

# ВПЛИВ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ДОВІРИ НА САМОПОЧУТТЯ ОСОБИСТОСТІ

*В. В. Кравців*

Херсонський державний університет, [valentinacravtsiv@gmail.com](mailto:valentinacravtsiv@gmail.com)

*Науковий керівник: кандидатка психологічних наук, доцентка*

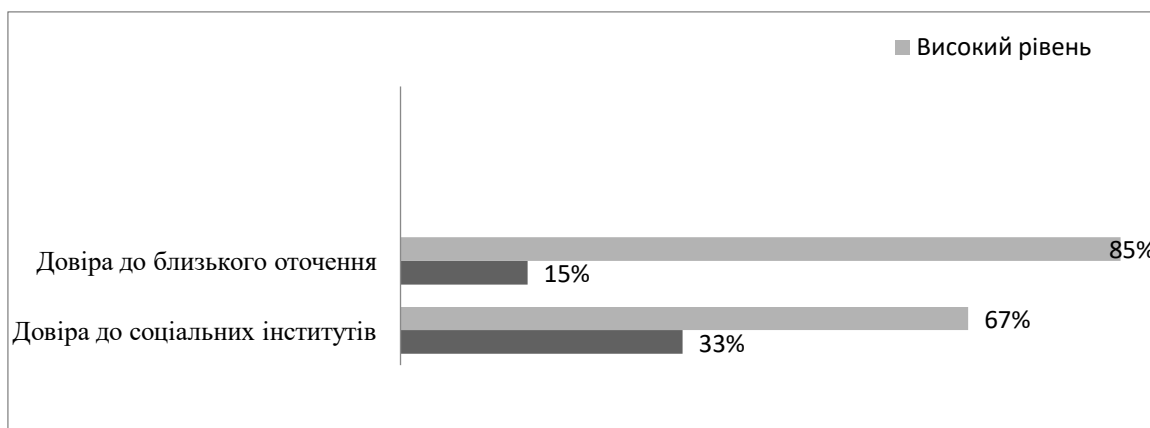
*Н. І. Тавровецька*

*Вступ.* З моменту повномасштабного вторгнення на територію України російськими військами, наслідки цих подій на молодь сучасності лише розширюються. Самопочуття особистості піддається впливу нових стресорів і питання збереження оптимального рівня життєдіяльності набуває нової актуальності. З метою заповнення пробілів у науці варто дослідити взаємозв'язок міжособистісної довіри з актуальним станом особистості, що уможливить збільшення способів профілактики неефективного проживання кризових ситуацій. Серед результатів сучасних досліджень зазначено зв'язок психологічного самопочуття і міжособистісних відносин (компонентом яких являється і довіра) [2, с. 17], тому досліджуючи міжособистісну довіру у зв'язку з показниками, що відображають швидкість і темп, рухливість протікання функцій (активність), здоров'я, силу, стомлення (самопочуття), і настроїв, буде розширено уявлення про їх взаємозв'язок. Міжособистісна довіра відіграє важливу роль в житті сучасної особистості, забезпечуючи втілення багатьох функцій [5, с. 105], зі свого боку, розуміння чинників, що впливають на її динаміку є фундаментом для побудови ефективних копінг-стратегій.

*Методи дослідження.* Для дослідження актуальної ситуації самопочуття сучасної молоді й рівня міжособистісної довіри, здійснено опитування за допомогою анкети А. Татарки для вимірювання соціального капіталу (модифікована П. Блозвою); і методика самооцінки функціонального стану «САН» (далі: «тест «САН» - самопочуття, активність, настроїв). Проведено дослідження в якому брали участь підлітки (11-16 років) 12 осіб і молодь (17 – 38 років) 21 особа, серед яких 25 – жіночої статі й 8 – чоловічої.

*Результати дослідження.* На основі анкети А. Татарки для вимірювання соціального капіталу (модифікованої П. Блозвою) можна дослідити рівень довіри до соціальних інститутів і до близького оточення у сучасної молоді.

Відповідно до результатів анкети (див. рис. 1), більшості опитуваних притаманний високий рівень довіри як до соціальних інститутів, так і до близького оточення. На основі таких результатів можемо свідчити, що загалом рівень довіри цієї вибірки опитуваних сягає оптимального рівня. Показник середнього значення результатів вибірки дорівнює 36,7 бала у значенні довіри до соціальних інститутів, відповідно до середнього рівня, натомість показник довіри до близького оточення дорівнює 45,8 бала, що є високим рівнем цієї шкали.

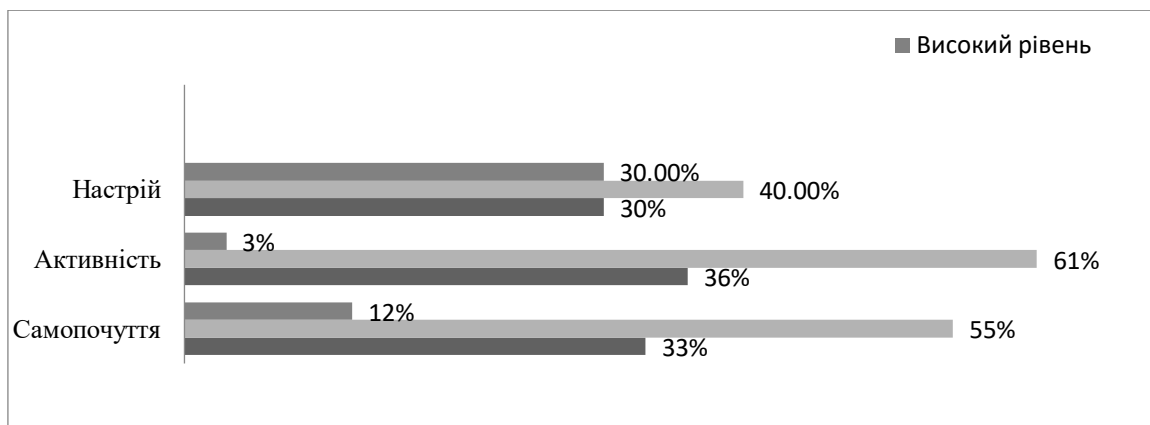


**Рис. 1. Результати опитування рівню довіри до соціальних інститутів і до близького оточення (у відсотках)**

На основі цього зазначимо, що сучасна молодь більше готова вступати у взаємодію і ризикувати, стаючи вразливими, очікуючи певного рівня надійності (тобто довіряти) з близьким оточенням ніж з соціальними інститутами. Можна свідчити про те, що це є рисою цієї вибірки, тому що результати багатьох досліджень мають три портрети розвитку довіри до соціальних інститутів: довіра має низький рівень розвитку; міжособистісна довіра не досліджувана у порівнянні з довірою до соціальних інститутів у генеральній вибірці; довіра до соціальних інститутів має високий рівень розвитку. Така ситуація може бути зумовлена тим, що концепт «довіра» є малодосліджуваним і варто втілювати дослідження з розширення уявлень про його сутність.

На основі тесту САН (самопочуття, активність, настрої) засвідчуємо, що середнє значення опитуваних досягає оптимального рівня. Проте у кожній шкалі є специфічний розподіл даних (див. рис. 2).

Лінійні показники уможливають порівняння показників з усіх шкал, тому підкреслюємо, що найвищі показники опитувані мають зі шкали «Самопочуття», де 77% становлять результати середнього і високого рівня. Показники зі шкали «Активність» мають найнижчі показники.



**Рис. 2. Результати самооцінювання опитуваних з самопочуття, активності і настрою (у відсотках)**

Ці результати можна пояснювати тим, що опитувані протягом останнього періоду більше піддаються впливу стресу і такому, з яким вони не встигають впоратися, бо «Активність» (швидкість і темп, рухливість протікання функцій) у порівнянні з показниками з двох інших шкал відрізняється. Для підтвердження цього твердження здійснено перевірку статистичної значущості, за допомогою критерію t-Ст'юдента для залежних вибірок. Відповідно до розрахунків гіпотеза про відмінність між результатами вибірки «Самопочуття», «Активність» і «Настрій» у балах за тестом «САН» підтверджена (див. табл. 1).

*Таблиця 1.*

**Отримані емпіричні значення t-критерію за результатами тесту «САН»**

Назви шкал	«Активність»	«Настрій»
«Самопочуття»	t емп=1,901	t емп=4,326
«Настрій»	t емп=4,981	

Примітки: t кр =1,694

З огляду на це зазначаємо, що варто приділити увагу проблемі активності особистості (швидкість, темп і рухливість протікання функцій) і чинникам, що можуть покращити її динаміку.

Здійснено кореляційний аналіз між шкалами вимірюваних методик на основі результатів вибірки. Отримано кількісні показники взаємозв'язку між значеннями опитуваних. До розгляду подано кореляційні зв'язки слабкої середньої сили (див. табл. 2).

Таблиця 2

### Кореляційний аналіз результатів вибірки

Вимірювані шкали	«Довіра до близького оточення» (анкета А. Татарка)
«Самопочуття» (тест «САН»)	0,404*
«Активність» (тест «САН»)	0,372*
«Настрій» (тест «САН»)	0,515**

Примітки. Де, при  $p \leq 0,05$  - \*(0,344) слабкої сили кореляційний зв'язок;  $p \leq 0,01$  - \*\*\*(0,442) середньої сили кореляційний зв'язок

Прямий слабкої сили кореляційний зв'язок встановлено між шкалами «Самопочуття» і «Довіра до близького оточення», що свідчить про готовність суб'єкта вступати у взаємодію з об'єктом довіри залежно від динаміки самопочуття (стан сил, здоров'я і рівень стомлення). І навпаки, чим вище є рівень довіри до близького оточення, тим більшим може ставати рівень самопочуття, це підтверджують результати Д. Ковальської, яка досліджує близькі взаємостосунки в юнацькому віці, стверджуючи, що міжособистісна взаємодія є джерелом покращення самопочуття [1, с. 40]. З огляду на це, можемо стверджувати, що довіра у близьких відносинах виступає ресурсом для особистості, що, зі свого боку, розширює низку функцій, які вона виконує у житті сучасної особистості.

Прямий слабкої сили кореляційний зв'язок встановлено між результатами шкал «Активність» і «Довіра до близького оточення», що свідчить про те, що ці два показники взаємно обумовлюють один одного і як, з одного боку, швидкість і темп, рухливість протікання функцій уможливають готовність особистості вступати у довірливу взаємодію з об'єктом, так і міжособистісна довіра виступає

ресурсом для ефективності функціонування. Розширюють це твердження результати науковців Т. Ханецької, О. Сидоренко, А. Федоренко, які досліджують психологічні особливості життєстійкості особистості, де зазначено, що життєстійкість можна розвинути, за допомогою низки стратегій [3, с. 43]. Серед стратегій, які формують стан активності: самодисципліна і керування часом; активний спосіб життя; гнучкість, як здатність адаптуватись відповідно до умов. Умовами ефективності всіх стратегій виступає довіра в різних її проявах, з огляду на це, можемо свідчити, що компоненти системи життєстійкості мають взаємний вплив один на одного.

Прямий середньої сили кореляційний зв'язок встановлено між шкалами «Настрій» і «Довіра до близького оточення», що підтверджує висновок, який робить Ю. Шайгородський, досліджуючи довіру як політико-психологічний феномен [4, с. 65]. Дослідник зазначає, що рівень довіри залежить від емоційного сприйняття особистості навколишніх умов, об'єкта довіри. З огляду на це, стверджуємо, що настрій має вплив на рівень прояву довіри, тому що є однією з важливих умов її формування і навпаки, довіра виконує афективну функцію у житті особистості, впливаючи на її настрій, де переживання будуть пов'язані навколо взаємодії з об'єктом довіри.

**Висновки.** Досліджено взаємозв'язок проявів довіри і самопочуття сучасної молоді. Показники результатів опитуваних відповідають оптимальному рівню, що свідчить про їх загальне гарне самопочуття і готовність взаємодіяти соціальними інститутами так і з близьким оточенням, проте більше надають перевагу у довірі останнім. Довіра до близького оточення як акт є ресурсом для сучасної особистості, що полягає у її прямому зв'язку з самопочуттям, активністю і настроєм, які зі свого боку є умовами для формування довіри. У наступних дослідженнях вивчатимемо чинники активності особистості (її швидкість і темп, рухливість протікання функцій) з метою профілактики негативного впливу стресу, наслідки якого доводиться опановувати сучасній молоді в умовах війни.

## Література:

1. Ковальська Д. Близькі міжособистісні стосунки в юнацькому віці. *Актуальні проблеми психічного здоров'я: матеріали Всеукраїнської студентської інтернет-конференції* (25 травня 2023 р., м. Житомир). Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2023. С. 40-42.
2. Лашко О. В. Психологічні чинники розвитку довіри до викладача у студентів технічного університету [Текст] : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ : ун-т ім. Бориса Грінченка, 2021. 20 с.
3. Ханецька Т. І., Сидоренко О. Б., Федоренко А. Ф. Психологічні особливості життєстійкості особистості в ситуаціях невизначеності. *International scientific conference* ( 1-2 November 2023 р., Czestochowa, the Republic of Poland). Baltija Publishing, 2023. С. 40-44.
4. Шайгородський Ю. Ж. Довіра як політико-психологічний феномен. *Політична культура та ідеологія*. 2021. Вип.4. С. 63-69.
5. Sztompka P. Trust: A sociological theory. Cambridge: Cambridge University Press. 1999, 227 p.