. Rodrigues E. V. Doomscrolling–threat to Mental Health and Well-being: A. 2023.
42. Rogers C. R. *On becoming a person: A therapist’s view of psychotherapy*. Houghton Mifflin, 1961.
43. Sarason I. G. Personality assessment. *Encyclopedia Britannica*, 2019, October 1.
44. Satici B., Saricali M., Satici S. A., Griffiths M. D. Intolerance of uncertainty and mental wellbeing: Serial mediation by rumination and fear of COVID-19. *International journal of mental health and addiction*, 2020, pp. 1-12.

45. Satici S. A., Gocet Tekin E., Deniz M. E., Satici B. Doomscrolling Scale: its Association with Personality Traits, Psychological Distress, Social Media Use, and Wellbeing. *Applied Research in Quality of Life*, 2022, pp. 1-15.
46. Skaggs. TOLERANCE FOR AMBIGUITY. Industrial Designers Society of America – IDSA, 2019, September 5.
47. Spyridou P. L., Danezis C. News consumption patterns during the coronavirus pandemic across time and devices: The Cyprus case. *World of Media*, 2021, p. 124.
48. Tandoc Jr. E. C., Ferrucci P., Duffy M. Facebook use, envy, and depression among college students: Is Facebooking depressing?. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2015, vol. 34, no. 4, pp. 277-290.
49. The jamovi project. jamovi. (Version 2.3) [Computer Software]. 2022. Available at: <https://www.jamovi.org>.
50. Topp C. W., Østergaard S. D., Søndergaard S., Bech P. The WHO-5 Well-Being Index: a systematic review of the literature. *Psychotherapy and psychosomatics*, 2015, vol. 84, no. 3, pp. 167-176.
51. Vanhoutte B. The multidimensional structure of subjective well-being in later life. *Journal of population ageing*, 2014, vol. 7, no. 1, pp. 1-20.
52. Vanhoutte B., Nazroo J. Cognitive, affective and eudemonic well-being in later life: Measurement equivalence over gender and life stage. *Sociological research online*, 2014, vol. 19, no. 2, pp. 1-14.
53. Villi M., Aharoni T., Tenenboim-Weinblatt K., Boczkowski P. J., Hayashi K., Mitchelstein E., Kligler-Vilenchik N. Taking a break from news: A five-nation study of news avoidance in the digital era. *Digital Journalism*, 2022, vol. 10, no. 1, pp. 148-164.
54. Wang J., Lloyd-Evans B., Giacco D., Forsyth R., Nebo C., Mann F. Social isolation in mental health: a conceptual and methodological review. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 2021, vol. 56, no. 6, pp. 961-973.
55. Watercutter A. Doomscrolling is Slowly Eroding Your Mental Health. 2020.

56. Ytre-Arne B., Moe H. Doomscrolling, monitoring and avoiding: News use in COVID-19 pandemic lockdown. *Journalism Studies*, 2021, vol. 22, no. 13, pp. 1739-1755.
57. Ytre-Arne B., Moe H. Doomscrolling, monitoring and avoiding: News use in COVID-19 pandemic lockdown. *Journalism Studies*, 2021, vol. 22, no. 13, pp. 1739-1755.
58. Zenasni F., Besançon M., Lubart T. Creativity and Tolerance of Ambiguity: An Empirical Study. *The Journal of Creative Behavior*, 2008, vol. 42, no. 1, pp. 61–73.
59. Бойчук С. С. Комплексне дослідження готовності до змін і толерантності до невизначеності у поліцейських корд із різним рівнем життєздатності, 2021.
60. Гецой Т. В. Вплив психологічного благополуччя на процес атрибуції у дорослих: Дис. ... канд. псих. наук. 2023.
61. Іваненко Б. Б. Саморегуляція особистості як чинник її психологічного благополуччя // Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я. 2020. С. 59-62.
62. Ковальова І. Психологічне благополуччя та медіаспоживання новин про війну // Молодий вчений. 2020. № 8(76). С. 539-543.
63. Кривенко А. В. Вплив соціальних мереж на психологічне благополуччя студентів-психологів. 2022.
64. Кузікова С. Б. Толерантність до невизначеності: теоретико-емпіричні розвідки // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія “Психологічні науки”. 2018. № 1(3). С.67-72.
65. Лазеба Є. С. Структура суб'єктивного благополуччя: сучасні та класичні підходи // Редакційна колегія. 2021. С. 160.
66. Леонтьєва О. Психологічне благополуччя та медіаспоживання новин про війну: роль типу медіа // Наукові записки НаУКМА. Психологія. 2022. № 2(41). С. 63-68.
67. Литвиненко А., Шульга І. Взаємозв'язок медіаспоживання новин та толерантності до невизначеності // Особистість у сучасному світі. 2019. № 1(1). С. 136-141.

68. Нестеренко, О. О. Основні підходи до визначення поняття психологічне благополуччя особистості. Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців в умовах трансформації освіти: Збірник матеріалів, 87.
69. Оксентіюк С. С. Толерантність до невизначеності як чинник психологічного благополуччя студентської молоді. 2022.
70. Павленко Г. В. Толерантність до невизначеності як ресурс психологічного благополуччя студентів // Актуальні проблеми психології. 2019. № 7. С. 208-219.
71. Сердюк Л. З. Структура та функція психологічного благополуччя особистості // Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені ГС Костюка НАПН України. 2017. № 5. С. 124-133.
72. Фетискин, Н. П., Козлов, В. В., & Мануйлов, Г. М. Шкала суб'єктивного благополуччя. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института психотерапии. – 2002. С. 323-325.
73. Харрис Л. С. Ambiguity: The challenge of inclusion // Advancing Women in Leadership. 2016. № 36. С. 52-60.
74. Хілько С. О. Методика дослідження особливостей формування толерантності до невизначеності у майбутніх психологів // Вісник післядипломної освіти: зб. наук. пр./НАПН України, Ун-т менедж. освіти. 2016. № 138.
75. Цемма В. О. Підходи до визначення психологічного благополуччя. 2016.

## ДОДАТКИ

## Додаток А

Таблиця 2.1

Frequencies of Ваша стать

<b>Ваша стать</b>	<b>Counts</b>	<b>% of Total</b>	<b>Cumulative %</b>
Жіноча	49	79.0 %	79.0 %
Чоловіча	13	21.0 %	100.0 %

Таблиця 2.2

Frequencies of Ваш вік

<b>Ваш вік</b>	<b>Counts</b>	<b>% of Total</b>	<b>Cumulative %</b>
18-20 років	42	67.7 %	67.7 %
21-25 років	12	19.4 %	87.1 %
36-45 років	3	4.8 %	91.9 %
46-60 років	3	4.8 %	96.8 %
більше 61 року	2	3.2 %	100.0 %

Таблиця 2.3

Frequencies of Як часто Ви переглядаєте новини про війну?

<b>Як часто Ви переглядаєте новини про війну?</b>	<b>Counts</b>	<b>% of Total</b>	<b>Cumulative %</b>
1-2 рази на день	30	48.4 %	48.4 %
3-5 разів на день	9	14.5 %	62.9 %
Зовсім не дивлюсь новини	13	21.0 %	83.9 %
більше 5 разів на день	10	16.1 %	100.0 %

Таблиця 2.4

Frequencies of Де Ви частіше переглядаєте новини про війну?

<b>Де Ви частіше переглядаєте новини про війну?</b>	<b>Counts</b>	<b>% of Total</b>	<b>Cumulative %</b>
Інтернет ресурси ( не включаючи соціальні мережі)	2	3.2 %	3.2 %
Телебачення	1	1.6 %	4.8 %
Телеграм канали та соціальні мережі	53	85.5 %	90.3 %
Не переглядаю новини.	5	8.1 %	98.4 %
Інше	1	1.6 %	100.0 %

Таблиця 2.5

Frequencies of Яким засобам масової інформації Ви найбільше довіряєте?

<b>Яким засобам масової інформації Ви найбільше довіряєте?</b>	<b>Counts</b>	<b>% of Total</b>	<b>Cumulative %</b>
Інтернет ресурси ( не включаючи соціальні мережі)	4	6.5 %	6.5 %
Телебачення	2	3.2 %	9.7 %
Телеграм канали та соціальні мережі	42	67.7 %	77.4 %
Не довіряю жодним ресурсам	11	17.7 %	95.2 %
Інше	3	4.8 %	100.0 %

Таблиця 2.6

Frequencies of Скільки годин на день ви витрачаєте на перегляд новин про війну?

<b>Скільки годин на день ви витрачаєте на перегляд новин про війну?</b>	<b>Counts</b>	<b>% of Total</b>	<b>Cumulative %</b>
Не переглядаю новини зовсім	8	12.9 %	12.9 %
До 30 хвилин	35	56.5 %	69.4 %
До 1 години	12	19.4 %	88.7 %
1-2 години	5	8.1 %	96.8 %
Більше 2 годин	2	3.2 %	100.0 %

Додаток Б

Таблиця 2.7

Contingency Tables

<b>Яким засобам масової інформації Ви найбільше довіряєте?</b>		<b>Ваша стать</b>		
		<b>Жіноча</b>	<b>Чоловіча</b>	<b>Total</b>
Інтернет ресурси ( не включаючи соціальні мережі)	Observed	3	1	4
	Expected	3.16	0.839	4.00
Телебачення	Observed	2	0	2
	Expected	1.58	0.419	2.00
Телеграм канали та соціальні мережі	Observed	38	4	42
	Expected	33.19	8.806	42.00
Не довіряю жодним ресурсам	Observed	4	7	11
	Expected	8.69	2.306	11.00

## Contingency Tables

Яким засобам масової інформації Ви найбільше довіряєте?	Ваша стать			
	Жіноча	Чоловіча	Total	
Інше	Observed	2	1	3
	Expected	2.37	0.629	3.00
Total	Observed	49	13	62
	Expected	49.00	13.000	62.00

 $\chi^2$  Tests

	Value	df	p
$\chi^2$	16.3	4	0.003
N	62		

## Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.456
Cramer's V	0.512

Таблиця 2.8

## Contingency Tables

Як часто Ви переглядаєте новини про війну?	Ваш вік					Total	
	18-20 років	21-25 років	36-45 років	46-60 років	більше 61 року		
1-2 рази на день	Observed	23	6	0	1	0	30
	Expected	20.32	5.81	1.452	1.452	0.968	30.00
3-5 разів на день	Observed	6	2	1	0	0	9
	Expected	6.10	1.74	0.435	0.435	0.290	9.00

## Contingency Tables

Як часто Ви переглядаєте новини про війну?		Ваш вік					Total
		18-20 років	21-25 років	36-45 років	46-60 років	більше 61 року	
Зовсім не дивлюсь новини	Observed	10	3	0	0	0	13
	Expected	8.81	2.52	0.629	0.629	0.419	13.00
більше 5 разів на день	Observed	3	1	2	2	2	10
	Expected	6.77	1.94	0.484	0.484	0.323	10.00
Total	Observed	42	12	3	3	2	62
	Expected	42.00	12.00	3.000	3.000	2.000	62.00

 $\chi^2$  Tests

	Value	df	p
$\chi^2$	27.1	12	0.007
N	62		

## Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.552
Cramer's V	0.382

Таблиця 2.9

## Contingency Tables

Де Ви частіше переглядаєте новини про війну?		Ваш вік					Total
		18-20 років	21-25 років	36-45 років	46-60 років	більше 61 року	

## Contingency Tables

Де Ви частіше переглядаєте новини про війну?		Ваш вік					Total
		18-20 років	21-25 років	36-45 років	46-60 років	більше 61 року	
Інтернет ресурси ( не включаючи соціальні мережі)	Observed	0	0	1	0	1	2
	Expected	1.355	0.387	0.0968	0.0968	0.0645	2.00
Телебачення	Observed	0	0	0	0	1	1
	Expected	0.677	0.194	0.0484	0.0484	0.0323	1.00
Телеграм канали та соціальні мережі	Observed	37	11	2	3	0	53
	Expected	35.903	10.258	2.5645	2.5645	1.7097	53.00
Не переглядаю новини.	Observed	4	1	0	0	0	5
	Expected	3.387	0.968	0.2419	0.2419	0.1613	5.00
Інше	Observed	1	0	0	0	0	1
	Expected	0.677	0.194	0.0484	0.0484	0.0323	1.00
Total	Observed	42	12	3	3	2	62
	Expected	42.000	12.000	3.0000	3.0000	2.0000	62.00

 $\chi^2$  Tests

	Value	df	p
$\chi^2$	57.1	16	<.001
N	62		

## Nominal

Value
-------

Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.692
Phi-coefficient	NaN
Cramer's V	0.480

Таблиця 2.10

Contingency Tables

		Ваш вік					Total	
		18-20 років	21-25 років	36-45 років	46-60 років	більше 61 року		
Скільки годин на день ви витрачаєте на перегляд новин про війну?	Не переглядаю новини зовсім	Observed	7	1	0	0	0	8
	Expected	5.42	1.548	0.3871	0.3871	0.2581	8.00	
До 30 хвилин	Observed	22	9	2	2	0	35	
	Expected	23.71	6.774	1.6935	1.6935	1.1290	35.00	
До 1 години	Observed	9	2	1	0	0	12	
	Expected	8.13	2.323	0.5806	0.5806	0.3871	12.00	
1-2 години	Observed	3	0	0	1	1	5	
	Expected	3.39	0.968	0.2419	0.2419	0.1613	5.00	
Більше 2 годин	Observed	1	0	0	0	1	2	
	Expected	1.35	0.387	0.0968	0.0968	0.0645	2.00	
Total	Observed	42	12	3	3	2	62	
	Expected	42.00	12.000	3.0000	3.0000	2.0000	62.00	

 $\chi^2$  Tests

	Value	df	p
$\chi^2$	27.4	16	0.037
N	62		

Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.554
Cramer's V	0.333

Таблиця 2.11

Contingency Tables

Де Ви частіше переглядаєте новини про війну?		Як часто Ви переглядаєте новини про війну?				Total
		1-2 рази на день	3-5 разів на день	Зовсім не дивлюсь новини	більше 5 разів на день	
Інтернет ресурси (не включаючи соціальні мережі)	Observed	0	0	0	2	2
	Expected	0.968	0.290	0.419	0.323	2.00
Телебачення	Observed	0	0	0	1	1
	Expected	0.484	0.145	0.210	0.161	1.00
Телеграм канали та соціальні мережі	Observed	30	9	7	7	53
	Expected	25.645	7.694	11.113	8.548	53.00
Не переглядаю новини.	Observed	0	0	5	0	5
	Expected	2.419	0.726	1.048	0.806	5.00
Інше	Observed	0	0	1	0	1
	Expected	0.484	0.145	0.210	0.161	1.00
Total	Observed	30	9	13	10	62
	Expected	30.000	9.000	13.000	10.000	62.00

 $\chi^2$  Tests

	Value	df	p
$\chi^2$	41.0	12	< .001
N	62		

Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.631
Cramer's V	0.469

Таблиця 2.12

Contingency Tables

Скільки годин на день ви витрачаєте на перегляд новин про війну?		Як часто Ви переглядаєте новини про війну?				Total
		1-2 рази на день	3-5 разів на день	Зовсім не дивлюсь новини	більше 5 разів на день	
Не переглядаю новини зовсім	Observed	0	0	8	0	8
	Expected	3.871	1.161	1.677	1.290	8.00
До 30 хвилин	Observed	24	3	5	3	35
	Expected	16.935	5.081	7.339	5.645	35.00
До 1 години	Observed	6	4	0	2	12
	Expected	5.806	1.742	2.516	1.935	12.00
1-2 години	Observed	0	1	0	4	5
	Expected	2.419	0.726	1.048	0.806	5.00
Більше 2 годин	Observed	0	1	0	1	2
	Expected	0.968	0.290	0.419	0.323	2.00
Total	Observed	30	9	13	10	62
	Expected	30.000	9.000	13.000	10.000	62.00

 $\chi^2$  Tests

	Value	df	p
$\chi^2$	62.2	12	< .001
N	62		

Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.708
Cramer's V	0.578

Таблиця 2.13

## Contingency Tables

Де Ви частіше переглядаєте новини про війну?		Як часто Ви переглядаєте новини про війну_Group_2?		Total
		Не переглядають новини	Переглядають новини	
Інтернет ресурси ( не включаючи соціальні мережі)	Observed	0	2	2
	Expected	0.419	1.581	2.00
Телебачення	Observed	0	1	1
	Expected	0.210	0.790	1.00
Телеграм канали та соціальні мережі	Observed	7	46	53
	Expected	11.113	41.887	53.00
Не переглядаю новини.	Observed	5	0	5
	Expected	1.048	3.952	5.00
Інше	Observed	1	0	1
	Expected	0.210	0.790	1.00
Total	Observed	13	49	62
	Expected	13.000	49.000	62.00

 $\chi^2$  Tests

	Value	df	p
$\chi^2$	25.3	4	< .001
N	62		

## Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.539
Cramer's V	0.639

Таблиця 2.14

## Contingency Tables

Скільки годин на день ви витрачаєте на перегляд новин про війну?	Як часто Ви переглядаєте новини про війну_Group_2?			Total
	Не переглядають новини	Переглядають новини		
Не переглядаю новини зовсім	Observed	8	0	8
	Expected	1.677	6.32	8.00
До 30 хвилин	Observed	5	30	35
	Expected	7.339	27.66	35.00
До 1 години	Observed	0	12	12
	Expected	2.516	9.48	12.00
1-2 години	Observed	0	5	5
	Expected	1.048	3.95	5.00
Більше 2 годин	Observed	0	2	2
	Expected	0.419	1.58	2.00
Total	Observed	13	49	62
	Expected	13.000	49.00	62.00

 $\chi^2$  Tests

	Value	df	p
$\chi^2$	36.1	4	< .001
N	62		

## Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.607

Nominal

	Value
Cramer's V	0.763

Таблиця 2.15

Contingency Tables

Скільки годин на день ви витрачаєте на перегляд новин про війну?		Де Ви частіше переглядаєте новини про війну?					Total
		Інтернет ресурси (не включаючи соціальні мережі)	Телебачення	Телегара м канали та соціальні мережі	Не переглядаю новини.	Інше	
Не переглядаю новини зовсім	Observed	0	0	2	5	1	8
	Expected	0.2581	0.1290	6.84	0.645	0.1290	8.00
До 30 хвилин	Observed	1	0	34	0	0	35
	Expected	1.1290	0.5645	29.92	2.823	0.5645	35.00
До 1 години	Observed	0	0	12	0	0	12
	Expected	0.3871	0.1935	10.26	0.968	0.1935	12.00
1-2 години	Observed	1	0	4	0	0	5
	Expected	0.1613	0.0806	4.27	0.403	0.0806	5.00
Більше 2 годин	Observed	0	1	1	0	0	2
	Expected	0.0645	0.0323	1.71	0.161	0.0323	2.00
Total	Observed	2	1	53	5	1	62
	Expected	2.0000	1.0000	53.00	5.000	1.0000	62.00

$\chi^2$  Tests

	Value	df	p
$\chi^2$	80.2	16	<.001
N	62		

## Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.751
Cramer's V	0.569

Таблиця 2.16

## Contingency Tables

		Яким засобам масової інформації Ви найбільше довіряєте?					Total
		Інтернет ресурси (не включаючи соціальні мережі)	Телебачення	Телегара м канали та соціальні мережі	Не довіряю жодним ресурсам	Інше	
Не переглядаю новини зовсім	Observed	0	0	4	3	1	8
	Expected	0.516	0.2581	5.42	1.419	0.3871	8.00
До 30 хвилин	Observed	1	0	26	7	1	35
	Expected	2.258	1.1290	23.71	6.210	1.6935	35.00
До 1 години	Observed	1	1	9	1	0	12
	Expected	0.774	0.3871	8.13	2.129	0.5806	12.00
1-2 години	Observed	2	1	2	0	0	5

## Contingency Tables

Скільки годин на день ви витрачаєте на перегляд новин про війну?		Яким засобам масової інформації Ви найбільше довіряєте?					Total
		Інтернет ресурси (не включаючи соціальні мережі)	Телебачення	Телегара м канали та соціальні мережі	Не довіряю жодним ресурсам	Інше	
	Expected	0.323	0.1613	3.39	0.887	0.2419	5.00
Більше 2 годин	Observed	0	0	1	0	1	2
	Expected	0.129	0.0645	1.35	0.355	0.0968	2.00
Total	Observed	4	2	42	11	3	62
	Expected	4.000	2.0000	42.00	11.000	3.0000	62.00

 $\chi^2$  Tests

	Value	df	p
$\chi^2$	32.5	16	0.009
N	62		

## Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.586
Cramer's V	0.362

Додаток В  
Таблиця 2.17

## One Sample T-Test

	Statistic	df	p
--	-----------	----	---

## One Sample T-Test

		<b>Statistic</b>	<b>df</b>	<b>p</b>
Напруженість і чутливість	Student's t	27.2	61.0	< .001
Ознаки, що супроводжують основну психоемоційну симптоматику	Student's t	25.8	61.0	< .001
Зміни настрою	Student's t	18.3	61.0	< .001
Значимість соціального оточення	Student's t	21.2	61.0	< .001
Самооцінка здоров'я	Student's t	19.9	61.0	< .001
Ступінь задоволеності повсякденною діяльністю	Student's t	23.9	61.0	< .001
Суб'єктивне благополуччя	Student's t	19.1	61.0	< .001
Екстраверсія	Student's t	30.8	61.0	< .001
Доброзичливість	Student's t	47.9	61.0	< .001
Сумлінність	Student's t	39.7	61.0	< .001
Невротизм	Student's t	29.1	61.0	< .001
Відкритість досвіду	Student's t	42.0	61.0	< .001
Толерантність до невизначеності	Student's t	56.0	61.0	< .001
Інтолерантність до невизначеності	Student's t	44.8	61.0	< .001
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	Student's t	36.1	61.0	< .001

Note.  $H_a \mu \neq 0$

## Tests of Normality

		<b>statistic</b>	<b>p</b>
Напруженість і чутливість	Shapiro-Wilk	0.982	0.473
	Kolmogorov-Smirnov	0.0983	0.587
	Anderson-Darling	0.416	0.323

## Tests of Normality

		<b>statistic</b>	<b>p</b>
Ознаки, що супроводжують основну психоемоційну симптоматику	Shapiro-Wilk	0.979	0.376
	Kolmogorov-Smirnov	0.0887	0.713
	Anderson-Darling	0.420	0.315
Зміни настрою	Shapiro-Wilk	0.954	0.021
	Kolmogorov-Smirnov	0.1137	0.399
	Anderson-Darling	0.899	0.021
Значимість соціального оточення	Shapiro-Wilk	0.960	0.042
	Kolmogorov-Smirnov	0.1537	0.107
	Anderson-Darling	0.964	0.014
Самооцінка здоров'я	Shapiro-Wilk	0.963	0.057
	Kolmogorov-Smirnov	0.1208	0.326
	Anderson-Darling	0.714	0.059
Ступінь задоволеності повсякденною діяльністю	Shapiro-Wilk	0.971	0.152
	Kolmogorov-Smirnov	0.0923	0.666
	Anderson-Darling	0.556	0.145
Суб'єктивне благополуччя	Shapiro-Wilk	0.961	0.045
	Kolmogorov-Smirnov	0.1411	0.169
	Anderson-Darling	0.911	0.019
Екстраверсія	Shapiro-Wilk	0.978	0.335
	Kolmogorov-Smirnov	0.0899	0.698
	Anderson-Darling	0.454	0.262
Добррозичливість	Shapiro-Wilk	0.975	0.240
	Kolmogorov-Smirnov	0.0904	0.691
	Anderson-Darling	0.571	0.133
Сумлінність	Shapiro-Wilk	0.959	0.038
	Kolmogorov-Smirnov	0.1024	0.533
	Anderson-Darling	0.615	0.105

## Tests of Normality

		<b>statistic</b>	<b>p</b>
Невротизм	Shapiro-Wilk	0.976	0.251
	Kolmogorov-Smirnov	0.0927	0.661
	Anderson-Darling	0.347	0.469
Відкритість досвіду	Shapiro-Wilk	0.947	0.010
	Kolmogorov-Smirnov	0.1176	0.358
	Anderson-Darling	0.836	0.029
Толерантність до невизначеності	Shapiro-Wilk	0.983	0.548
	Kolmogorov-Smirnov	0.1010	0.551
	Anderson-Darling	0.455	0.260
Інтолерантність до невизначеності	Shapiro-Wilk	0.943	0.006
	Kolmogorov-Smirnov	0.1239	0.297
	Anderson-Darling	1.021	0.010
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	Shapiro-Wilk	0.963	0.058
	Kolmogorov-Smirnov	0.1113	0.426
	Anderson-Darling	0.764	0.045

Note. Additional results provided by *moretests*

**Додаток Д**  
Таблиця 2.18

## Independent Samples T-Test

		<b>Statistic</b>	<b>df</b>	<b>p</b>
Напруженість і чутливість	Student's t	-1.3629	60.0	0.178
Ознаки, що супроводжують основну психоемоційну симптоматику	Student's t	-1.2846	60.0	0.204
Зміни настрою	Student's t	-0.8705	60.0	0.387
Значимість соціального оточення	Student's t	-0.2101	60.0	0.834
Самооцінка здоров'я	Student's t	-0.5502	60.0	0.584
Ступінь задоволеності повсякденною діяльністю	Student's t	-2.0571	60.0	0.044
Суб'єктивне благополуччя	Student's t	-1.0437	60.0	0.301

## Independent Samples T-Test

		<b>Statistic</b>	<b>df</b>	<b>p</b>
Екстраверсія	Student's t	-0.0665	60.0	0.947
Доброзичливість	Student's t	1.3869	60.0	0.171
Сумлінність	Student's t	0.5931	60.0	0.555
Невротизм	Student's t	-0.3612	60.0	0.719
Відкритість досвіду	Student's t	0.6473 <sup>a</sup>	60.0	0.520
Толерантність до невизначеності	Student's t	0.7419	60.0	0.461
Інтолерантність до невизначеності	Student's t	-1.1583	60.0	0.251
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	Student's t	-1.8690 <sup>a</sup>	60.0	0.067

Note.  $\mu$  Не переглядають новини  $\neq$   $\mu$  Переглядають новини

<sup>a</sup> Levene's test is significant ( $p < .05$ ), suggesting a violation of the assumption of equal variances

## Homogeneity of Variances Tests

		<b>F</b>	<b>df</b>	<b>df2</b>	<b>p</b>
Напруженість і чутливість	Levene's	1.23737	1	60	0.270
	Variance ratio	1.422	12	48	0.378
Ознаки, що супроводжують основну психоемоційну симптоматику	Levene's	2.16057	1	60	0.147
	Variance ratio	0.567	12	48	0.285
Зміни настрою	Levene's	0.33460	1	60	0.565
	Variance ratio	1.410	12	48	0.388
Значимість соціального оточення	Levene's	0.61745	1	60	0.435
	Variance ratio	1.720	12	48	0.184
Самооцінка здоров'я	Levene's	0.34519	1	60	0.559
	Variance ratio	1.442	12	48	0.361
Ступінь задоволеності повсякденною діяльністю	Levene's	0.10017	1	60	0.753
	Variance ratio	1.128	12	48	0.721
Суб'єктивне благополуччя	Levene's	0.94207	1	60	0.336

## Homogeneity of Variances Tests

		<b>F</b>	<b>df</b>	<b>df2</b>	<b>p</b>
	Variance ratio	0.880	12	48	0.856
Екстраверсія	Levene's	0.82309	1	60	0.368
	Variance ratio	0.599	12	48	0.336
Доброзичливість	Levene's	0.20297	1	60	0.654
	Variance ratio	0.925	12	48	0.940
Сумлінність	Levene's	0.00216	1	60	0.963
	Variance ratio	0.993	12	48	0.939
Невротизм	Levene's	0.34563	1	60	0.559
	Variance ratio	0.740	12	48	0.589
Відкритість досвіду	Levene's	8.39971	1	60	0.005
	Variance ratio	3.403	12	48	0.002
Толерантність до невизначеності	Levene's	0.64339	1	60	0.426
		1.752	12	48	0.170
Інтолерантність до невизначеності	Levene's	0.10060	1	60	0.752
		1.692	12	48	0.197
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	Levene's	4.25738	1	60	0.043
		2.102	12	48	0.069

Note. Additional results provided by *moretests*

## Tests of Normality

		<b>statistic</b>	<b>p</b>
Напруженість і чутливість	Shapiro-Wilk	0.984	0.601
	Kolmogorov-Smirnov	0.0987	0.582
	Anderson-Darling	0.399	0.354
Ознаки, що супроводжують основну психоемоційну симптоматику	Shapiro-Wilk	0.981	0.438

## Tests of Normality

		<b>statistic</b>	<b>p</b>
	Kolmogorov-Smirnov	0.0673	0.941
	Anderson-Darling	0.372	0.411
Зміни настрою	Shapiro-Wilk	0.958	0.033
	Kolmogorov-Smirnov	0.1147	0.388
	Anderson-Darling	0.810	0.034
Значимість соціального оточення	Shapiro-Wilk	0.960	0.044
	Kolmogorov-Smirnov	0.1428	0.160
	Anderson-Darling	0.918	0.018
Самооцінка здоров'я	Shapiro-Wilk	0.967	0.095
	Kolmogorov-Smirnov	0.1187	0.347
	Anderson-Darling	0.628	0.097
Ступінь задоволеності повсякденною діяльністю	Shapiro-Wilk	0.957	0.030
	Kolmogorov-Smirnov	0.1159	0.375
	Anderson-Darling	0.933	0.017
Суб'єктивне благополуччя	Shapiro-Wilk	0.958	0.035
	Kolmogorov-Smirnov	0.1487	0.129
	Anderson-Darling	0.818	0.033
Екстраверсія	Shapiro-Wilk	0.978	0.333
	Kolmogorov-Smirnov	0.0895	0.703
	Anderson-Darling	0.448	0.270
Доброзичливість	Shapiro-Wilk	0.975	0.242
	Kolmogorov-Smirnov	0.0768	0.858
	Anderson-Darling	0.468	0.241
Сумлінність	Shapiro-Wilk	0.958	0.034
	Kolmogorov-Smirnov	0.1172	0.362
	Anderson-Darling	0.681	0.072
Невротизм	Shapiro-Wilk	0.974	0.221

## Tests of Normality

		<b>statistic</b>	<b>p</b>
Відкритість досвіду	Kolmogorov-Smirnov	0.0862	0.746
	Anderson-Darling	0.355	0.451
	Shapiro-Wilk	0.938	0.004
Толерантність до невизначеності	Kolmogorov-Smirnov	0.1335	0.219
	Anderson-Darling	0.976	0.013
	Shapiro-Wilk	0.983	0.536
Інтолерантність до невизначеності	Kolmogorov-Smirnov	0.1005	0.559
	Anderson-Darling	0.393	0.366
	Shapiro-Wilk	0.956	0.025
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	Kolmogorov-Smirnov	0.1194	0.340
	Anderson-Darling	0.938	0.016
	Shapiro-Wilk	0.978	0.329
	Kolmogorov-Smirnov	0.0847	0.766
	Anderson-Darling	0.410	0.334

Note. Additional results provided by *moretests*

**Додаток Е**  
Таблиця 2.19

## One-Way ANOVA (Welch's)

	<b>F</b>	<b>df1</b>	<b>df2</b>	<b>p</b>
Напруженість і чутливість	0.673	3	21.0	0.578
Ознаки, що супроводжують основну психоемоційну симптоматику	0.743	3	22.4	0.538
Зміни настрою	0.371	3	20.3	0.775
Значимість соціального оточення	0.432	3	20.9	0.732
Самооцінка здоров'я	0.178	3	20.7	0.910
Ступінь задоволеності повсякденною діяльністю	1.401	3	20.8	0.270
Суб'єктивне благополуччя	0.567	3	21.1	0.643
Екстраверсія	0.256	3	23.0	0.856
Доброзичливість	1.046	3	20.5	0.393

## One-Way ANOVA (Welch's)

	<b>F</b>	<b>df1</b>	<b>df2</b>	<b>p</b>
Сумлінність	0.230	3	20.1	0.874
Невротизм	0.179	3	21.1	0.910
Відкритість досвіду	0.226	3	18.9	0.877
Толерантність до невизначеності	0.808	3	19.6	0.504
Інтолерантність до невизначеності	1.004	3	23.1	0.409
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	3.679	3	22.9	0.027

## Group Descriptives

	<b>Як часто Ви переглядаєте новини про війну?</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>SE</b>
Напруженість і чутливість	1-2 рази на день	30	12.27	3.183	0.5812
	3-5 разів на день	9	12.78	3.114	1.0379
	Зовсім не дивлюсь новини	13	10.77	3.919	1.0869
	більше 5 разів на день	10	11.60	3.950	1.2490
Ознаки, що супроводжують основну психоемоційну симптоматику	1-2 рази на день	30	12.97	4.214	0.7694
	3-5 разів на день	9	12.67	4.359	1.4530
	Зовсім не дивлюсь новини	13	11.38	3.015	0.8362
	більше 5 разів на день	10	13.00	3.367	1.0646
Зміни настрою	1-2 рази на день	30	6.90	2.670	0.4874
	3-5 разів на день	9	7.89	3.371	1.1235
	Зовсім не дивлюсь новини	13	6.31	3.425	0.9499
	більше 5 разів на день	10	7.10	3.247	1.0269
Значимість соціального оточення	1-2 рази на день	30	10.27	3.433	0.6269
	3-5 разів на день	9	11.78	4.816	1.6054
	Зовсім не дивлюсь новини	13	10.15	4.758	1.3197
	більше 5 разів на день	10	9.60	2.989	0.9452
Самооцінка здоров'я	1-2 рази на день	30	7.87	2.933	0.5355
	3-5 разів на день	9	8.44	3.395	1.1318
	Зовсім не дивлюсь новини	13	7.54	3.643	1.0103
	більше 5 разів на день	10	8.40	3.273	1.0349
Ступінь задоволеності	1-2 рази на день	30	12.73	3.769	0.6880

## Group Descriptives

	<b>Як часто Ви переглядаєте новини про війну?</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>SE</b>
повсякденною діяльністю	3-5 разів на день	9	14.33	4.899	1.6330
	Зовсім не дивлюсь новини	13	10.46	4.215	1.1691
	більше 5 разів на день	10	12.80	3.853	1.2184
Суб'єктивне благополуччя	1-2 рази на день	30	5.47	2.177	0.3975
	3-5 разів на день	9	6.22	2.635	0.8784
	Зовсім не дивлюсь новини	13	4.85	2.115	0.5867
Екстраверсія	більше 5 разів на день	10	5.30	2.263	0.7157
	1-2 рази на день	30	3.20	0.888	0.1621
	3-5 разів на день	9	2.88	0.980	0.3268
Доброчливість	Зовсім не дивлюсь новини	13	3.11	0.649	0.1801
	більше 5 разів на день	10	3.11	0.525	0.1661
	1-2 рази на день	30	3.53	0.529	0.0966
Сумлінність	3-5 разів на день	9	3.23	0.651	0.2171
	Зовсім не дивлюсь новини	13	3.72	0.557	0.1544
	більше 5 разів на день	10	3.51	0.663	0.2096
Невротизм	1-2 рази на день	30	3.35	0.600	0.1096
	3-5 разів на день	9	3.33	0.916	0.3054
	Зовсім не дивлюсь новини	13	3.50	0.677	0.1877
Відкритість досвіду	більше 5 разів на день	10	3.50	0.730	0.2309
	1-2 рази на день	30	3.25	0.874	0.1596
	3-5 разів на день	9	3.15	1.032	0.3441
Толерантність до невизначеності	Зовсім не дивлюсь новини	13	3.17	0.783	0.2172
	більше 5 разів на день	10	3.44	0.981	0.3103
	1-2 рази на день	30	3.62	0.468	0.0855
Толерантність до невизначеності	3-5 разів на день	9	3.62	0.782	0.2608
	Зовсім не дивлюсь новини	13	3.72	1.031	0.2860
	більше 5 разів на день	10	3.46	0.628	0.1984
Толерантність до невизначеності	1-2 рази на день	30	60.87	6.791	1.2399
	3-5 разів на день	9	57.56	9.939	3.3129
	Зовсім не дивлюсь новини	13	61.38	10.429	2.8924

## Group Descriptives

	<b>Як часто Ви переглядаєте новини про війну?</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>SE</b>
Толерантність до невизначеності	більше 5 разів на день	10	56.80	8.753	2.7681
	1-2 рази на день	30	58.40	9.800	1.7892
	3-5 разів на день	9	57.44	5.725	1.9084
	Зовсім не дивлюсь новини	13	55.62	12.520	3.4725
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	більше 5 разів на день	10	63.80	11.263	3.5615
	1-2 рази на день	30	37.87	7.473	1.3644
	3-5 разів на день	9	34.22	6.778	2.2594
	Зовсім не дивлюсь новини	13	33.38	10.389	2.8813
	більше 5 разів на день	10	41.80	4.756	1.5041

**Додаток Ж***Таблиця 2.20*

	<b>Стать</b>	<b>N</b>	<b>Сер. з</b>	<b>Медіана</b>	<b>Ст. в.</b>
Екстраверсія	Жіноча	49	3.31	3.00	0.847
	Чоловіча	13	3.08	3.00	0.954
Доброзичливість	Жіноча	49	3.59	4.00	0.610
	Чоловіча	13	3.23	3.00	0.599
Сумлінність	Жіноча	49	3.39	3.00	0.671
	Чоловіча	13	3.08	3.00	0.862
Невротизм	Жіноча	49	3.33	3.00	0.922
	Чоловіча	13	3.23	3.00	1.092
Відкритість досвіду	Жіноча	49	3.63	4.00	0.755
	Чоловіча	13	3.62	4.00	0.768
Толерантність до невизначеності	Жіноча	49	60.55	62	8.411
	Чоловіча	13	57.15	58	8.214
Інтолерантність до невизначеності	Жіноча	49	60.18	59	10.187
	Чоловіча	13	52.38	51	8.481
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	Жіноча	49	37.45	39	8.379
	Чоловіча	13	35.46	37	6.875
Напруженість і чутливість	Жіноча	49	11.71	12	3.530
	Чоловіча	13	12.69	13	3.119
Психоемоційна симптоматика	Жіноча	49	12.94	13	3.766
	Чоловіча	13	11.31	12	4.029
Зміни настрою	Жіноча	49	6.96	7	3.048

	Стать	N	Сер. з	Медіана	Ст. в.
Соціальне оточення	Чоловіча	13	6.92	7	2.900
	Жіноча	49	10.43	10	3.910
Самооцінка здоров'я	Чоловіча	13	10.08	9	3.752
	Жіноча	49	8.02	8	3.224
Задоволеність повсякденною діяльністю	Чоловіча	13	7.77	7	2.948
	Жіноча	49	12.67	13	3.783
Суб'єктивне благополуччя	Чоловіча	13	11.85	11	5.352
	Жіноча	49	5.43	5	2.227
	Чоловіча	13	5.31	5	2.496

Таблиця 2.21

## Independent Samples T-Test

	Statistic	p
Інтолерантність до невизначеності	Mann-Whitney U	171
		0.011

Note.  $H_a \mu_{\text{Жіноча}} \neq \mu_{\text{Чоловіча}}$

## Group Descriptives

	Group	N	Mean	Median	SD	SE
Інтолерантність до невизначеності	Жіноча	49	60.2	59.0	10.2	1.46
	Чоловіча	13	52.4	51.0	8.48	2.35

Таблиця 2.22

## Descriptives

	Вік	N	Mean	SD	Minimum	Maximum
Екстраверсія	18-20 років	42	3.17	0.961	1.00	5.00
	21-25 років	12	3.42	0.669	3.00	5.00
	36-45 років	3	3.67	0.577	3.00	4.00
	46-60 років	3	3.67	0.577	3.00	4.00
	більше 61 року	2	3.00	0.000	3.00	3.00
Доброзичливість	18-20 років	42	3.50	0.552	2.00	4.00
	21-25 років	12	3.42	0.900	2.00	5.00

## Descriptives

	<b>Вік</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>Minimum</b>	<b>Maximum</b>	
Сумлінність	36-45 років	3	4.00	0.000	4.00	4.00	
	46-60 років	3	3.33	0.577	3.00	4.00	
	більше 61 року	2	4.00	0.000	4.00	4.00	
	18-20 років	42	3.21	0.717	2.00	4.00	
	21-25 років	12	3.33	0.778	2.00	4.00	
	36-45 років	3	4.00	0.000	4.00	4.00	
	46-60 років	3	3.67	0.577	3.00	4.00	
Невротизм	більше 61 року	2	4.00	0.000	4.00	4.00	
	18-20 років	42	3.21	0.871	1.00	5.00	
	21-25 років	12	3.67	1.155	1.00	5.00	
	36-45 років	3	2.33	0.577	2.00	3.00	
	46-60 років	3	4.00	1.000	3.00	5.00	
	більше 61 року	2	3.50	0.707	3.00	4.00	
	Відкритість досвіду	18-20 років	42	3.55	0.832	2.00	5.00
21-25 років		12	4.00	0.426	3.00	5.00	
36-45 років		3	3.67	0.577	3.00	4.00	
46-60 років		3	3.33	0.577	3.00	4.00	
більше 61 року		2	3.50	0.707	3.00	4.00	
Толерантність до невизначеності		18-20 років	42	60.45	7.481	45	75
		21-25 років	12	62.17	10.599	39	78

## Descriptives

	<b>Вік</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>Minimum</b>	<b>Maximum</b>
Інтолерантність до невизначеності	36-45 років	3	57.00	8.185	50	66
	46-60 років	3	53.67	4.726	50	59
	більше 61 року	2	46.50	6.364	42	51
	18-20 років	42	57.10	7.596	40	72
	21-25 років	12	56.83	15.532	19	82
	36-45 років	3	67.33	3.215	65	71
	46-60 років	3	62.67	1.528	61	64
	більше 61 року	2	80.00	9.899	73	87
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	18-20 років	42	36.33	6.661	18	49
	21-25 років	12	37.00	12.856	14	55
	36-45 років	3	36.67	6.351	33	44
	46-60 років	3	42.33	3.055	39	45
	більше 61 року	2	44.50	4.950	41	48
	Напруженість і чутливість	18-20 років	42	12.12	3.202	7
21-25 років		12	11.58	4.166	5	17
36-45 років		3	13.00	1.000	12	14
46-60 років		3	10.67	6.506	4	17
більше 61 року		2	10.00	2.828	8	12
Психоемоційна симптоматика		18-20 років	42	12.52	3.285	4
	21-25 років	12	13.50	5.633	4	21

## Descriptives

	<b>Вік</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>Minimum</b>	<b>Maximum</b>
Зміни настрою	36-45 років	3	8.67	4.509	4	13
	46-60 років	3	14.00	2.000	12	16
	більше 61 року	2	12.50	0.707	12	13
	18-20 років	42	6.86	2.737	2	12
	21-25 років	12	8.00	3.516	3	14
	36-45 років	3	3.33	1.528	2	5
	46-60 років	3	9.33	2.517	7	12
Соціальне оточення	більше 61 року	2	4.50	2.121	3	6
	18-20 років	42	10.12	3.590	4	19
	21-25 років	12	11.83	5.024	3	21
	36-45 років	3	7.33	0.577	7	8
	46-60 років	3	11.33	3.512	8	15
Самооцінка здоров'я	більше 61 року	2	9.50	3.536	7	12
	18-20 років	42	7.55	2.998	2	14
	21-25 років	12	9.50	3.555	3	14
	36-45 років	3	6.00	3.464	4	10
	46-60 років	3	9.00	3.000	6	12
Задоволеність повсякденною діяльністю	більше 61 року	2	9.00	1.414	8	10
	18-20 років	42	12.40	3.908	6	20
	21-25 років	12	13.17	4.859	3	19

## Descriptives

	<b>Вік</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>Minimum</b>	<b>Maximum</b>
Суб'єктивне благополуччя	36-45 років	3	10.67	6.028	5	17
	46-60 років	3	15.33	2.517	13	18
	більше 61 року	2	9.00	1.414	8	10
	18-20 років	42	5.31	2.030	2	10
	21-25 років	12	6.17	3.010	0	10
	36-45 років	3	3.67	2.082	2	6
	46-60 років	3	6.33	2.517	4	9
	більше 61 року	2	4.00	0.000	4	4

Таблиця 2.23

## Kruskal-Wallis

	$\chi^2$	df	p
Інтолерантність до невизначеності	12.7	4	0.013

Таблиця 2.24

Як часто Ви переглядаєте новини про війну?	Стать		Total
	Жіноча	Чоловіча	
Низька частота споживання новин	11	2	13
Висока частота споживання новин	38	11	49
Total	49	13	62

Таблиця 2.25

## Contingency Tables

Як часто Ви переглядаєте новини про війну?	Вік					Total
	18-20 років	21-25 років	36-45 років	46-60 років	більше 61 року	

## Contingency Tables

Як часто Ви переглядаєте новини про війну?	Вік					Total
	18-20 років	21-25 років	36-45 років	46-60 років	більше 61 року	
Низька частота споживання новин	10	3	0	0	0	13
Висока частота споживання новин	32	9	3	3	2	49
Total	42	12	3	3	2	62

Таблиця 2.26

## Contingency Tables

Де Ви частіше переглядаєте новини про війну?	Як часто Ви переглядаєте новини про війну?		Total
	Низька частота споживання новин	Висока частота споживання новин	
Телеграм канали та соціальні мережі	0	1	1
Телеграм канали та соціальні мережі	7	45	52
Інтернет ресурси ( не включаючи соціальні мережі)	0	2	2
Інше	1	0	1
Не переглядаю новини.	5	0	5
Телебачення	0	1	1
Total	13	49	62

Таблиця 2.27

## Contingency Tables

Яким засобам масової інформації Ви найбільше довіряєте?	Як часто Ви переглядаєте новини про війну? - Transform 4		Total
	Низька частота споживання новин	Висока частота споживання новин	
Телеграм канали та соціальні мережі	8	34	42
Не довіряю жодним ресурсам	3	8	11
Інше	2	1	3
Інтернет ресурси ( не включаючи соціальні мережі)	0	4	4

## Contingency Tables

<b>Яким засобам масової інформації Ви найбільше довіряєте?</b>	<b>Як часто Ви переглядаєте новини про війну? - Transform 4</b>		<b>Total</b>
	<b>Низька частота споживання новин</b>	<b>Висока частота споживання новин</b>	
Телебачення	0	2	2
Total	13	49	62