

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УНІВЕРСИТЕТ МИТНОЇ СПРАВИ ТА ФІНАНСІВ**

**Факультет управління
Кафедра психології**

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

на тему: «Взаємозв'язок рольової позиції в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісних характеристик у студентів»

Виконала:

студентка групи ПС 21-1
спеціальність 053 «Психологія»
Низова А.С.

(прізвище та ініціали)

Науковий керівник:

д-р мед. наук, професор медичної
психології
Мороз С.М.

(посада, вчене звання, науковий ступінь, прізвище та ініціали)

АНОТАЦІЯ

Низова А.С. Взаємозв'язок рольової позиції в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісних характеристик у студентів.

У роботі розглядається проблема особистісних характеристик студентів, проводиться аналіз кореляцій між домінуючими рольовими позиціями в міжособистісних стосунках (або Его-станами, за теорією Е. Берна) з одного боку та локусом контролю, рівнем ситуативної та особистісної тривожності, особливостями уявлень студентів про них самих та їхнє ідеальне «Я», а також особливостями міжособистісних стосунків студентів — з другого боку, що дозволяє глибше зрозуміти структуру взаємозв'язків між рольовою позицією в міжособистісних стосунках та особистісними характеристиками студентів. Під час написання роботи було розглянуто теоретичні засади дослідження взаємозв'язку рольової позиції в міжособистісних стосунках та особистісних характеристик у студентів, підібрано комплекс психологічних методик. Було продіагностовано та проаналізовано взаємозв'язки певних домінуючих Его-станів та особистісних особливостей і характеристик студентів.

Ключові слова: транзактний аналіз, структурні Его-стани, рольові позиції в міжособистісних стосунках, особистісні характеристики, локус контролю, тривожність, міжособистісні стосунки, соціальні орієнтації, уявлення, студенти.

SUMMARY

Nyzova A.S. The relationship between role position in interpersonal relationships (according to E. Berne's theory) and personal characteristics in students.

The paper examines the problem of students' personal characteristics, analyzes the correlations between dominant role positions in interpersonal relationships (or Ego-states, according to E. Berne's theory) on the one hand and the locus of control, the level of situational and personal anxiety, the peculiarities of students' ideas about themselves and their ideal self, as well as the peculiarities of students' interpersonal relationships — on the other hand, which allows for a deeper understanding of the structure of the relationships between the role position in interpersonal relationships and the personal characteristics of students. During the writing of the work, the theoretical principles of studying the relationship between the role position in interpersonal relationships and personal characteristics of students were considered, a set of psychological methods was selected. The relationships between certain dominant Ego states and the students' personality traits and characteristics were diagnosed and analyzed.

Keywords: transactional analysis, structural Ego-states, role positions in interpersonal relationships, personality characteristics, locus of control, anxiety, interpersonal relationships, social orientations, ideas, students.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ РОЛЬОВОЇ ПОЗИЦІЇ В МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ (ЗА ТЕОРІЄЮ Е. БЕРНА) ТА ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СТУДЕНТІВ	13
1.1. Сутність теорії транзактного аналізу та поняття рольових позицій в міжособистісних стосунках (Его-станів)	13
1.2. Психологічні особливості студентського віку	22
1.3. Саморозвиток студента і запобігання його негативним емоційним станам в контексті можливостей транзактного аналізу	25
Висновки до розділу I	30
РОЗДІЛ II. МЕТОДИКИ ТА ПРОЦЕДУРИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ РОЛЬОВОЇ ПОЗИЦІЇ В МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ (ЗА ТЕОРІЄЮ Е. БЕРНА) ТА ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СТУДЕНТІВ	32
2.1. Структура та процедури емпіричного дослідження.....	32
2.2. Методики дослідження рольової позиції в міжособистісних стосунках та особистісних характеристик студентів	33
Висновки до розділу II	49
РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ РОЛЬОВОЇ ПОЗИЦІЇ В МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ (ЗА ТЕОРІЄЮ Е. БЕРНА) ТА ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СТУДЕНТІВ	51
3.1. Дослідження домінуючих рольових позицій в міжособистісних стосунках студентів	51
3.2. Дослідження особистісних характеристик студентів.....	56
3.3. Взаємозв'язок рольової позиції в міжособистісних стосунках студентів та особистісних характеристик	88
Висновки до розділу III	101

ВИСНОВКИ.....	106
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	112
ДОДАТКИ.....	121
Додаток А	121
Додаток Б	124

ВСТУП

Актуальність дослідження. Нині в житті суспільства України відбуваються серйозні зміни: загострюється економічна криза, триває війна, що впливає на психологічне здоров'я населення, і особливо — студентської молоді, яка згодом не лише являтиме собою рушійну силу економіки країни та її розвитку, але й стане джерелом змін у суспільстві. Проте психіка сучасного студента зазнає потужних негативних впливів соціального, природного та політичного характеру, що не сприяє гармонійному становленню особистості, що може призвести, по-перше, до підвищення рівня особистісної тривожності, збільшення частоти невротичних розладів, низької самооцінки, безініціативності, невпевненості у собі, а по-друге — до погіршення якості міжособистісних стосунків студентів з оточуючими. Все це також обумовлюється дисгармонією у структурі особистості — незлагодженістю між трьома структурними рольовими позиціями в міжособистісних стосунках (Его-станах) Дитини, Дорослого та Батька, що впливає з теорії Е. Берна. Оскільки перелічені вище негативні феномени істотно впливають на самопочуття, якість життя та міжособистісних стосунків студентів, від яких залежить майбутнє країни, важливою частиною сучасних психологічних досліджень повинно стати вивчення того, як саме рольові позиції в міжособистісних стосунках пов'язані з особистісними характеристиками студентів та їхньою Я-концепцією, моделями поведінки у соціумі та типами взаємовідносин у малих групах.

Варто зазначити: аналіз останніх зарубіжних та українських досліджень і публікацій показав, що названа вище проблематика є недостатньо дослідженою, хоч і вбачається нами актуальною та суспільно важливою на цей момент. Наявні іноземні дослідження вивчають взаємозв'язок між Его-станами з одного боку та показниками самостійності, продуктивності, рівнем надії/безнадії, а також особистісними факторами п'ятифакторної моделі особистості — з іншого. З цього

погляду поточне дослідження взаємозв'язку рольових позицій в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісних характеристик у студентів видається новітнім і винятковим, і з цієї причини є питанням, що потребує ретельного вивчення.

У наш час, зважаючи на перетворюючі процеси, що відбуваються в українському суспільстві, набувають особливої важливості такі галузі психології, як *соціальна психологія* та *психологія особистості*. Соціальна психологія вивчає закономірності діяльності людини в умовах взаємодії в соціальних групах, а також соціально-психологічні прояви особистості (вивчення яких передусім полягає у розгляді проблеми впливу малих груп на самооцінку особистості та сприйняття їх особистістю взагалі) та соціально-психологічні явища у великих та малих групах, що містить у собі вивчення проблем лідерства та міжособистісних стосунків). Психологія особистості, в свою чергу, займається вивченням психологічної феноменології особистості — тобто вивчає психічні властивості людини як цілісного утворення, яке має певну структуру, складну систему внутрішніх зв'язків і характеризується індивідуальністю та взаємопов'язаністю з навколишнім середовищем (природним і соціальним). З огляду на це, слід зауважити, що транзактний аналіз Еріка Берна містить у собі і теорію особистості, і теорію міжособистісної взаємодії. Його найважливішою метою як теорії, що дозволяє зрозуміти модель поведінки людини у спілкуванні, є не лише допомога особистості в осмисленні її рольових позицій в міжособистісних стосунках, життєвих сценаріїв та ігор, але й допомога в досягненні нею незалежності, вихованні у неї здатності до прийняття відповідальності на себе за власні почуття, поведінку та життя в цілому, встановлення і підтримки повноцінних злагоджених міжособистісних стосунків, а також здатності до гармонії між спонтанністю, усвідомленістю та близькістю.

У зв'язку з цим тема нашого дослідження являє собою певне поєднання аспектів соціальної психології та психології особистості. Така інтеграція

видається нам принадливою перспективою майбутніх досліджень, що може призвести до плідних, продуктивних, корисних суспільству актуальних результатів — таких, що могли б полягати у вихованні здатності у студентів до гармонійного розвитку, налагодження ефективних міжособистісних стосунків; таких, що відображали б вироблення адекватної самооцінки у студентів, самоповаги, а також здатності виконувати такі дії, які необхідні для увідповіднення реального «Я» з життєвим досвідом особистості, глибинними переживаннями і з ідеальним «Я».

Враховуючи відчутний брак ґрунтовних досліджень з питань вивчення взаємозв'язку Еґо-станів студентів та їхніх особистісних характеристик та Я-концепції, моделі поведінки у соціумі та типи взаємовідносин у малих групах, практичні психологи в університетах могли б сприяти дослідженню цієї проблематики, маючи придатні для цього умови й обстановку, адже це стосується студентів, майбутніх фахівців — головного фактору прогресу нашого суспільства. До того ж, було б доцільно приділити увагу дослідженню тих чинників, що сприяють самореалізації, самоактуалізації та професійному становленню студентів.

Об'єкт дослідження — особистісні характеристики студентів.

Предмет дослідження — взаємозв'язок між рольовими позиціями в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісними характеристиками студентів.

Гіпотезою дослідження є припущення щодо існування взаємозв'язку між рольовими позиціями в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісними характеристиками студентів.

Мета дослідження — теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити взаємозв'язок між рольовими позиціями в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісними характеристиками студентів.

Відповідно до мети дослідження було визначено такі **завдання**:

1. Здійснити теоретичний аналіз теорії транзактного аналізу та концепції про рольові позиції в міжособистісних стосунках Е. Берна;
2. Здійснити теоретичний аналіз психологічної літератури з вивчення психологічних особливостей студентського віку, провідних аспектів студентського періоду та питання саморозвитку студента і запобігання його негативним емоційним станам в контексті можливостей транзактного аналізу;
3. Визначити сутність теорії транзактного аналізу та концепції про рольові позиції в міжособистісних стосунках Е. Берна;
4. Окреслити психологічні особливості студентського віку, провідні аспекти студентського періоду та розкрити питання саморозвитку студента і запобігання його негативним емоційним станам в контексті можливостей транзактного аналізу;
5. Розкрити сутність взаємозв'язку між рольовими позиціями в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісними характеристиками студентів.

Для досягнення поставленої мети та вирішення поставлених завдань було розроблено програму дослідження, для реалізації якої було застосовано комплекс **методів**, серед яких:

- *теоретичні* (аналіз літературних джерел з питань теорії транзактного аналізу та концепції рольових позицій в міжособистісних стосунках Е. Берна, психологічних особливостей студентського віку, провідних аспектів студентського періоду та проблеми саморозвитку студента і запобігання його негативним емоційним станам в контексті можливостей транзактного аналізу);
- *емпіричні* (тестування для виявлення домінуючих рольових позицій в міжособистісних стосунках, а також таких особистісних характеристик: домінуючий локус контролю, рівень вираженості

- ситуативної та особистісної тривожності, домінуючі типи міжособистісних стосунків (переважаючи соціальні орієнтації, уявлення досліджуваних про них самих та їхнє ідеальне «Я», переважаючи моделі поведінки в реальному «Я» та ідеальному «Я»));
- *методи статистичної обробки інформації* (статистичний аналіз за методом ϕ («кутове перетворення Фішера») та кореляційний аналіз за U-критерієм Манна-Уїтні).

Емпірична база дослідження. У дослідженні взяли участь 40 студентів (у віці від 17 до 22 років). З них 4 особи з першого курсу, 14 осіб з другого курсу, 6 осіб з третього курсу та 16 осіб з четвертого курсу. В гендерному співвідношенні вибірка складає: 36 (90%) дівчат і 4 (10%) хлопця.

Теоретичне значення проведеного дослідження полягає в тому, що:

- було поглиблено знання про взаємозв'язок рольової позиції в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісних характеристик студентів;
- поглиблено та деталізовано знання про зміст концепції Его-станів як рольових позицій в міжособистісних стосунках та специфіку їх впливу на особистість;
- розширено уявлення про особистісні характеристики студентів;
- визначено можливі причини проблем у взаємовідносинах студентів;
- окреслено можливості для саморозвитку студента і запобігання його негативним емоційним станам в контексті можливостей транзактного аналізу;
- означено можливі причини діагностованого розподілу вираженості рольових позицій в міжособистісних стосунках у студентів;
- означено можливі причини діагностованого рівня вираженості особистісної тривожності у студентів;

- означено можливі причини виявленої тенденції до проявів студентами домінуючого у них локусу контролю;
- означено можливі причини вираженості соціальних орієнтацій та особливостей моделей поведінки сучасної молоді.

Практична значущість дослідження полягає в тому, що отримані результати можуть бути застосовані психологами-методистами в університетах для розроблення заходів психологічної роботи та психотерапії, які б сприяли гармонізації розвиненості всіх Его-станів у студентів. Результати та висновки емпіричного дослідження доповнюють психологічний доробок з проблеми окреслення особистісних характеристик студентів.

Апробація результатів дослідження.

Результати роботи на тему визначення перспектив транзактного аналізу в розвитку особистості студента і боротьбі з тривожністю в міжособистісних стосунках висвітлені у тезах:

- «Запобігання негативним емоційним станам і тривожності в міжособистісних стосунках студентів у контексті можливостей транзактного аналізу» (*Економіко-правові та управлінсько-технологічні виміри сьогодення: молодіжний погляд: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції 08 листопада 2024 р. : у 2 т. Т. 2. Дніпро: Університет митної справи та фінансів, 2024. С. 388-390) (Додаток А);*

Результати роботи на тему розкриття аспектів взаємозв'язку рольової позиції в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісних характеристик у студентів висвітлені у тезах:

- «Взаємозв'язок рольової позиції в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісних характеристик студентів» (*Цифрове суспільство: міжнародні економічні відносини, управління, фінанси та соціум: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції 25*

квітня 2025 р. Дніпро: Університет митної справи та фінансів, 2025)

(Додаток Б).

Структура роботи.

Робота складається зі вступу, трьох розділів, загальних висновків, списку використаної літератури (57), додатків (2). Зміст роботи висвітлено на 106 сторінках основного тексту, містить 13 таблиць і 17 рисунків.

РОЗДІЛ І

ТЕОРЕТИЧНО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ РОЛЬОВОЇ ПОЗИЦІЇ В МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ (ЗА ТЕОРІЄЮ Е. БЕРНА) ТА ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СТУДЕНТІВ

1.1. Сутність теорії транзактного аналізу та поняття рольових позицій в міжособистісних стосунках (Его-станів).

На сьогодні поняття транзактного аналізу є досить загальноприйнятим, але додаткові уточнення у визначеннях залежать від думки конкретного вченого або дослідника. В загальному плані в сучасній психологічній літературі *транзактний аналіз* описується як:

- «теорія особистості та систематична психотерапія для особистісного зростання та особистісних змін» (за офіційним визначенням Міжнародної асоціації транзактного аналізу) [32];
- психоаналітична теорія і метод психотерапії [41];
- терапевтичний інструмент для позитивних змін та зростання [31];
- форма психоаналізу для особистісного зростання [44];
- психологічна концепція і метод дослідження феномену спілкування [18].

Тож, підсумувавши різні дефініції, можна зробити висновок, що транзактний аналіз — це насамперед теорія, що дозволяє зрозуміти модель поведінки людини у спілкуванні, а також метод психотерапії, який концентрується на якісному, а не причинному боці дослідження міжособистісних стосунків — «Як?», а не «Чому?». За головну мету ця теорія ставить розкрити прихований сенс почуттів і стосунків з іншими людьми і окремо людини з самою собою, навчити розуміти причини поведінки оточуючих та виховати здатність до керування власним життям та перебудови уявлення про нього.

Транзактний аналіз був винайдений американським психологом і психіатром Еріком Берном у 1960-х рр. У сучасній психотерапії цей метод є універсальним, оскільки єднає у собі ключові теми гуманістичної, інтегративної, психоаналітичної та психодинамічної терапії. Проте варто зауважити, що погляди Еріка Берна на особистість людини та спосіб її взаємодії з оточуючими формувалися під впливом ортодоксального психоаналізу Зигмунда Фрейда. Це можна помітити у глибинному переконанні Берна, що фундаментом для еволюції особистості кожної людини є досвід, отриманий у дитинстві, який впливає на подальше доросле життя, і від якого залежить розвиток в майбутньому різного роду психологічно-емоційних проблем і неврозів — ця ідея виступає наріжним каменем транзактного аналізу. Проте надалі позиція Еріка Берна як теоретика почала відзначатися головним чином у вигляді опозиції проти концепції несвідомого Зигмунда Фрейда, внаслідок чого з'явився новий термін на позначення процесу взаємодії між людьми під час спілкування — *транзакція*. Це поняття й очолює список ключових концепцій та принципів транзактного аналізу.

Транзакцію можна визначити як одиницю акту спілкування — певну акцію (тобто дію), що направлена на іншу людину [19]. Її сутність як процесу полягає в тому, що, по-перше, співрозмовники під час розмови виявляють в різній мірі Его-стани, а по-друге, що людина, яка починає розмову, надає певний «стимул транзакції», а після цього отримує від співрозмовника «відповідь транзакції», і навпаки. Цей акт повторюється протягом усієї розмови.

На нашу думку, найголовнішою ідеєю транзактного аналізу є поняття про *рольові позиції в міжособистісних стосунках* (вони ж Его-стани/«Я»-стани/людські ролі у спілкуванні). В своїй книзі «Ігри, у які грають люди» Ерік БERN визначає поняття ролей і зміст кожної з них. Він стверджує, що Его-стани «феноменологічно можна описати як узгоджену систему почуттів, пов'язаних із даним суб'єктом, а в операційному сенсі — як набір узгоджених моделей

поведінки; або прагматично, як система почуттів, яка мотивує відповідний набір моделей поведінки» [1]. Отже, можна характеризувати рольові позиції в міжособистісних стосунках не лише як основні елементи особистості, але й як спосіб мислення, відчуття і поведінки, який здатний формувати особистість у певний момент часу. До того ж, у кожної людини присутні одночасно всі Его-стани, і кожен з них відображає окремий бік особистості, які в сукупності мають вплив на рівень та якість структурування людиною свого часу між життям і смертю, а також на стиль спілкування людини та її взаємодії із соціумом [31].

Згідно теорії транзактного аналізу Еріка Берна, в структурі особистості виділяються три Его-стани: **Батько, Дитина і Дорослий**.

Батько — це рольова позиція особистості, яка заснована на взірцях батьківської поведінки або поведінки значущих дорослих/батьківських фігур. Батько активується або домінує в ситуаціях, коли спогади з дитинства призводять до впливу правил і установок на вчинки і поведінку, які батьки та матері наклали на людину.

Дорослий як Его-стан виражається через розвинене відчуття реальності людини. Він передбачає віру людини в свої здібності та в те, що можна опиратися тиску як ззовні, так і зсередини. Людина, в якій цей Его-стан є домінуючим, здатна впоратися з власними тривогами, самотністю. Такі особистості — це прагматичні реалісти, які наполегливо переслідують свої цілі, розмірковують раціонально. Вони не лише впевнені в собі, а й здатні завойовувати довіру оточуючих.

Его-стан Дитини — це всі внутрішні переживання, які людина переживала з моменту народження. За визначенням самого Еріка Берна, це «набір почуттів, установок і моделей поведінки, які є реліктами власного дитинства» [1]. Дитина містить всі можливі види переживань і емоцій, пов'язаних із втамуванням первинних потреб, таких як, наприклад, голод. Також вона відповідає за контакт з матір'ю, базові емоції — страх, сум або радість та ін., розваги та дозволя. Цей

досвід, отриманий в дитинстві, впливає на стан особистості та інтерпретацію подій протягом усього подальшого життя [35].

Варто зауважити, що існує дві основні моделі рольових позицій: структурна і функціональна/поведінкова (див. рис. 1.1. та рис. 1.2.) [41, 51]:

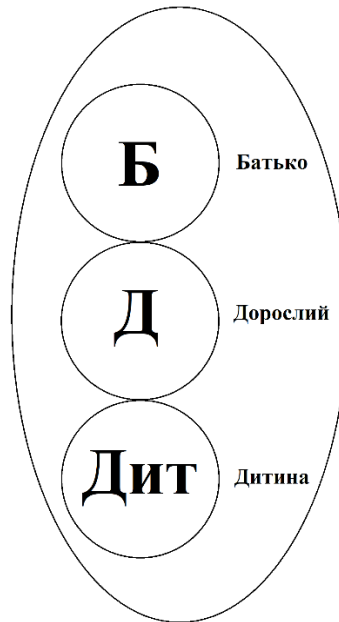


Рис. 1.1. Структурна модель Его-станів в структурі особистості

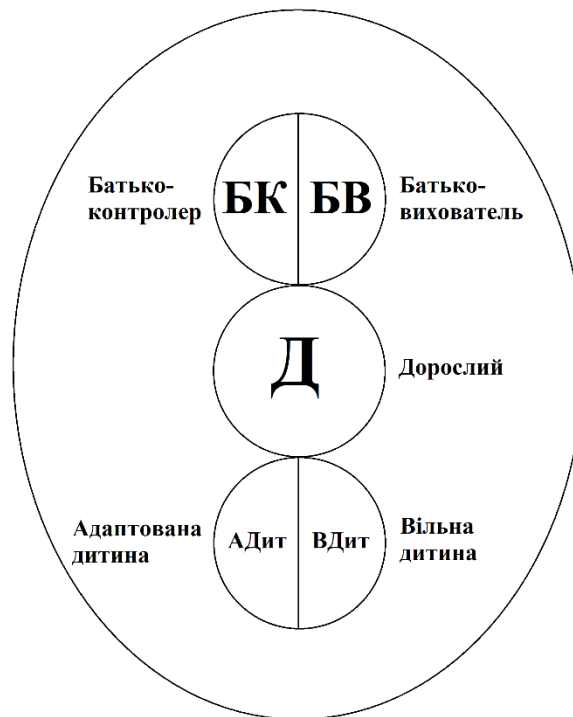


Рис. 1.2. Функціональна модель Его-станів в структурі особистості

Обидві моделі рольових позицій виглядають як «скелет» особистості, окрім того, що функціональна модель є більш розширеною, на відміну від базової структурної моделі, і містить поділ деяких з Его-станів, який дозволяє надати їхні точніші характеристики. Згідно цієї моделі, роль Батька розділяється на Батька-контролера/Батька-критика (стриманий, налаштований критично) і Батька-вихователя (той, що підтримує, чуйний). Роль Дитини, в свою чергу, розділяється на Адаптовану дитину (сильно пристосована до впливу батьків) і Вільну дитину (щира, та, що поводить себе природньо). Роль Дорослого в цій моделі залишається цілісною.

Усі наявні характеристики Его-станів можна підсумувати в таблиці (див. табл. 1.1) [15, 23, 26, 30, 31, 35, 36, 37, 41, 44, 48, 53, 55]:

Таблиця 1.1.

Характеристика Его-станів (за теорією транзактного аналізу Еріка Берна)

	Его-стан		
	<u>Батько</u>	<u>Дорослий</u>	<u>Дитина</u>
Узагальнений короткий опис	Поведінка, установки, судження, набір думок і почуттів, що копіюються і передаються від батьків або значущих опікунів/важливих батьківських фігур (ці особи обов'язково повинні мати владу чи великий вплив на особистість в період дитинства). Це можуть бути публічні і приховані правила, а також моральні ідеали. Таким чином, людина в цьому Его-стані переймає батьківські способи міркування і реагування.	Особливий Его-стан, знаходячись у якому людина спрямована на отримання об'єктивної поточної інформації про світ та оточуючих, здатна до адекватної оцінки подій і прагматичного використання набутого життєвого досвіду. Характеризується здатністю особистості до дедукції, припущень, структурно-логічного міркування.	Поведінка, установки, судження, набір думок і почуттів, що були несвідомо засвоєні з дитинства. Це можуть бути спонтанні реакції і почуття або бажання і потреби, спонукання дитини, що виникають природньо; також це творчі прояви особистості. Знаходячись в цьому Его-стані, людина часто діє і відчуває себе так, як діяла і відчувала себе в дитинстві.

Его-стан як компонент особистості	Такий стан «Я», коли він поділяє настанови батьків.	Раціональний вимір «Я».	Емоційна реакція «Я» на оточуючих або явища.
Закоріненість в...	минулому	теперішньому	минулому
Тип психіки	Екстрапсихіка (поведінка, передана особистості від батьків або значущих, важливих опікунів).	Неопсихіка (здатність до раціонального мислення, що відповідає актуальним потребам особистості).	Археопсихіка (поведінка, засвоєна з дитинства, несвідомі спогади).
Символізм	Культура (ідеали, цінності, сенси: все, що передається з покоління в покоління).	Цивілізація (інновації, інструменти, засоби: все, що стосується прогресу та еволюції людства, накоплення досвіду філогенезу).	Природа (енергія, життя, дух: все, що символізує природні вільні пориви душі).
Сильні сторони	Тверде переконання у власній правоті; впевненість у силі моральних ідеалів і догм; прагнення до опіки і протекції.	Тверезий і адекватний аналіз подій та здатність до передбачення і контролю над ними та своєю поведінкою.	Сприйнятливість до нових ідей, допитливість, легка збудливість; творчий ентузіазм і завзяття до пізнання світу; буйна уява та оптимізм, здатність радіти життю, сонцелюбність.
Слабкі сторони	Усвідомлення своєї «вищості» і використання права покарання; консервативне мислення; безкомпромісність.	Надмірне і часто невинуватене критично-недовірливе ставлення до подій чи оточуючих; брак щирості та природності у поведінці або нестача уяви; недостатнє приділення уваги душевним переживанням, дистанційованість від них.	Імпульсивність, невірноваженість, боязкість, часті сумніви та вагання; беззахисність та наївність.
Типові слова і вирази	В загальному плані безапеляційні . а) <i>спрямовуючі вирази</i> : «Ти (не) повинен...», «Не розумію, як так можна...», «Це	В загальному плані такі, в яких висловлюється думка . а) <i>прислівники та вставні конструкції</i> ,	В загальному плані емоційні . а) <i>егоцентричні вирази</i> : «Не хочу», «Не буду», «Не хочу

	заборонено», «Я тобі допоможу», «Давай поясню», «Я знаю краще», «Що люди подумують!», «Не став питань»; б) <i>судження та вирази, які містять оціночний компонент</i>: нікчема, кмітливий, ідеальний, настирливий, недотепа.	<i>що виражають конкретну особисту думку</i>: «Можливо...», «Ймовірно...», «Я вважаю, що це доцільно», вирази типу «можу-не можу», «Таким чином», «Порівняно з...», «На мою думку», «Порахуймо», «В чому тут користь?»; б) <i>питальні слова</i>: «Яким чином?», «Де?», «Чому?».	і не буду», «Не знаю і знати не хочу»; б) <i>вигуки різної емоційної спрямованості</i>: «Фу ти!», «Як чудово!», «Як огидно!», «От тобі й на!», «Боже мій!»; в) <i>звернення</i>: «Мені так важко, допоможи, я не впораюся», «Ти мене ненавидиш», «Вічно ти на мене кричиш», «Ти мене дістав!», «Ти про це пошкодуєш»; г) <i>аутозневажливі вирази</i>: «Я нікчема», «У мене ніколи нічого не вийде», «Я безнадійний дурень».
Типова інтонація і голос	Інтонація інкримінуюча, або навпаки, поблажлива і співчутлива; критикуюча; голос чіткий і потужний.	Інтонація конкретна; має щільний зв'язок з реальністю і відповідає реальним подіям; голос виразний, мова розбірлива і без зайвих емоцій.	Інтонація афективна; емоційна, палка і чуттєва, поривчаста; голос швидкий і гучний.
Типовий вираз обличчя	Непривітний, або навпаки, стривожений; суворливий, грізний стурбований, понурий.	Широко розплющені очі, очний контакт на одному рівні зі співрозмовником; пильний, сконцентрований погляд.	Журливий, засмучений, або навпаки, вражений.
Типова поза	Владні пози — широко розчепірені лікті, що упираються долонями в боки; поза Наполеона; припіднята рука з вказуючим вгору	Пози, що вказують на уважність до співрозмовника — нахиленість тулуба вперед до нього і поворот голови в його	Розкуті, природні і невимушені пози: теребіння одягу, рухливість, стискання рук у кулаки, знизування

	пальцем — жест звинувачення; поплескування по спині; гордовитий погляд зверху вниз; стукіт по столу.	напрямку; жестикуляція адекватна розмові і ситуації.	плечима, заочування очей, погляд знизу вгору.
Типовий стан	Бундючний, зарозумілий; праведний, добропорядний і поважний.	Сконцентрований і пильний; спостереження і пошук відповіді.	Неповороткий, жвавий і жартівливий, або навпаки, пониклий, розбитий, розгублений.
Тип звернення	Нерівноправне спілкування: «Ви↔Ти» (до Батька звертаються на «Ви», він у відповідь — на «Ти»).	Рівноправне спілкування: «Ти↔Ти» і «Ви↔Ви».	Нерівноправне спілкування: «Ти↔Ви» (до Дитини звертаються на «Ти», вона у відповідь — на «Ви») і «Ти↔Ти».
Особливості	- Існує 2 етапи формування цього Его-стану: <i>ранній Батько</i> (інша назва — «Батько в дитині») (Б1) та <i>повний Батько</i> (Б2). Ранній батьківський Его-стан розвивається в дитині від моменту народження до ≈5 років; повний — від ≈5 років до ≈20 років. - У функціональній/поведінковій моделі Его-стан Батька поділяється на: <i>Батька-контролера</i> (правила поведінки і встановлені норми: твердий, сильний); <i>Батька-вихователя</i> (співчуття, захист і моральна підтримка);	- Не залежить від віку. - Єдиний Его-стан, який у будь-якій моделі (структурній або функціональній/поведінковій) має тільки один прояв.	У функціональній/поведінковій моделі Его-стан Дитини поділяється на: <i>адаптовану Дитину</i> (та, що пристосовується, боїться та відчуває провину і сумніви: ввічлива, спритна і неконфліктна); <i>вільну Дитину</i> (проявляє природні реакції — радість, сум: добра, безпосередня, креативна).

	турботливий, ніжний).		
Цінність	Надання особистості здатності благополучно орієнтуватися в стандартних ситуаціях. Розрахований на використання особистістю нешкідливих, перевірених стереотипів поведінки заради звільнення свідомості від роздумів над звичними і щоденними проблемами. Завдяки цьому Батько виконує роль захисту від стресових і тривожних ситуацій, які характеризуються нестачею часу на розмірковування над вирішенням проблеми, її поетапний аналіз.	Надання особистості здатності успішно долати складні ситуації, що вимагають креативності, абстрактного мислення. Це єдиний Его-стан, який не надає захисту особистості в стресових ситуаціях, оскільки розрахований на вміння людини брати відповідальність за власні вчинки і наслідки прийняття рішень.	Надання особистості здатності до творчості, неординарності, а також відповідає за «розрядку» напруги і отримання необхідних для повноцінної життєдіяльності емоцій та почуттів. Дитина виконує роль захисту від безпорадності людини у випадках відсутності достатньої кількості життєвої енергії для самостійного вирішення проблем або у випадках неможливості опору тиску з боку.

Теорія рольових позицій в міжособистісних стосунках Еріка Берна має велику цінність, тому що її знання допомагає особистості [25, 27, 28, 35, 40, 42, 50, 54, 56, 57]:

- оволодіти принципами управління своїми Его-станами з метою вдосконалення стосунків з оточуючими;
- підвищити власну компетентність до прямих транзакцій заради отримання позитивного, оптимального результату у спілкуванні та уникнення конфліктів і непорозумінь;
- підвищити власну самооцінку в міжособистісних стосунках шляхом вибору поведінки, що адекватна ситуації;
- розвинути лідерські навички і якості та ін.

1.2. Психологічні особливості студентського віку.

Студентський період займає частину періоду пізньої юності та частину періоду ранньої дорослості (приблизно від 17 до 23 років). Завдяки цьому він має низку унікальних характеристик. В цей період в особистості формуються нові психологічні утворення, до яких можна віднести самостійність, соціальну зрілість, активність, прагнення і бажання саморозвиватися, самореалізуватися та пізнавати себе: студенти прагнуть інтенсивної соціалізації, гармонізації системи свого «Я», стійкості. Враховуючи ці особливості, можна стверджувати, що студентський вік є найсенситивнішим і найсприятливішим для навчання і професійної підготовки.

Якщо звертати увагу на *нейрофізіологічні* особливості перебігу студентського віку, що характеризують розвиток ЦНС, то варто зазначити, що в цей період [4, 5, 13]:

- всі аналізатори — органи чуття — досягають максимуму своєї розпізнавальної та абсолютної чутливостей;
- кора ГМ досягає найбільшої пластичності та гнучкості (це пов'язано з формуванням складних навичок, наприклад, психомоторики);
- оперативна пам'ять слухової та зорової модальності характеризується найбільшим обсягом;
- характеристики уваги — обсяг, переключення і вибірковість — досягають максимуму;
- інтелектуальні функції досягають піку свого розвитку;
- всі види почуттів і відчуттів переживають інтенсивний розвиток;
- формується індивідуальний стиль діяльності;
- активно розвивається абстрактне мислення (завдяки пізнавальній діяльності);
- формується унікальний світогляд, узагальнене відображення реальності;
- утворюються глибинні взаємозв'язки між різними сферами дійсності;

- підвищується емоційна чутливість до навколишнього життя та ін.

Студентському віку властиві деякі *психологічні* особливості, які можна певним чином класифікувати (див. табл. 1.2.) [4, 5, 13, 14, 34, 39, 46]:

Таблиця 1.2.

Психологічні особливості студентського віку

Категорія	Характеристики
<i>Професійне самовизначення і діяльність</i>	• поєднання інтелектуальної та соціальної зрілості, що дозволяє формувати високий рівень пізнавальної активності в обраній професії; • самостійність у вирішенні проблем, пов'язаних із вибором сфери майбутньої професійної діяльності після закінчення навчання; • формування прийомів пізнавальної та професійної діяльності; • формування та розвиток різних видів інтелекту, особливо структурованого, у поєднанні з інтелектуальним потенціалом; • професіоналізація знань, умінь і навичок; • формування бази соціально-професійних умінь та ін.
<i>Емоційна та соціальна сфера</i>	• розвиток рефлексії та емпатії; • розвиток моральних, естетичних почуттів, інтерес до питань духовності і моралі; • підвищення потреби в афіліації, соціальних зв'язках і контактах; • розвиток навичок соціальної взаємодії, соціальна спрямованість мислення (соціальний інтелект); • швидке усвідомлення соціальної зрілості; • збільшення набору соціальних ролей, їх опанування та ін.
<i>Особистісне зростання</i>	• продовження розвитку самосвідомості; • реорганізація структури особистості (оскільки людина входить у нові соціальні спільноти); • становлення особистості як суб'єкта особистісного розвитку; • спрямованість на самоствердження; • розвиток особистісного потенціалу, здатності до творчості; • здатність брати відповідальність за своє життя і вчинки та ін.

Особливо важливу роль у студентів відіграє бачення себе — своєї індивідуальності, суспільно-професійної ролі. «Я-концепція» як серцевина особистості переживає становлення в процесі професіоналізації умінь, знань і навичок. Вона є складною формацією і містить такі елементи, як «Я-образ» (неповторність самосприйняття внаслідок закріплення студентом за собою обраної соціально-рольової позиції), емоційно-ціннісне ставлення до себе

(оцінювання власних професійних якостей і особистісних рис, прийняття їх), поведінковий компонент — самопрезентація (дії, породжені «Я-образом») [4, 13].

Іншим значущим аспектом студентського періоду є такий показник особливостей реагування на ситуації, як *локус контролю*. За Дж. Роттером, цим поняттям характеризується сприйняття людиною місцезнаходження причин поведінки, тобто наскільки людина відчуває контроль над своєю поведінкою, навколишнім світом [38]. Для студентів це питання набуває особливої важливості, оскільки, згідно експериментальних досліджень, існує взаємозв'язок локусу контролю з академічними досягненнями: встановлено, що студенти з внутрішнім локусом контролю (тобто такі, що вважають себе джерелом успіху, невдач або подій у своєму житті) завжди мають більш високі академічні досягнення, аніж студенти з зовнішнім локусом (які вважають вплив оточення таким, що визначає їх успіхи чи невдачі) [29, 43, 45]. Причина кращих успіхів студентів-інтерналів полягає в їхній вірі, що їхні власні зусилля, навички чи вдача приведуть їх до очікуваного позитивного результату. В сучасних дослідженнях виділяється навіть окрема категорія локусу контролю на позначення загального очікування студентів щодо своєї здатності змінювати свої академічні результати — *терціарний академічний локус контролю* [48]. Також наголошується на значенні автономії як важливого результату вищої освіти для студента [33]

Окремо варто сказати про особистісну *тривожність* у студентському віці. Її чинниками вважаються особливості «Я-концепції», локус контролю, рівень особистісних домагань і соціально-психологічної дезадаптованості, мотиви афіліації та самоствердження та ін. [2, 3]. Студенти можуть відчувати тривогу різних видів — у вигляді відмови від навчання, тривожності перед іспитом або соціальної тривожності [52], а також із багатьох різних причин [22, 49], і саме тому тривожні розлади є однією з найпоширеніших проблем психічного здоров'я студентів [21, 24, 47]. Внаслідок тривожного стану студенти можуть уникати навчальних занять, ставати більш замкненими у міжособистісних стосунках; у

них погіршується пам'ять, увага та знижується успішність. До того ж, емпіричними дослідженнями було доведено, що тривожність впливає на одну з найважливіших діяльностей студента — пізнавальну [12], а також на їхню самоактуалізацію [6].

Як підсумок, слід зауважити, що кожна особистість унікальна. Завдяки цьому всі особливості фізичного розвитку та становлення психіки, психічних функцій, психологічних якостей — наприклад, якість перебігу, тривалість, рівень і форми проявлення та способи реалізації в повсякденній та професійній діяльності — складають неповторний портрет індивідуально-психологічних властивостей особистості студента.

1.3. Саморозвиток студента і запобігання його негативним емоційним станам в контексті можливостей транзактного аналізу.

Транзактний аналіз представляє собою цінність, оскільки надає людям можливість більш чітко зрозуміти та досягнути, що та яким чином відбувається у їхніх взаємовідносинах одне з одним. Завдяки цьому знанню можна розпізнавати власні та чужі Его-стани, керувати процесами їх прийняття, робити вибір, які сигнали (а також кому та куди) посилати. Таке набуте вміння дозволяє якнайповніше використовувати всі види комунікацій, доступних людині, і, отже, створювати, розвивати і підтримувати кращі стосунки з оточуючими.

Транзактний аналіз базується на гуманістичній філософії, яка полягає в тому, яка полягає в тому, що люди можуть змінюватися, і що всі вони мають право бути проявленими та прийнятими. Ця теорія також здатна допомогти студентам боротися з тривожністю і розвивати такі складові зрілої особистості, як гармонійність та мудрість, духовно-моральна досконалість особистості. Розглянемо детальніше переваги транзактного аналізу для саморозвитку студента.

Перш ніж перейти до огляду основного питання, слід розглянути *види транзакцій*, оскільки деякі з них впливають на власне виникнення стресу і тривожності в міжособистісних стосунках.

Транзакції існують **додаткові** (I і II типів), **пересічні** і **приховані** (ігри) (див. рис. 1.3.) [7, 8, 41, 51]:

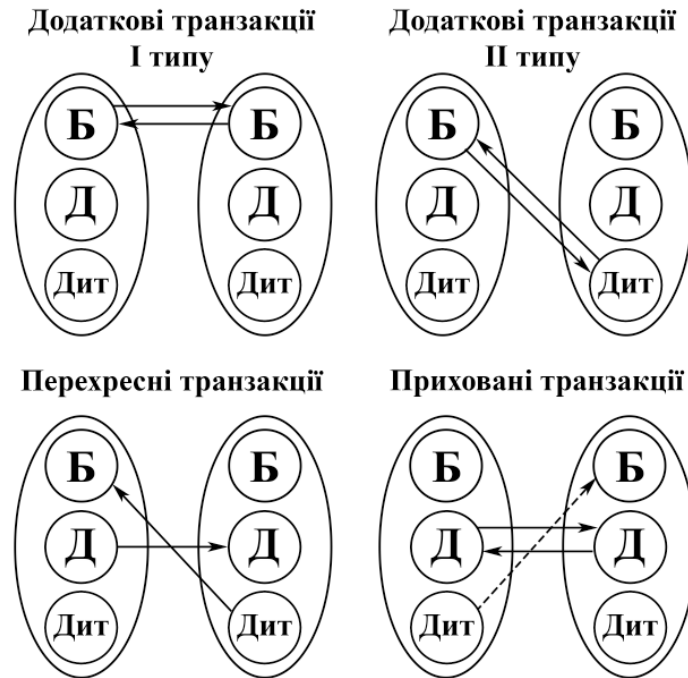


Рис. 1.3. Приклади різних видів транзакцій

Додаткові транзакції — це взаємодії, що характеризується узгодженістю взаємодоповнюючих ролей у спілкуванні, відсутністю конфліктів. Співрозмовники виконують очікувані від них ролі. Такі взаємодії можуть бути I і II типів. *Додаткові транзакції I типу* — це прості стосунки, за яких спілкування проходить між однаковими Его-станами (наприклад, «Батько↔Батько», «Дитина↔Дитина»). Якщо перенести ці взаємовідносини на схему Его-станів, то вектори «стимул-відповідь» будуть розміщені або паралельно, або горизонтально. *Додаткові транзакції II типу* — це теж прості стосунки, але за них спілкування відбувається між різними Его-станами (наприклад,

«Батько↔Дитина», «Дорослий↔Дитина» та ін.). При перенесенні на схему вектори будуть розміщені або під нахилом, або паралельно: важливо, щоб вони не перетиналися.

Перехресні транзакції відбуваються в таких випадках, коли Его-стани співрозмовників не збігаються (наприклад: стимул «Дорослий→Дорослий», а відповідь — «Дитина→Батько»), а також коли реакція на наданий стимул не є очікуваною, бажаною. На схемі відповідні вектори розміщаються перехресно.

Останній особливий вид транзакцій — *приховані* транзакції, які інакше Еріком Берном називаються *іграми*. Їх сутність полягає в тому, що за явним первинним повідомленням ховається зовсім інше за значенням, вторинне повідомлення, або прихований намір. До того ж, відкрите повідомлення виходить від одного Его-стану, а справжнє — від іншого: у підсумку від однієї людини надсилаються два повідомлення одночасно, і це може відбуватися як свідомо, так і несвідомо (наприклад: явне повідомлення від «Дорослого» «Дорослому», а приховане — від «Дитини» «Батьку»; проте відповідь отримується від «Дорослого» «Дорослому»). На схемах явні транзакції умовно позначаються суцільною лінією, а приховані — пунктирною.

В контексті особливостей перехресних і прихованих транзакцій постає проблема тривожності у взаємовідносинах між людьми, і особливо небезпечною вона є для студентів, оскільки студентський вік охоплює частину дорослого етапу в розвитку людини. Перехресні транзакції спричиняють складні стосунки, які, в свою чергу, зазвичай викликають конфлікти, неузгодженість або навіть переривання потоку розмови внаслідок непорозумінь між учасниками, оскільки реакція на стимул не відповідає очікуваній лінії спілкування. Цей вид транзакцій здебільшого зумовлює тривожність, стрес, агресію в стосунках та в загальному плані негативний емоційний стан особистості, що вимагає зміни Его-станів учасників розмови з метою продовження спілкування. Приховані транзакції теж

можуть спричиняти проблеми і конфлікти у взаємовідносинах, оскільки тут є незримий емоційний запит, який ризикує залишитися без відповіді.

Отже, транзактний аналіз може допомогти в боротьбі з *тривожністю* в міжособистісних стосунках і соціумі завдяки [40, 42]:

- **розумінню людиною сутності та функцій Его-станів.** Така навичка може бути потужним інструментом для тих, хто страждає соціальною тривожністю. Тобто, наприклад, якщо людина часто відчуває свою неповноцінність у соціальних умовах (що може свідчити про наявний у неї домінантний Его-стан Дитини), усвідомлення цього може стати першим кроком до змін. Саме це самоусвідомлення є важливим першим кроком до особистісного зростання та самовдосконалення;
- **виявленню нездорових моделей спілкування.** Це вміння може допомогти виявити повторювані моделі та непродуктивні шаблони взаємодій в соціальних ситуаціях і замінити їх на більш здорові стратегії спілкування, що призведе до зменшення рівня тривожності, більш гладкої взаємодії та кращих стосунків;
- **актуалізації Его-стану Дорослого.** Оскільки, згідно теорії Еріка Берна, саме Его-стан Дорослого є тим, до якого потрібно прагнути в своєму розвитку та стилі спілкування, він здатний зменшити тривожність завдяки раціональності і збалансованості погляду на світ, оточуючих і стосунки з ними, сприянню реалістичним інтерпретаціям соціальних ситуацій, що дозволяє зменшувати необґрунтовані страхи і побоювання;
- **встановленню ефективної міжособистісної комунікації.** Ерік БERN у своїй концепції наголошує на важливості чіткого, прямого та шанобливого спілкування, тому що тільки така взаємодія може покращити соціальні стосунки, таким чином зменшуючи соціальну тривожність;

- **«перезапису» негативних переконань.** Транзактний аналіз передбачає виявлення та зміну шкідливих переконань, які могли з'явитися в дитинстві людини. Завдяки цьому переконання і судження стають більш позитивними та реалістичними, такими, що відповідають ситуації.

Окремо варто зазначити, що транзактний аналіз пропонує цінні інструменти навіть у лікуванні прикордонного розладу особистості (який вважається результатом застою в структурному розвитку Его-стану Дитини) і для боротьби з хронічними захворюваннями, тобто для роботи в медичній сфері. Розуміння власних згубних життєвих сценаріїв і навчання їх «переписувати» може допомогти пацієнтам позитивніше ставитися до проблем з їхнім здоров'ям, що, в свою чергу, реструктуризує мислення і покращує якість життя.

До того ж, транзактний аналіз як ефективна модель для *саморозвитку* сприяє [40, 42]:

- ❖ **підвищенню самосвідомості та самоповаги.** Розуміння власної поведінки та вивчення досі невідомих особистості способів взаємодії з оточуючими здатні розвинути самооцінку, тим самим зменшуючи почуття невідповідності в соціумі;
- ❖ **вихованню почуття автономії.** Інтеграція Его-станів може допомогти досягти збалансованої точки зору на різні ситуації, реагувати на них більш гнучким і адаптивним способом. Ця навичка сприяє прийняттю себе та особистісному зростанню, що призводить до усвідомлення своїх особистісних особливостей, свого ідеального «Я», а також до покращення взаємовідносин у малих групах.
- ❖ **розвитку лідерських якостей.** Використовуючи набуті знання про теорію транзактного аналізу, можна навчитись краще розуміти та мотивувати членів своєї команди/групи, сприяючи більш продуктивному та гармонійному робочому середовищу. Таким чином, лідер може

керувати з емпатією, спілкуватися відкрито та ефективно вирішувати конфлікти, що виникають.

Всі ці навички сприяють особистісному росту кожної людини, в тому числі і студентів, чий вік якраз і вирізняється найвищим рівнем сенситивності для розвитку всіх сторін особистості — психологічної, біологічної, соціальної та ін.

Особливо важливим для особистісного зростання студента є навчання самостійності у своєму житті і прийняттю відповідальності за себе і свої вчинки — тобто вихованню інтернального (внутрішнього) типу *локусу контролю* — що і є кінцевою метою терапії за допомогою теорії транзактного аналізу. Також значущим для студента є становлення його автономії. Ерік БERN визначає цю автономію як відновлення трьох життєво важливих людських здібностей — спонтанності, усвідомленості та близькості, що заковані, відповідно, в Его-станах Дитини, Дорослого та Батька.

Висновки до розділу I

В ході теоретичного аналізу було узагальнено інформацію щодо сутності теорії транзактного аналізу Еріка Берна (вивчено детальні характеристики рольових позицій в міжособистісних стосунках згідно транзактного аналізу) та його цінність і перспективи для особистісного зростання студента; також було проаналізовано психологічні особливості студентського віку.

Студентський вік є особливим періодом в житті людини, адже це важливий етап становлення особистості. Цей час надає можливість для повноцінного розкриття потенціалу людини, перетворення ціннісних орієнтацій, формування оновлених соціальних прагнень, а також для розвитку здібностей і навичок, важливих для опанування майбутнього фаху та професії.

Розуміння теорії Его-станів у концепції Еріка Берна дозволяє трансформувати способи спілкування та виключити з їх складу непродуктивні та

негативні установки, моделі мислення. Це може допомогти покращити психічне та психологічне благополуччя особистості, що водночас може призвести до підвищення самооцінки, впевненості, емоційного інтелекту, а також покращення стосунків з оточуючими, що так важливо для чутливого студентського віку.

Транзактний аналіз як дієва модель для управління пропонує можливість запобігання негативним емоційним станам студента, підвищення його самосвідомості, вдосконалення моделей поведінки і способів спілкування не лише в особистому, але й у його майбутньому професійному середовищі. Позитивний вплив цієї теорії виходить за межі повсякденного спілкування і зумовлює появу почуття особистісної реалізації студента в суспільстві.

За результатами теоретичного дослідження було виявлено, що одними із провідних аспектів студентського періоду є особливості «Я-концепції» студентів та їхньої взаємодії в малих групах, тривожність і локус контролю — всі ці чинники впливають на самопочуття і самооцінку студентів, їх способи спілкування з оточуючими. Головну роль в цьому відіграє Его-стан студента як його рольова позиція в міжособистісних стосунках.

РОЗДІЛ II

МЕТОДИКИ ТА ПРОЦЕДУРИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ РОЛЬОВОЇ ПОЗИЦІЇ В МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ (ЗА ТЕОРІЄЮ Е. БЕРНА) ТА ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СТУДЕНТІВ

2.1. Структура та процедури емпіричного дослідження.

Проведене дослідження у вигляді теоретичного вивчення теорії транзактного аналізу Еріка Берна (а саме концепції рольових позицій в міжособистісних стосунках — Его-станів), психологічних особливостей студентського періоду в житті людини, питання перспектив запобігання негативним емоційним станам студента в контексті можливостей транзактного аналізу, а також зроблені висновки дозволили почати проведення експериментальної роботи з вивчення взаємозв'язку рольової позиції в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісних характеристик студентів.

Емпіричне дослідження здійснювалося відповідно до викладених теоретичних положень і проводилося у декілька етапів:

- I етап — попередній, підготовчий (підбір методик для емпіричного дослідження, складання програми статистичної обробки отриманих даних, вибір способу їх інтерпретації);
- II етап — власне діагностичний (емпіричне дослідження взаємозв'язку рольової позиції в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісних характеристик студентів);
- III етап — інтерпретаційний (обробка й аналіз отриманих результатів).

Дослідження проводилося з 03.10.2024 по 29.11.2024 включно. В ньому брали участь 40 студентів (у віці від 17 до 22 років) денної форми навчання

вищого навчального закладу Університету митної справи та фінансів (м. Дніпро). Вибірка складалася з представників спеціальності «Психологія». З них 4 особи з першого курсу, 14 осіб з другого курсу, 6 осіб з третього курсу та 16 осіб з четвертого курсу. В гендерному співвідношенні вибірка складає: 36 (90%) дівчат і 4 (10%) хлопця.

Під час діагностичного етапу емпіричного дослідження був проведений збір емпіричних даних. Досліджуваним студентам було запропоновано пройти комплекс методик в електронному вигляді на платформі Google Forms за необмежену кількість часу. Отримані дані зазнали подальшої статистичної обробки.

Після проведення опитувань була проведена первинна обробка емпіричних даних (рис. 3.1. — 3.14; табл. 3.2.). Після первинної обробки результатів усі досліджувані студенти були ознайомлені з результатами проведених методик: усі бажаючі отримали консультації згідно результатів. За результатами було обговорено: характеристику домінуючих рольових позицій студентів в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна), особливості їхніх уявлень про них самих та їхнє ідеальне «Я», особливості відносин студентів до оточуючих, а також властивості домінуючого у них локусу контролю, рівня особистісної тривожності. Усього за результатами дослідження додаткової консультації потребували 12 студентів, і всі вони надали дозвіл на використання скриншотів з консультацій за результатами методик. Консультації відбулися за допомогою програми для організації відеоконференцій Zoom.

2.2. Методики дослідження рольової позиції в міжособистісних стосунках та особистісних характеристик студентів.

З метою вивчення взаємозв'язку між рольовою позицією в міжособистісних стосунках та особистісними характеристиками студентів (також для виконання

поставлених завдань емпіричного дослідження), було обрано такі психологічні методики:

- ❖ «Опитувальник структурних Его-станів» (P-A-C) (Internal Ego State Questionnaire) — для дослідження рівня вираженості в особистості кожної з трьох рольових позицій у міжособистісних стосунках [11];
- ❖ «Методика дослідження локусу контролю» Дж. Роттера (Rotter's Internal-External Locus of Control Scale) — для дослідження рівня особистої відповідальності [10];
- ❖ «Тест особистісної та ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна (State-Trait Anxiety Inventory — STAI) — для самооцінки досліджуваними рівня їхньої тривожності станом на момент проходження опитувальника і тривожності як характеристики їхньої особистості [17];
- ❖ «Методика діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі (The Interpersonal Diagnosis of Personality) — для дослідження уявлень суб'єкта про себе та своє ідеальне «Я», вивчення його взаємовідносин у малих групах, а також визначення переважного типу відносин до оточуючих [9].

Обрані методики та їхні характеристики можна висвітлити в таблиці (див. табл. 2.1.):

Таблиця 2.1.

Психологічні методики, що були застосовані під час емпіричного дослідження, та їхні характеристики

Блок	Методика	Кількість питань/тверджень в методиці	Призначення методики
I. Виявлення Его-станів	«Опитувальник структурних Его-станів» (P-A-C)	21	Дослідження рівня вираженості в особистості кожної з трьох рольових позицій у

	(<i>Internal Ego State Questionnaire</i>)		міжособистісних стосунках (визначення співвідношення Его-станів Батька, Дорослого та Дитини у структурі особистості, вимір сили їхнього впливу на особистість)
II. <i>Особистісні характеристики</i>	«Методика дослідження локусу контролю» Дж. Роттера (<i>Rotter's Internal-External Locus of Control Scale</i>)	29	Дослідження рівня особистої відповідальності (схильність людини пояснювати причини подій зовнішніми чи внутрішніми факторами)
	«Тест особистісної та ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна (<i>State-Trait Anxiety Inventory — STAI</i>)	40 (20+20)	Самооцінка досліджуваними рівня тривожності в даний момент (реактивна тривожність як стан) і особистісної тривожності (як стійка характеристика людини)
	«Методика діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі (<i>The Interpersonal Diagnosis of Personality</i>)	128	Дослідження уявлень суб'єкта про своє реальне «Я» та своє ідеальне «Я» + вивчення взаємовідносин у малих групах + визначення переважного типу відносин до людей у самооцінці та взаємооцінці

«Опитувальник структурних Его-станів».

Вважається, що цей опитувальник був розроблений Еріком Берном приблизно у 1960 році [36]. Згідно з визначенням Берна, кожен стан «Я» є безпосередньо спостережуваним явищем: тобто таким, що відповідає спостережуваній поведінці, тому що це «послідовна модель почуттів і досвіду, безпосередньо пов'язана з відповідною послідовною моделлю поведінки» [36].

З теорії транзактного аналізу Еріка Берна випливає, що акт спілкування складається з транзакцій (одиниць спілкування), і протягом цього акту та кожної

з транзакцій співрозмовники можуть знаходитися в різних Его-станах, які зі свого боку можуть переходити один в інший. Саме тому в процесі розмови особистість може виявляти себе різною мірою в усіх рольових позиціях, і вони будуть присутні в ній протягом всього життя. Проте слід додати, що особистість, яку можна наділити такою характеристикою, як зрілість, вміє адаптувати себе і свою поведінку в соціумі, продуктивно використовувати різні (в залежності від ситуації) форми своєї поведінки і злагоджено, гармонійно проявлятися в різних Его-станах, враховуючи не лише життєві цілі, установки і бажання, які можуть змінюватися, але й обставини, що складаються навколо.

Отже, «Опитувальник структурних Его-станів» призначений для виявлення пропорційного співвідношення трьох Его-станів в структурі особистості (Батька, Дорослого і Дитини), а також домінуючого Его-стану.

Батько представляє собою встановлені суспільством та особисто батьками людини норми, закони, правила поведінки. Це колективне несвідоме в особистості — накопичена суспільним досвідом культура. Якщо досліджуваний має найбільшу кількість балів саме по цьому Его-стану, його можна охарактеризувати як особистість, що звикла користуватися сталими, вже визначеними моделями поведінки. Також така особистість зазвичай успішно порадиться зі стандартними ситуаціями, економлячи при цьому енергію на роздуми і використовуючи перевірені суспільством і батьками стереотипів поведінки.

Его-стан *Дорослого* є здатністю людини до тверезих, раціональних міркувань та критичного ставлення до оточуючих та навколишнього середовища. Це все найкраще, що присутнє в людині завдяки еволюції, філогенезу. Якщо досліджуваний має найбільшу кількість балів по цьому Его-стану, його можна вважати особистістю, яка може найефективнішим чином взаємодіяти в соціумі, має сили встановлювати цілі та наполегливо втілювати їх в життя. Також така

особистість зазвичай характеризується впевненістю у своїх діях, рішучістю та прагматичністю.

Дитина — це рольова позиція, яка представляє собою різного роду установки, думки, почуття, а також і поведінку, що були засвоєні з дитинства, тобто сукупність несвідомих дитячих спогадів. Дитина зберігає у собі творчу енергію, емоційні пориви душі, потяг до життя і задоволень, життєрадісність. Це все природне в особистості — емоційна реакція внутрішнього «Я» на оточення та обставини. У випадку, коли у досліджуваного цей Его-стан є домінуючим, можна говорити про те, що він у більшості ситуацій слідує за власними почуттями, ніж за раціональними думками. На його поведінку та мислення мають сильний вплив установки і почуття, що з'явилися у дитинстві. Можливо, таку особистість можна було б визначити як дещо егоїстичну та малоздатну самотійно вирішувати складні життєві проблеми, протистояти тиску ззовні, переживати труднощі.

В методиці пропонується оцінити, на який бал (від 1 до 10) досліджуваний згодний з наведеними твердженнями. Всього тверджень 21, і кожне з них задоване під один з Его-станів; відповідно, на кожен з них відведено по 7 тверджень. Для того, щоб визначити домінуючий Его-стан, слід скласти набрані числа і порівняти їх: найбільша сума балів і буде свідченням найвищого ступеня вираженості Его-стану у досліджуваного. Може скластися ситуація, коли після підрахування виявиться, що у досліджуваного дві рольові позиції мають однакову кількість балів. В такому випадку, при відсутності переваги одного з Его-станів, це можна трактувати як ознаку того, що досліджуваний схильний в більшості випадків керуватися саме цими рольовими позиціями в міжособистісних стосунках, змінюючи їх згідно обставин, що його оточують, і в залежності від людей, з якими він найчастіше вступає у взаємодію.

Додатково можна встановити послідовність сум балів, щоб отримати ступінь вираженості всіх рольових позицій і визначити «формулу» структури

особистості. Варто зауважити, що, на думку самого Еріка Берна, для гармонійного стану особистості потрібно, щоб всі три Его-стани були представлені пропорційно приблизно однаково.

Опитування не обмежене часовими рамками, проте зауважується — чим більш відкритим до себе, своїх почуттів і думок, чесним буде досліджуваний в процесі проходження тесту (а також чим більше він буде довіряти відповідям, які надасть інстинктивно (що зазвичай є найщирішими і вірними)), тим більш точними будуть результати.

«Опитувальник структурних Его-станів» Еріка Берна надає можливість визначити домінуючу рольову позицію в міжособистісних стосунках та пропорційне відношення всіх Его-станів в структурі особистості взагалі. Ця методика як додатковий інструмент психотерапевтичної роботи ефективна не лише для того, щоб навчити людину помічати в своїй поведінці прояви Его-станів, але й для кращого розуміння нею своїх реакцій та дій з метою поліпшення навичок взаємодій з оточуючими та покращення якості діалогу з ними.

«Методика дослідження локусу контролю» (Дж. Роттер).

Цей тест, що відповідає концепції біхевіоризму, був розроблений Джуліаном Роттером у 1950-х рр. Локус контролю — це певна якість особистості, що характеризує схильність до надання відповідальності своїх вчинків або дій внутрішнім причинам (рівень здібностей, працелюбність, витрачені зусилля) або зовнішнім силам (везіння, вплив оточуючих на результат).

Історія досліджень локусу контролю починається з гіпотези Роттера, яка полягає в тому, що на поведінку людини можна ефективно впливати нагородами і заохоченнями або покараннями. Оскільки припущення виявилось вірним, стало можливим передбачення ймовірного результату майбутньої поведінки людини. Можна підсумувати теорію таким чином: якщо людина була нагороджена за певні зусилля або працю або заохочена до певного виду діяльності, то вона віритиме у свою здатність вплинути на результат і прагнутиме поставленої мети

зі значно вищою ймовірністю, ніж людина, яка була покарана. Звідси випливає, що очікування мають вплив не тільки на ставлення людини до оточення, її поведінку, але й на її самооцінку.

Саме поняття «локус контролю», згідно теорії Дж. Роттера, ґрунтується на двох принципових положеннях [16].

1. Перше положення: існує два протилежні типи локусу контролю — інтернальний (внутрішній) та екстернальний (зовнішній), оскільки всі люди відрізняються одне від одного за принципом вибору локалізації вищезазначеного контролю над подіями, які є для них важливими, визначальними. Варто зауважити, що людей з «чистим» внутрішнім або зовнішнім локусом не існує, тому що вважається, що кожна людина займає позицію десь у проміжку між цими типами; проте все одно можна простежити тенденції вибору нею одного з типів локалізації контролю.
2. Друге положення: властивий особистості локус є універсальним та надситуативним. Це означає, що він, по-перше, є загальним у відношенні будь-яких ситуацій, з якими повинна впоратися людина, і проблем, які їй доводиться вирішувати; по-друге, цей характерний людині локус буде визначати її поведінку і у випадках неуспіху, невезіння, і у випадках здобутків, тріумфу.

Якщо визначати характеристики і риси інтерналів та екстерналів, то можна зазначити такі відмінності [38]:

- ❖ люди із переважаючим внутрішнім локусом контролю (інтернали) вірять, що *вони* роблять так, щоб речі відбувалися. Це *активна* позиція. Вони вважають, що можуть впливати на своє майбутнє, результат своєї праці; на їхню думку, саме вони є джерелом контролю за їхнім життям та його напрямком. Вони зазвичай сприймають випадки свого повсякденного існування як такі, що можуть контролювати власноруч: тобто здатні розпізнавати подібні випадки, коли долею можна керувати;

- ❖ люди із переважаючим зовнішнім локусом контролю (екстернали) вірять, що речі відбуваються з ними. Це *пасивна* позиція. Вони вважають, що не здатні впливати на результати своєї праці, її визнання, або просто на події у своєму житті: вони не визнають більшість ситуації такими, що можна брати під контроль. На їхній погляд, результати подій залежать від неконтрольованих сил, наприклад, погоди, природних сил, везіння, випадковості, долі або оточуючих.

З метою дослідження рівня особистої відповідальності людини використовується «Методика дослідження локусу контролю» Дж. Роттера. Інша її назва — «Шкала інтернальності-екстернальності». В цьому тесті досліджуваному пропонується оцінити 29 пар тверджень і вирішити, з яким твердженням з кожної пари він згодний більшою мірою. Твердження в кожній парі відображають протилежні типи ставлення до однієї ситуації. В кожній парі досліджуваному дозволяється обрати лише одну відповідь. Кожна відповідь, яка співпадає з ключем, оцінюється в 1 бал відповідно до шкали інтернальності або екстернальності. Варто наголосити, що у теста є особливість: 6 пар тверджень є «фоновими» і не впливають на результат тестування, внаслідок чого максимальний бал, який може отримати у підсумку досліджуваний, рівний 23.

Отже, відносне перевищення суми балів за однією зі шкал може свідчити про переважно домінуючий тип локусу контролю у досліджуваного.

Підсумовуючи, можна сказати, що «Методика дослідження локусу контролю» Дж. Роттера допомагає виявити переважний тип локусу контролю особистості — внутрішній або зовнішній. У процесі психотерапії теорія наuczіння Дж. Роттера і використання його методики можуть виховати в особистості здатність до збалансування обох типів локалізації контролю, а також здатність обирати більш підхожий тип відповідно до ситуації, що склалася. До того ж, ця концепція вчить брати на себе відповідальність за власні вчинки, визначати причини свого невдоволення або невдачі і шукати варіанти можливих дій в таких

випадках. Вона прекрасно підходить для формування в особистості почуття особистої свободи волі.

«Тест особистісної та ситуативної тривожності» (Ч.Д. Спілбергер, модифікація Ю.Л. Ханіна).

Ця методика була розроблена Чарльзом Дональдом Спілбергером у 1966-1973 рр. і потім модифікована Юрієм Львовичем Ханіним у 1976 р. [20] Окрема заслуга Ю.Л. Ханіна як стандартизатора і адаптатора методики полягає в тому, що він виробив оцінювальну шкалу для визначення рівня вираженості кожного виду тривожності, що діагностується в тесті. Унікальність цього тесту визначається тим, що він єдиний, завдяки якому стає можливим відділити в процесі психодіагностики реактивну тривожність від особистісної.

Якщо звертатися до самого Спілбергера щодо пояснення змісту стану тривожності, то, на його думку, «стан тривожності характеризується суб'єктивними, свідомо сприйнятими відчуттями загрози і напруги, що супроводжуються або пов'язані з активацією або збудженням автономної нервової системи» [16].

Під *ситуативною/реактивною* тривожністю розуміється стан особистості в певний момент часу, який розкриває її різноманітні внутрішні переживання — емоції, турботи, занепокоєння, напругу, нервозність, заклопотаність — що переживаються нею на суб'єктивному рівні. Подібний стан зазвичай може виникнути в якості реакції організму у відповідь на певний подразник або екстремальну стресову ситуацію ззовні, які, в свою чергу, можуть мати різний ступінь сили впливу на людини. Реактивна тривожність як стан може відрізнятися у різних людей за рівнем своєї вираженості або тривалістю дії.

Особистісною тривожністю називається риса особистості, яка характеризує відносно стійку індивідуальну якість, що, як і реактивна тривожність, розкриває внутрішні переживання особистості, що переживаються нею особисто. Ці переживання завжди виникають через потужну дію зовнішніх

чинників стресу. Проте в цьому випадку тривожність набуває вже форму мотиву, тобто причини поведінки, внаслідок якої особа починає сприймати порівняно безпечні умови, ситуації й обставини як загрозливі чи потенційно стресові. Саме тому особистість з наявною рисою особистісної тривожності буде реагувати на подібні ситуації неадекватно — таким рівнем тривоги, що не відповідає реальності, справжній величині загрози, що ідентифікується. Небезпекою в цьому разі може бути що завгодно: загроза не лише життю або здоров'ю, фізичній безпеці особистості, але й її самоповазі, гідності, самооцінці. Вважається, що рівень прояву особистісної тривожності визначається минулим досвідом суб'єкта — частотою відчуття ним реактивної тривожності.

Отже, методика має дві підшкали для виміру рівня особистісної та реактивної тривожності. Кожна з цих підшкал складається з 20 тверджень (в сумі кількість тверджень дорівнює 40): перша містить судження, що стосуються тривожності як стану, а друга — тривожності як особливості особистості. Досліджуваному пропонується оцінити, наскільки кожне з тверджень відображає його поточний стан (підшкала ситуативної тривожності) або його самопочуття зазвичай (підшкала особистісної тривожності).

Оцінка відбувається за допомогою шкали інтенсивності: можна обрати одну з 4 відповідей. У підшкалі, що вимірює реактивну тривожність, ці відповіді такі: «зовсім ні», «мабуть, так», «вірно», «цілком вірно»; у підшкалі особистісної тривожності це «майже ніколи», «іноді», «часто», «майже завжди». Кожна надана досліджуваним відповідь оцінюється в 1, 2, 3 або 4 бали залежно від ступеня інтенсивності прояву тривоги. В інструкції також зауважується, що досліджуваному не слід надто довго розмислювати над твердженнями. Ще одна особливість тесту Спілбергера полягає в тому, що у ньому є прямі твердження і зворотні.

Для того, щоб обробити отримані результати, потрібно застосувати спеціально створені формули для підрахунку підсумкових балів за обома підшкалами.

Для підшкали *ситуативної* тривожності ця формула така:

$$СТ = \Sigma 1 - \Sigma 2 + 50$$

(де $\Sigma 1$ – сума закреслених на бланку цифр за пунктами шкали 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18;

$\Sigma 2$ – сума інших закреслених цифр (пункти 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20).

Для підшкали *особистісної* тривожності формула виглядає таким чином:

$$ОТ = \Sigma 1 - \Sigma 2 + 35$$

(де $\Sigma 1$ – сума закреслених цифр на бланку за пунктами шкали 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40;

$\Sigma 2$ – сума інших цифр за пунктами 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39).

Мінімальний бал за кожною з підшкал дорівнює 20, а максимальний — 80. При загальній інтерпретації можна надати таке тлумачення результату: чим вищий отриманий бал, тим вищий передбачуваний рівень реактивної або особистісної тривожності у досліджуваного. Проте якщо оцінювати отримані бали за орієнтовними оцінками (межами), наведеними в модифікації Ю.Л. Ханіна, то досліджуваного можна характеризувати:

- як такого, що має низький рівень тривожності (реактивної чи особистісної), якщо він набрав менше 30 балів;
- як такого, що має помірний рівень тривожності, якщо він отримав результат в діапазоні від 31 до 44 балів;
- як такого, що має високий рівень тривожності, якщо він отримав від 45 балів і більше.

Високі показники особистісної тривожності можуть свідчити про те, що у досліджуваного стан тривоги зазвичай з'являється і в рядових ситуаціях, які людьми з низькою особистісною тривожністю не ідентифікуються як загрозливі

та потенційно стресові. Методика Спілбергера дає можливість зіставити і порівняти результати досліджуваного за обома підшкалами тривожності, що, в свою чергу, дозволяє визначити рівень впливу травмуючої, стресової ситуації на досліджуваного з урахуванням його суб'єктивної самооцінки цих обставин.

Отже, тест особистісної та ситуативної тривожності Спілбергера-Ханіна дає змогу оцінити рівень особистісної та реактивної тривожності. За її допомогою можна виявити наявність у досліджуваного неврозів, емоційних порушень або навіть захворювань, що мають психосоматичне походження: все це має безпосередній вплив на самопочуття досліджуваного та на процес психотерапії.

«Методика діагностики міжособистісних відносин» (Т. Лірі).

Цей опитувальник був створений групою авторів — Тімоті Лірі, Рені Лефоржем та Р. Сазеком у 1954 р. з метою вивчення уявлень суб'єкта про себе і його ідеальне «Я», дослідження взаємовідносин суб'єкта у малих групах. Методика призначена для виявлення домінуючого типу відношення у суб'єкта до оточуючих у самооцінці та взаємооцінці.

В опитувальнику присутні дві основні шкали, які вимірюють *соціальні орієнтації*: «домінування—підпорядкування» і «товариськість—агресивність/ ворожість». Авторами було встановлено саме ці шкали головними, фундаментальними, оскільки результати саме в їх діапазоні здатні окреслити узагальнене враження про досліджуваного, коли він бере участь у міжособистісній взаємодії.

Проте у схемі фундаментальних шкал вирізняються інші підшкали, тобто додаткові соціальні орієнтації. Автори методики упорядкували їх у формі кола згідно з їх місцем у базовій схемі координат фундаментальних соціальних орієнтацій, і у такий спосіб створили *октанти* — сектори. Як підсумок, з'явилася можливість визначити 8 різних типів міжособистісних стосунків:

- авторитарний;
- егоїстичний;

- агресивний;
- підозрілий;
- той, що підпорядковується;
- залежний;
- доброзичливий;
- альтруїстичний.

Отже, така умовна схема кола дозволяє позначити 4 фундаментальні соціальні орієнтації по горизонтальній і вертикальній вісях, а додаткові — у секторах між ними.

Методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі складається з 128 суджень. З них — по 16 перемішаних одне з одним суджень на всі 8 типів міжособистісних стосунків. Досліджуваному пропонується оцінити, чи відповідають вони його уявленню про себе, а також чи відповідають вони його уявленню про його ідеальне «Я». Зауважується, що важливо бути чесним із собою і щирим у наданні відповідей, і, якщо досліджуваний не матиме повної впевненості у відповіді, йому не потрібно оцінювати судження позитивно у відношенні себе (не відповідати «Так»).

Обробка результатів складається з 3 етапів.

- I. По-перше, потрібно підрахувати кількість набраних досліджуваним балів за кожним з 8 типів міжособистісних стосунків.
- II. По-друге, слід сформувати з результатів психограму — діаграму на умовному колі, що містить соціальні орієнтації. Це потрібно зробити з результатами щодо уявлень досліджуваного і про його реальне «Я», і про ідеальне «Я». Чим більше балів набрав досліджуваний за певним типом, тим більша буде відстань від центру кола за певною октантою. Відповідно, мінімальний бал за кожною з октант може дорівнювати 0, а максимальний — 16. Також слід окреслити межі 4 ступеней вираженості кожної октанти:

- a) результат в діапазоні від 0 до 4 балів — низький ступінь вираженості, адаптивна поведінка;
- b) результат в діапазоні від 5 до 8 балів — помірний ступінь вираженості, адаптивна поведінка;
- c) результат в діапазоні від 9 до 12 балів — високий ступінь вираженості, екстремальна поведінка;
- d) результат в діапазоні від 13 до 16 балів — екстремальний ступінь вираженості, поведінка, схильна до патології.

Після відмічання результатів на колі необхідно поєднати їх одне з одним, внаслідок чого утвориться діаграма типу «рози вітрів», що надасть можливість дослідити уявлення досліджуваного про його особистість і його бажане ідеальне «Я». Отриманий означений простір на колі потрібно заштрихувати.

III. По-третє, необхідно визначити показники за фундаментальними соціальними орієнтаціями — «домінування—підпорядкування» і «товариськість—агресивність». Це можна зробити за допомогою формул.

Формула для визначення показників за шкалою «домінування—підпорядкування» має такий вигляд:

$$(I - V) + 0,7 * (VIII + II - IV - VI)$$

Формула для визначення показників за шкалою «товариськість—агресивність» має такий вигляд:

$$(VII - III) + 0,7 * (VIII - II - IV + VI)$$

У такий спосіб отримуємо можливість дослідити і проаналізувати особистісний профіль досліджуваного, визначити ступінь адаптованості його поведінки, охарактеризувати типи ставлення до оточуючих людей та рівні їх вираженості. Вважається, що при надто низькому рівні

адаптовності поведінки можна говорити про неврози, невротичні порушення досліджуваного і про його нездатність приймати рішення в стресових або незвичних ситуаціях.

Окремо слід зауважити, що надто суттєва різниця в психограмі уявлень суб'єкта про себе і психограмі його ідеального «Я» може свідчити про наявність значних розбіжностей в змістах цих уявлень. Зазвичай подібне явище спостерігається рідко. Невелика, помірна різниця показує наявність бажання самовдосконалення у досліджуваного, а повна відсутність різниці може вказувати на його зупинку в саморозвитку.

При інтерпретації результатів за фундаментальними шкалами варто враховувати те, що позитивне значення за шкалою «домінування—підпорядкування» говорить про наявність у досліджуваного прагнення і бажання домінувати, бути лідером у міжособистісній взаємодії; негативне ж значення свідчить про наявну у досліджуваного схильність до покори, підлегливості, поступливості і смиренності, а також про тенденцію до уникання відповідальності, нездатність до виконання керівних і лідерських функцій.

Позитивне значення за шкалою «товариськість—агресивність» вказує на те, що досліджуваний має собі за мету налагодження лояльних, теплих, приязних стосунків з оточуючими і має прагнення до партнерства. Негативне ж значення характеризує досліджуваного як схильного до посідання агресивної, домінуючої та конкурентної ролі в міжособистісних стосунках, яка не спрямована на налагодження добротливих стосунків з оточуючими.

Отже, за найбільш заштрихованими октантами на умовному колі та окремо порашованими результатами за фундаментальними шкалами можна судити про домінуючий тип і стиль міжособистісних відносин досліджуваного:

- *низькі* значення результатів за всіма октантами (в діапазоні від 0 до 3 балів) можуть вказувати на замкнутість, потайність, нещирість

досліджуваного. До того ж, у випадку відсутності в підсумковій психограмі досліджуваного октант, в яких він отримав би результати вище 4 балів, то можна робити висновок про недостовірність результатів дослідження;

- значення результатів, що приблизно *дорівнюють 8 балам* і не виходять за цю межу, характеризують гармонійну особистість;
- значення результатів, що є *вищими за 8 балів*, говорять про наявність певних особистісних акцентуацій у досліджуваного, враховуючи, в якій з октант були отримані такі результати;
- якщо досліджуваний набрав бали, що *близькі до максимального* — приблизно в діапазоні від 14 до 16 балів — то це свідчить про наявні у нього значні труднощі в міжособистісних стосунках, в процесі проходження ним соціальної адаптації.

Також при інтерпретації слід враховувати, що перша половина типів міжособистісних відносин (які відповідають першим чотирьом октантам) — авторитарний, егоїстичний, агресивний і підозрілий — надають характеристику досліджуваному в сфері його прагнень до домінування в соціумі і міжособистісних стосунках; свідчать про наявність чи відсутність схильності до лідерства і керівництва, здатності незалежно висловлювати свою думку, а також здатності стійко відстоювати свої погляди під час конфліктної ситуації. Якщо досліджуваний має високі результати за цією площиною кола, то його можна характеризувати як такого, хто рідко невдоволений своїм характером, положенням в соціумі або роллю в міжособистісних стосунках. Варто додати, що якщо розглянути його результати за іншими октантами, то можна встановити напрямок, за яким він як особистість рухається в своєму саморозвитку з метою самовдосконалення і змін в міжособистісних відносинах. Також таким чином можна визначити рівень осмислення ним проблем, з якими він стикається під час

спілкування, і наявність чи відсутність у нього внутрішньоособистісних ресурсів на зміни.

Друга половина типів міжособистісних відносин (які відповідають останнім чотирьом октантам) — той, що підпорядковується, залежний, доброзичливий і альтруїстичний — відтворюють інші деталі особистісного портрету досліджуваного, такі як наявність чи відсутність у нього поступливості, лагідності, покладистості і схильності до конформістської позиції в міжособистісних стосунках, нерішучості, переважання установки на вирішення проблем і конфліктів шляхом компромісів.

Як підсумок, можна сказати, що завдяки «Методиці діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі можна дослідити уявлення досліджуваного про себе і його ідеальне «Я», а також його домінуючий тип міжособистісних відносин. У такий спосіб з'являється можливість оцінити не лише якість міжособистісних стосунків досліджуваного, але й його відношення до себе самого, до свого ідеалу себе, а також ступінь задоволеності досліджуваного цими стосунками і його позицією в них. У разі виявлення значної неадаптивності поведінки у досліджуваного можна судити про наявність у нього певних невротичних розладів, порушень у здатності встановлювати доброзичливі стосунки і здатності приймати рішення.

Висновки до розділу II

Підтверджено актуальність соціально-психологічного підходу до дослідження особистісних характеристик студентів. Була зазначена структура і процедура проведення емпіричного дослідження.

Для досягнення поставлених мети та завдань було підібрано наступний блок психодіагностичних методик:

- ✓ «Опитувальник структурних Его-станів»;

- ✓ «Методика діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі;
- ✓ «Методика дослідження локусу контролю» Дж. Роттера;
- ✓ «Тест особистісної та ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна.

Було описано шкали, зазначені в цих методиках. Розроблено та здійснено програму емпіричного дослідження, в якому взяли участь 40 студентів (у віці від 17 до 22 років) денної форми навчання вищого навчального закладу Університету митної справи та фінансів (м. Дніпро). Вибірка складалася з представників спеціальності «Психологія». З них 4 особи з першого курсу, 14 осіб з другого курсу, 6 осіб з третього курсу та 16 осіб з четвертого курсу. В гендерному співвідношенні вибірка складає: 36 (90%) дівчат і 4 (10%) хлопця.

За результатами первинної обробки даних були проведені додаткові індивідуальні консультації для бажаючих за допомогою технологій та сервісів дистанційного спілкування.

РОЗДІЛ III

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ РОЛЬОВОЇ ПОЗИЦІЇ В МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ (ЗА ТЕОРІЄЮ Е. БЕРНА) ТА ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СТУДЕНТІВ

3.1. Дослідження домінуючих рольових позицій в міжособистісних стосунках студентів.

Наступним кроком після підготовки теоретичної бази емпіричного дослідження та встановлення переліку психологічних методик для його проведення буде аналіз отриманих в процесі емпіричного дослідження даних. Його доцільно розпочати з розгляду результатів, отриманих за допомогою методики *«Опитувальник структурних Его-станів»*.

За результатами цієї методики було виявлено, що у жодного досліджуваного не є домінуючим Его-стан Батька: кожен з досліджуваних вирізняється домінуючим Его-станом або Дитини, або Дорослого. Крім того, 1 досліджуваний вирізняється тим, що має однаковий рівень прояву Его-станів Дитини та Дорослого, тобто один переважаючий Его-стан у нього відсутній.

Відповідно:

- 20 досліджуваних (50%) характеризуються домінуючим Его-станом Дорослого;
- 19 досліджуваних (47%) характеризуються домінуючим Его-станом Дитини;
- 1 досліджуваний (3%) характеризується проявом Его-станів Дорослого та Дитини в рівній мірі.

Отриманий розподіл можна проілюструвати за допомогою діаграми (див. рис. 3.1.):

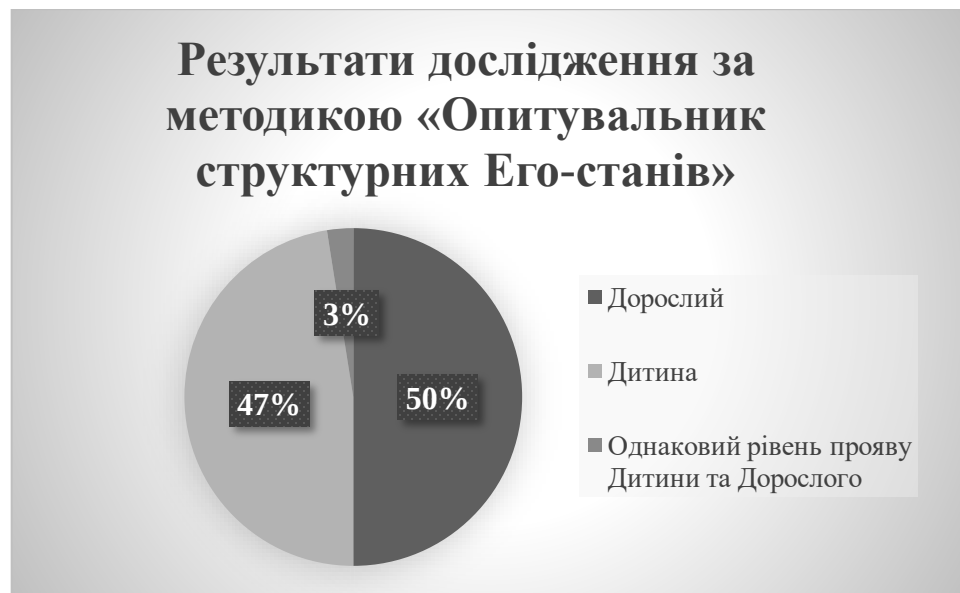


Рис. 3.1. Результати дослідження за методикою «Опитувальний структурних Его-станів»

Слід надати роз'яснення, яке б розтлумачило можливі причини отримання подібного розподілу домінуючих Его-станів серед студентів.

Оскільки серед досліджуваних не було виявлено жодного випадку переважання Его-стану Батька, це може вказувати на те, що для студентів цей Его-стан (як і його сутність, моделі реагування і поведінки, всі його характеристики) більше не являє собою цінність. Подібний феномен міг сформуватися в результаті соціальної трансформації суспільства, його цінностей та ідеалів. Можна зробити припущення, що для студентів (що являють собою зріз сучасної молоді) установки, судження та правила, набуті в дитинстві, а також взірці батьківської поведінки, що зазвичай копіюються дітьми і передаються їм від батьків або значущих батьківських фігур, не є ключовими та вагомими для визначення ними способу їхньої поведінки в соціумі та в міжособистісних стосунках. Інакше кажучи, сучасну молодь не можна охарактеризувати як таку, що переймає батьківські способи міркування і реагування, поділяє настанови батьків.

У зв'язку з тим, що Батько як Его-стан символізує *культуру* — всі ідеали, стандарти поведінки, цінності, традиції, сенси, що передаються з покоління в покоління, — можна припустити, що все перелічене сучасній молоді не представляється таким, що заслуговує на особливу увагу, та не має для неї вирішального значення для визначення способів взаємодії з оточуючими.

Призначенням Батька як частини структури особистості за теорією Е. Берна є виховання здатності ефективно поратися зі повсякденними ситуаціями з метою уникнення стресу та тривоги під час виконання пересічних завдань (завдяки звільненню свідомості людини від роздумів над звичними проблемами). Нерозвиненість Его-стану Батька у досліджуваних, з одного боку, робить їх більш самостійними, творчими та незалежними у виборі власних стратегій поведінки у соціумі (чого зазвичай і прагне сучасна молодь), а з іншого — може негативно впливати на їхню захищеність від стресових і тривожних ситуацій, оскільки студенти можуть використовувати невиправдано велику кількість часу на розмірковування над стандартними задачами і проблемами, із вирішенням яких могли б допомогти батьківські взірці поведінки.

З огляду на відсутність у досліджуваних домінуючого Его-стану Батька, можна зробити висновок, що їм не властиві такі характеристики, як неухильне переконання у власній правоті, впевненість у силі моральних ідеалів і догм або прагнення до опіки і протекції. Вони не вважають себе «вищими» за інших і тому не користуються цією «вищістю» з метою покарань, не вирізняються консервативним мисленням і безкомпромісністю.

Кількість досліджуваних студентів, що мають домінуючий Его-стан Дорослого, приблизно дорівнює кількості досліджуваних студентів, що мають домінуючий Его-стан Дитини. Тому можна прийняти, що рівень розвиненості цих Его-станів у молоді на однаково високому рівні.

Внаслідок добре розвиненого Его-стану Дитини у сучасної молоді її можна вважати такою, що піддається впливу емоцій, суджень і думок, що були

несвідомо засвоєні в дитинстві. Позитивним наслідком розвиненого Его-стану Дитини у студентів є їхня більша розкутість у прояві почуттів, природня емоційність і творчість. Вони також ініціативні, допитливі, схильні до оптимістичного сприйняття світу, життєрадісні. Проте негативним ефектом можуть бути такі характеристики молоді, як гарячкуватість, надмірна довірливість, залежність, впадання в крайнощі та лякливість.

Оскільки Его-стан Дитини як частини структури особистості за теорією Е. Берна призначений для виховання в особистості вміння «розряджати» напругу, можна вважати, що сучасним студентам ця характеристика властива, як і вміння захищати себе від стресових ситуацій, на самостійне вирішення яких не вистачає життєвої енергії.

Причини високого рівня розвиненості у студентів Его-стану Дитини можна знайти в перетворенні сучасного суспільства. Нині широко розповсюджується нова культура, що спрямована на вивільнення природніх емоцій, творче вирішення внутрішніх конфліктів за допомогою поширення психотерапевтичних підходів і методів. Люди вивчають, як працюють емоції, розвивають власний емоційний інтелект, вчаться емпатії, досліджують власну психологію, і тому усвідомлюють власну природу, приймаючи її та плекаючи, надаючи собі можливість вільно використовувати творчі пориви душі без їх придушення. Завдяки цьому збільшується кількість людей по всьому світі, що відчують певне піднесення, що виникає через самовираження і самоприйняття. Метаморфози сучасного суспільства можна порівняти з катарсисом у процесі психотерапії — перенесенням у свідомість пригнічених, раніше несвідомих почуттів і спогадів, внаслідок якого виникає емоційна «розрядка». Таким чином, у людей з'являється можливість емоційного вивільнення, і вони можуть пізнати переваги в тому, щоб бути самими собою й ефективно використовувати власні здібності, адже відреагування емоцій завжди призводить до звільнення внутрішніх сил — тих ресурсів, які колись застосовувалися лише з метою

підтримки захисних реакцій. Всім цим явищам, звичайно, сприяє гідний розвиток соціальних і психологічних наук, а також популяризація психологічних знань на рівні мас, що докорінно змінює суспільство у сенсі його світогляду.

Внаслідок добре розвинутого Его-стану Дорослого у сучасної молоді можна охарактеризувати її як таку, що має добре розвинене відчуття реальності, що її оточує: молоді люди виявляють здатність до раціонального і практичного сприйняття світу. Вони ладні старанно йти до своєї мети, досягати цілей власними зусиллями за допомогою наполегливої праці. Вірогідно, що сучасні студенти вирізняються адекватною самооцінкою та впевненістю у собі. До того ж, вони здатні до ефективного використання набутого життєвого досвіду на практиці, до об'єктивного аналізу подій і оточуючих, контролю над власною поведінкою. Негативний бік високого рівня розвитку Его-стану Дорослого може робити студентів надто критичними та скептично налаштованими щодо світу. Їм часом може не вистачати щирості в прояві емоцій або відмежування від душевних переживань і почуттів.

Его-стан Дорослого як частини структури особистості за теорією Е. Берна теж, як і решта Его-станів, виконує важливі функції: він призначений для виховання в особистості здатності не лише благополучно поратися зі складними ситуаціями та конфліктами, що потребують креативного підходу, а також здатності брати на себе відповідальність за власне життя, вчинки та їхні наслідки.

Корені високого рівня розвиненості у студентів Его-стану Дорослого ми також вбачаємо в наслідках тих змін, що супроводжують сьогоденне суспільство, яке зараз можна охарактеризувати таким, що виховує в собі здатність до усвідомленості. Нині дедалі більше людей осягає важливість керування власним життям, прийняття відповідальності за вчинки та їхні наслідки. Вони розвивають в собі винахідливість, підприємливість, здатність ухвалювати складні рішення та готовність до скрутних ситуацій, а також відчують свою важливість для соціуму. Варто додати, що на цей час поширюються тенденції до раціонального

мислення, що має на увазі здатність точніше та об'єктивніше розуміти події та інших людей. Люди навчаються краще розуміти себе, свої думки, устремління та поведінку, а також і оточуючих; багато хто покращує своє розуміння соціальних процесів, які відбуваються в сучасному світі, і ставиться до них з розумінням та усвідомленістю, оскільки формує в собі звичку до аналізу навколишнього світу, що полегшує його сприйняття й адаптацію до його мінливості.

В своїй концепції Ерік БERN підкреслював важливість гармонійної розвиненості всіх трьох Его-станів, тобто щоб всі рольові позиції в міжособистісних стосунках були рівномірно представлені в структурі особистості людини. Проте нині та незбалансованість прояву Его-станів у досліджуваних студентів, що має на увазі певну придушеність Его-стану Батька, окреслює тенденції розвитку сьогоденного суспільства взагалі. Ця нерозвиненість Его-стану Батька спричиняє, з одного боку, цілком негативні наслідки у вигляді нерозкритих можливостей особистості, що є для неї життєво необхідними (наприклад, таких, як рівень її першорідної захищеності від тривожності), проте є відображенням перетворення нашого суспільства, яке призводить до незворотніх змін: трансформуються його цінності, культура, норми поведінки, звичаї, погляди та моральні ідеали — всі ті неписані закони, що склалися історично, мали під собою культурну основу та особливості національного характеру. Все це зараз переживає докорінні зміни, які, безумовно, впливають на кожну людину, що знайшла собі місце в цьому суспільстві.

3.2. Дослідження особистісних характеристик студентів.

За результатами «*Методики дослідження локусу контролю*» Дж. Роттера було виявлено, що більшість досліджуваних студентів — 26 (65%) — є екстерналами, тобто у них є переважаючим зовнішній локус контролю. Зі свого боку, інтерналів, тобто студентів із переважаючим внутрішнім локусом контролю, у вибірці майже у 2 рази менше — 14 (35%).

Отриманий розподіл можна проілюструвати за допомогою діаграми (див. рис. 3.2.):

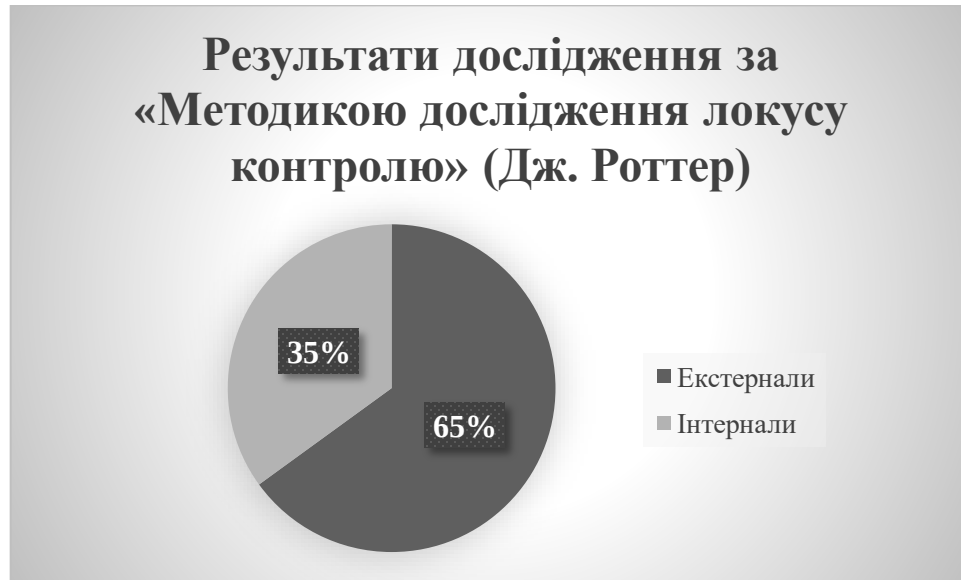


Рис. 3.2. Результати дослідження за методикою «Методика дослідження локусу контролю» (Дж. Роттер)

Перед початком аналізу результатів варто коротко відзначити відмінності екстерналів від інтерналів. Люди з домінуючим зовнішнім локусом контролю зазвичай не вірять, що наділені можливостями впливу на події, що відбуваються в їхньому житті, і часто не вбачають сенсу у намаганнях брати під контроль більшість ситуацій. Таким чином, екстернали мають глибинне переконання, що плоди їхньої діяльності, їх оцінка оточуючими або наслідки певних дій залежать від сил, які не підвладні їхньому контролю. На відміну від них, люди з домінуючим внутрішнім локусом контролю впевнені в тому, що мають можливість впливати на власне життя, результати своєї діяльності та оцінку їх оточуючими. Інтерналі вірять, що їхнє майбутнє — тільки в їхніх руках.

У результаті проведення методики на визначення локусу контролю можна прослідкувати тенденцію переважання саме екстерналізму серед студентської молоді. Оскільки і екстернальність, і інтернальність взаємозалежні з великою

кількістю психологічних процесів, з рисами особистості, темпераментом, характером людини, виявлена тенденція до проявів студентами зовнішнього локусу контролю нашоухує на деякі думки щодо можливих причин її появи. Такими причинами можуть бути:

- ✓ прагнення *зберегти* не тільки *власну самоповагу, гідність*, а й, можливо, навіть *репутацію* в очах значущих інших. Студенти можуть виявляти бажання *зберегти емоційну стабільність* при умові наявності перманентного негативного оцінювання їхньої діяльності оточуючими. Таким чином, схильність приписувати відповідальність за наслідки та результати дій на оточення та навколишній світ може слугувати *психологічним захистом*, певним «рубежем», що оберігає від нервової перенапруги та стресового стану, а також допомагає при адаптації до негативних оцінок ззовні;
- ✓ «*навчена безпорадність*» (фрустрація дослідницької активності). Студенти внаслідок певних подій, що негативно вплинули на їхню здатність до пошукової активності, можуть припиняти спроби покращення свого психологічного стану, шукати вихід із важкої ситуації, що склалася, проявляючи при цьому апатію, і, можливо, протягом багатьох років навіть відчуваючи депресію;
- ✓ *негативний минулий досвід*, що відбивається на майбутніх діях та бажанні визнавати відповідальність за собою;
- ✓ *гіперпротекція* з боку батьків або значущих батьківських фігур / *авторитарне виховання* (ці явища, в свою чергу, впливають на появу «навченої безпорадності»);
- ✓ *фрустрація соціального інтересу*. Оскільки соціальний інтерес відіграє вагому роль в здатності людини до адаптації до навколишнього світу, втрата його безумовно впливає на психологічний стан і на можливості благополучної взаємодії з оточенням.

- ✓ *низький рівень задоволеності життям* (який, до того ж, може бути результатом фрустрації соціального інтересу);
- ✓ *своєрідність і унікальність каузально-атрибутивних зв'язків кожної людини, особистісних схильностей, уявлень самої людини про себе й уявлень інших про неї, вплив суджень і оцінок значущих інших щодо діяльності людини;*
- ✓ *індивідуальність світосприйняття, що викликана неповторністю особистісних якостей кожної людини;*
- ✓ *чинники, які встановлюють самі студенти, що, на їхню особисту думку, впливають на їхні здобутки, або, навпаки, їхню відсутність;*
- ✓ *високий рівень самопошани й гордості* (а особистості з низьким рівнем — інтернали — зазвичай беруть відповідальність за власний неуспіх на себе);
- ✓ *вплив війни на психологічний стан студентів.* Оскільки вони можуть розглядати війну як обставини, на які кардинально неможливо вплинути, як ситуацію, яку неможливо вирішити їхніми силами, вони можуть не бачити не лише можливостей виходу із становища, що склалося, але й перспектив для власного бажаного розвитку, задоволення базових потреб, та у результаті проявляти низький рівень задоволеності життям, що прямо впливає на розвиток екстерналізму. Таким чином, студенти відчують щоденний дискомфорт або пригнічення, усвідомлюючи, що не здатні цього уникнути.

Отже, у зв'язку з тим, що більшість студентів проявляють схильність до екстернальності, вони можуть характеризуватися багатьма специфічними саме для цього локусу контролю особливостями поведінки й рисами характеру. Ці характеристики можна впорядкувати за допомогою таблиці (див. табл. 3.1.):

Таблиця 3.1.

Характеристики, що можуть бути присутні або відсутні у досліджуваних студентів внаслідок проявленої ними тенденції до екстерналізму

Характеристики, що можуть бути присутні (поширені риси екстерналів)	Характеристики, що можуть бути відсутні (поширені риси інтерналів)
Невпевненість у власних силах і можливостях, песимізм	Позитивне сприйняття світу, віра у власні сили
Певна схильність до прокрастинації (прагнення відкласти втілення в життя поставлених цілей в туманне майбутнє)	Наявність великої кількості прагнень, бажань, цілей і наполегливість, послідовність у їх досягненні
Мотив на уникнення невдач	Мотив на досягнення успіху
Недостатня результативність власної активності, що виправдовується несправедливими «законами світобудови»	Більш сильна схильність до трудової, соціальної, пізнавальної діяльності
Високий рівень тривожності, емоційна неврайонованість, схильність до аутоагресії у вигляді самообвинувачень	Більш низький рівень тривожності, більша емоційна стабільність навіть в критичній ситуації, екстремальних умовах
Замкненість, малокомунікабельність, висока напруженість, підозрілість в міжособистісних стосунках, більш високий рівень агресивності, конформності	Відкритість, товариськість, дружелюбність, неконфліктність, здатність розташувати до себе, низький рівень агресивності та підозрілості в міжособистісних стосунках
Здатність та бажання ефективно працювати на самоті	Здатність та бажання ефективно працювати в команді
Недостатній рівень соціальної зрілості, асоціальна поведінка	Соціальна зрілість, просоціальна поведінка

Наостанок слід зауважити, що екстернальність й інтернальність варто розглядати також у площині каузально-атрибутивних зв'язків, а не лише розрізняти за поведінковими сферами проявів. Звідси маємо два різних види відповідальності — відповідальність за подолання невдач та відповідальність за причини невдач. На наш погляд, найкращим і найпродуктивнішим варіантом було б використання студентами *екстерналізму в ситуаціях визначення причин неуспіху* й *інтерналізму в ситуаціях визначення стратегії на подолання неуспіху*. У такий спосіб стане можливою не лише підтримка на гідному рівні психологічного здоров'я студентів, але й формування у них адекватної самооцінки, розвиток позитивної Я-концепції, виховання активної життєвої позиції й збереження емоційної стабільності в критичних ситуаціях в нашому мінливому світі.

За результатами опитувальника «*Тест ситуативної тривожності*» Спілбергера-Ханіна було виявлено, що більшість досліджуваних студентів — 32 (80%) — відчували тривожність протягом процесу проходження діагностичних завдань на середньому рівні її інтенсивності, 6 із них (15%) — на високому, і 2 (5%) — на низькому рівні (див. рис. 3.3.):



Рис. 3.3. Результати дослідження за методикою «Тест ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна

Враховуючи результати, отримані за методикою «Тест особистісної тривожності» Спілбергера-Ханіна, цей результат вказує на те, що психодіагностична ситуація, а саме ті умови, в які були поставлені досліджувані заради проведення дослідження, успішно вплинули на їхній психологічний стан і сприяли зниженню їхнього повсякденного високого рівня тривожності. Це означає, що нам вдалося розташувати до себе досліджуваних, завоювати їхню довіру. Оскільки зазвичай багато досліджуваних вирізняються установкою на надання соціально-бажаних відповідей, знижений рівень тривоги під час тестування є гарним показником того, що досліджувані не відчували неприродну

напруженість щодо психодіагностичної ситуації у високому ступені. В свою чергу, це слугує ознакою того, що відповіді досліджуваних за всіма методиками з великою вірогідністю є щирими та достовірними, що дозволяє раціонально й об'єктивно проводити аналіз всіх отриманих результатів.

За результатами опитувальника *«Тест особистісної тривожності» Спілбергера-Ханіна* було виявлено, що більшість досліджуваних студентів — 37 (92,5%) — у повсякденному житті переживають перманентну тривогу на високому рівні її інтенсивності, 3 (7,5%) — на середньому, і 0 (0%) — на низькому рівні (див. рис. 3.4.):



Рис. 3.4. Результати дослідження за методикою «Тест особистісної тривожності» Спілбергера-Ханіна

У зв'язку з тим, що абсолютна більшість досліджуваних студентів мають високий рівень особистісної тривожності, вони можуть зазвичай сприймати навколишній світ як такий, що сповнений повсюдними небезпеками, загрозами. Стан перманентної тривоги негативно впливає не лише на результати навчальної чи майбутньої професійної діяльності, але й на якість життя, здатність

встановлювати довірливі стосунки з оточуючими, поведінку, психічне здоров'я особистості, рівень врівноваженості та самоконтролю. До того ж, якщо вчасно не скоригувати таку проблему, вона може призвести до розвитку передневротичного стану. Всі ці наслідки не сприяють гармонійному професійному становленню студентів, благополучному визначенню ними власної соціальної, суспільно-професійної ролі, заважають встановлювати потрібні соціальні зв'язки і контакти, розвивати та реалізовувати власний особистісний потенціал.

На виникнення тривожності як стійкої особистісної риси може впливати велика кількість факторів. Зазвичай багато з них діють на людину одночасно, тобто в комплексі, викликаючи безперервний психологічний дискомфорт. До того ж, стресові ситуації часто можуть неодноразово повторюватися, що зумовлює появу постійної готовності до переживання подібного стану тривоги й напруження, внутрішньої конфронтації з ним. Якраз внаслідок регулярності відчуття тривожності, воно міцно закарбовується в психіці та перетворюється з ситуативної реакції на турбуючу ситуацію в сталу особистісну якість.

Можливі причини високого рівня особистісної тривожності у студентів можна розділити їх на два типи — зовнішні та внутрішні. До *внутрішніх* належать *фізіологічні порушення* (наприклад, хімічні зміни в ГМ, гормональний дисбаланс, порушення функціонування лімбічної системи, що відповідальна за регуляцію емоцій, порушення діяльності лобних / скроневих / тім'яних / центральних зон кори ГМ, генетично обумовлена схильність до тривожності, тривожних розладів, порушення мотиваційної сфери діяльності і т.п.), *неправильний спосіб життя* (велике навчальне або робоче навантаження без достатнього відпочинку, ненормований навчальний або робочий день, нестача сну, нездорове харчування, недостатня кількість фізичних навантажень і т.п.), а також *особистісні фактори* (високий рівень відповідальності, нереалістичні очікування щодо власної особистості або неадекватне сприйняття особою самої

себе (встановлення жорстких рамок і надто високих стандартів щодо себе), невпевненість у собі, відсутність віри у власні сили, занижена самооцінка та негативна Я-концепція, труднощі в адаптації до оточення, навколишнього світу).

Варто додати, що зовнішній локус контролю — схильність до екстернальності — теж може сприяти підвищенню рівня особистісної тривожності. Висока особистісна тривожність у екстерналів може видаватися самосуперечною, оскільки екстернал захищає себе тим, що не бере відповідальність за власні невдачі на себе, звинувачуючи обставини. Проте цей феномен містить у собі цілком закономірний причинно-наслідковий взаємозв'язок: невизначеність ситуації прямо корелює з емоційною напруженістю. Екстернали не відчують за собою можливості контролю за ситуаціями й подіями, а це створює враження постійного перебування в ситуаціях більшої неясності, чим якби подібну ситуацію сприймав інтернал, і тому викликає посилення емоційного напруження. А оскільки серед досліджуваних студентів більшість є екстерналами, особистісна тривожність як стійка риса дійсно могла закріпитися в них внаслідок їхнього локусу контролю.

До можливих *зовнішніх* джерел стійкої особистісної тривожності студентів відносяться: війна, постійні стресові ситуації, внаслідок яких з'являються психологічні травми і нервові виснаження, невизначеність ситуації, несприятливі умови навколишнього середовища (які сприймаються особистістю як безнадійні та безперспективні для особистісного розвитку та самореалізації), сімейні конфлікти або напруженість взаємовідносин із родичами. До того ж, сюди можна віднести занепокоєння студентів щодо власного фізичного стану й здоров'я тіла, щодо матеріального забезпечення, невдоволення соціальним статусом і соціальним становищем, станом близьких.

Також на високий рівень особистісної тривожності у студентів можуть впливати інформаційна перевантаженість (проведення надто великої кількості

часу в соціальних мережах), нестача спілкування або проблеми в міжособистісних стосунках.

Хоча й здається, що позначатися на негативному психологічному стані студентів можуть різні фактори із перелічених вище та їх поєднання, все ж таки такий чинник, як війна (що включає в себе також і негативний інформаційний вплив), видається одним із найсуттєвіших за ступенем впливу на їхню психіку на цей час і, відповідно, на високий рівень вираженості у них особистісної тривожності.

Результати, отримані завдяки *«Методиці діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі*, дозволили виявити деякі особливості уявлень студентів про самих себе та їхнє ідеальне «Я», вивчити особливості їхніх взаємовідносин у малих групах, а також визначити переважний тип їх відносин до оточуючих.

Варто зауважити, що жоден досліджуваний не отримав низьких значень результатів *за всіма октантами* (від 0 до 3), і кожен з них має у своїй підсумковій психограмі октанти, в яких наявні результати вище 4 балів. Це вказує на щирість, відкритість і відвертість досліджуваних у наданні відповідей в процесі проходження методики, достовірність результатів.

Розглянемо їх послідовно, одночасно ілюструючи рисунками (див. рис. 3.5. — 3.12.), починаючи з перших 4 октант, що відображають прагнення досліджуваних до домінування в соціумі і міжособистісних стосунках, свідчать про наявність чи відсутність у них схильності до лідерства і керівництва, здатність незалежно висловлювати свою думку, а також здатність стійко відстоювати свої погляди під час конфліктної ситуації.



Рис. 3.5. Результати дослідження уявлень студентів про власні орієнтації на авторитарність в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* та в *ідеальному «Я»*

Отримані дані визначають середнє значення орієнтацій на авторитарність в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* (7,5 балів — помірний рівень вираженості) та в *ідеальному «Я»* (6,1 бали — помірний рівень вираженості). Оскільки рівень вираженості є помірним в обох випадках, це відображає досить гармонійне співвідношення уявлень досліджуваних і в певному плані схожість їхньої поведінки в реальному «Я» та в ідеальному «Я». Проте кількість співпадінь рівня вираженості орієнтацій на авторитарність в реальному «Я» та в ідеальному «Я» — 1 (2,5%), що означає, що абсолютна більшість студентів бажає змін у своїй поведінці в реальному «Я».

Результат свідчить про наявність у студентів в *реальному «Я»* вираженої, міцної і стійкої орієнтації на авторитарність в міжособистісних стосунках. Тому їх в загальному плані можна охарактеризувати як особистостей наполегливих, хвацьких, діяльних та активних, проте вони зовсім не завжди зможуть взяти на

себе роль лідера чи керівника або взагалі успішно поратися з їхніми функціями — чи то в ситуаціях, що потребують ініціативності, ідейності та добровільності, чи то під час виконання доручених їм завдань, прийняття рішень, контролю за їх виконанням і регулювання офіційних стосунків в робочому середовищі. Вони нерідко можуть вимагати поваги до себе, визнавати себе авторитетом. Також їм може бути властива схильність повчати, давати поради з будь-яких приводів, виконувати роль наставника, вихователя.

Результати за шкалою авторитарних орієнтацій *в ідеальному «Я»* показують виражено суперечливе ставлення студентів до авторитарності. З одного боку, у них присутнє бажання зменшити власний рівень авторитарності в міжособистісних стосунках (наприклад, 15 досліджуваних з низьким рівнем авторитарності *в ідеальному «Я»* (37,5%) у порівнянні з 7 досліджуваними з низьким рівнем авторитарності *в реальному «Я»* (17,5%)), але одночасно саме за цією шкалою маємо найбільшу кількість відповідей, що належать до високого рівня вираженості (7 відповідей — 17,5% вибірки). До того ж, шкала авторитарних орієнтацій *в ідеальному «Я»* єдина, де присутні відповіді, що належать до екстремального рівня вираженості (3 відповіді — 7,5% вибірки). Тому, ймовірно, необхідність і корисність орієнтацій на авторитарність в уявленнях студентів є спірною: вірогідно, вони вбачають у них манеру поведінки, що суперечить моральним засадам суспільства та зазвичай осуджується ним, проте одномоментно визнають їх або як найвигідніший спосіб самозахисту в міжособистісній взаємодії, або як найпродуктивнішу загальну стратегію поведінки. Такий спосіб дій міг бути напрацьований внаслідок отримання відповідного життєвого та комунікативного досвіду. Це може означати, що в своєму ідеалі поведінки в міжособистісних відносинах студенти, з одного боку, ще менше бажають брати на себе лідерські чи керівні функції, ніж в реальному «Я», а з іншого боку — вони можуть розцінювати владність, силу як традиційні атрибути не просто сильної, домінантної, вольової особистості, але й як життєво

необхідні якості для відстоювання своєї позиції та думки в міжособистісних стосунках.



Рис. 3.6. Результати дослідження уявлень студентів про власні орієнтації на егоїстичність в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* та в *ідеальному «Я»*

Отримані дані визначають середнє значення орієнтацій на егоїстичність в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* (5,925 балів — помірний рівень вираженості) та в *ідеальному «Я»* (4,075 бали — низький рівень вираженості). Оскільки рівень вираженості не є однаковим в реальному «Я» та в ідеальному «Я», можна припустити, що студенти мають бажання зменшити прояви егоїстичності у своїй поведінці. Цікавим є також той факт, що кількість співпадінь рівня вираженості орієнтацій на егоїстичність в реальному «Я» та в ідеальному «Я» — 6 (15% вибірки), що є найбільшою кількістю співпадінь серед всіх типів міжособистісних стосунків. Це означає, що найбільша кількість студентів найбільш задоволені ступенем прояву саме егоїстичності в міжособистісних стосунках.

Результат свідчить про наявність у студентів *в реальному «Я»* стійкої орієнтації на егоїстичність в міжособистісних стосунках. Тому їх в загальному плані можна охарактеризувати як особистостей, що, з одного боку, не мають особливо виражених егоїстичних рис, таких як використання інших у власних корисливих інтересах, задоволення власних потреб за рахунок інших і перекладання відповідальності та провини на них, самозакоханість, нарцисизм, байдужість до оточуючих; проте, з другого боку, студенти можуть часто орієнтуватися на себе — свої почуття, думки та судження, бути зосередженими на собі, власних відчуттях. До того ж, у них можлива наявність схильності до суперництва, змагань і конкуренції, налаштованості на перемогу.

В результатах за шкалою орієнтацій на егоїстичність *в ідеальному «Я»* помітне бажання студентів зменшити рівень егоїстичності в міжособистісних стосунках (різниця між середнім балом в реальному «Я» та в ідеальному «Я» складає майже 2 бали у зв'язку з тим, що більше студентів бажають проявляти егоїстичність на низькому рівні в ідеальному «Я»). Це означає, що в своєму ідеалі поведінки в міжособистісних відносинах вони не бажають зловживати маніпулюванням людьми з метою задоволення власних бажань; отримувати вигоду на шкоду іншим; досягати мети, порушуючи права оточуючих; бути високомірними та презирливими; зосереджувати всі життєві орієнтації на власній особистості.



Рис. 3.7. Результати дослідження уявлень студентів про власні орієнтації на агресивність в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* та в *ідеальному «Я»*

Отримані дані визначають середнє значення орієнтацій на агресивність в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* (7,125 бали — помірний рівень вираженості) та в *ідеальному «Я»* (2,975 бали — низький рівень вираженості). Звідси можна судити про те, що студенти мають виражене бажання зменшити прояви агресивності у своїй поведінці. Кількість співпадінь рівня вираженості орієнтацій на агресивність в *реальному «Я»* та в *ідеальному «Я»* — 3 (7,5% вибірки), що означає, що велика частина студентів не задоволена ступенем прояву своїх агресивних орієнтацій в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»*.

Результат свідчить про наявність у студентів в *реальному «Я»* доволі вираженої орієнтації на агресивність в міжособистісних стосунках, на що вказує велика кількість відповідей, що належать до діапазону від помірного до високого рівня вираженості (85%). Тому студентів в загальному плані можна охарактеризувати як наполегливих, напористих, бойових, завзятих, часто

непоступливих особистостей. Вони вирізняються бадьорістю, жвавістю, енергійністю як під час діяльності, так і під час спілкування. Проте часом вони можуть бути досить категоричними, безкомпромісними, і з цієї причини з ними може бути важко ладнати. Вони часом можуть бути схильні проявляти дратівливість і різкість. Також вірогідно, що студенти можуть бути доволі прискіпливими, критичними, перебірливими і вимогливими до інших.

Результати за шкалою орієнтацій на агресивність в ідеальному «Я» вказують на виражене бажання студентів зменшити рівень агресивності в міжособистісних стосунках (77,5% досліджуваних бажають знизити свій рівень агресивності в реальному «Я» до низького). Це може свідчити про те, що вони визнають цю свою схильність до агресії як певну проблему, що може заважати встановленню гармонійних стосунків з оточуючими, і яка, в свою чергу, потребує коригування. Студенти демонструють прагнення до змін власної поведінки, які полягають в тому, що в своєму ідеалі поведінки в міжособистісних відносинах вони не бажають бути надто різкими, жорсткими і тим більше жорстокими до оточуючих, вороже налаштованими до них, непримиренними й іронічними, порушувати взаємини з іншими і проявляти риси асоціальної поведінки.



Рис. 3.8. Результати дослідження уявлень студентів про власні орієнтації на підозрілість в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* та в *ідеальному «Я»*

Отримані дані визначають середнє значення орієнтацій на підозрілість в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* (7,375 бали — помірний рівень вираженості) та в *ідеальному «Я»* (0,75 бали — низький рівень вираженості). Помітно, що студенти мають сильно виражене бажання звести до нуля прояви підозрілості й недовіри до оточуючих (результати за орієнтаціями в реальному «Я» та в ідеальному «Я» відрізняються один від одного майже в 10 (!) разів). Кількість співпадінь рівня вираженості орієнтацій на підозрілість в реальному «Я» та в ідеальному «Я» — 1 (2,5% вибірки), що можна тлумачити як цілковиту незадоволеність студентів ступенем прояву своїх орієнтацій на підозрілість в міжособистісних стосунках в реальному «Я».

Результат свідчить про наявність у студентів в *реальному «Я»* вираженої орієнтації на підозрілість в міжособистісних стосунках, на що вказує велика кількість відповідей, що належать до діапазону від помірного до екстремального рівня вираженості (77,5%). Тому студентів в загальному плані можна охарактеризувати як скептично налаштованих на встановлення і налаштування дружніх стосунків, нетовариських і замкнених, потайливих і досить відлюдькуватих. Це могло статися внаслідок непереборних складнощів у досягненні взаєморозуміння з іншими, невпевненості студентів у собі, низької самооцінки, внутрішніх конфліктів, страху негативного ставлення оточуючих до них або навіть внаслідок розчарування в людях, фрустрації комунікативних потреб. Тому студенти можуть часто виявляти незадоволеність, бути відчужуватися від навколишнього світу і мати певну ворожість до нього.

Відповіді за шкалою орієнтацій на підозрілість в *ідеальному «Я»* абсолютно однозначні: всі 40 досліджуваних (100%) бажають зниження власного рівня підозрілості в міжособистісних стосунках до мінімально можливого. Це

відображає безсумнівно чітко окреслене визначення студентами подібних своїх тенденцій і проявів підозрілості як проблеми, що перешкоджає встановленню і підтриманню злагоджених стосунків з оточуючими і потребує коригування. Студенти бажають бути щирими, відкритими до світу, а не відірваними від нього. У них присутнє прагнення довіряти іншим людям, встановлювати довірчі міцні стосунки, бути більш впевненими в оточуючих і менш критичними.



Рис. 3.9. Результати дослідження уявлень студентів про власні орієнтації на підпорядкування в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* та в *ідеальному «Я»*

Отримані дані визначають середнє значення орієнтацій на підпорядкування в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* (8,35 бали — помірний рівень вираженості) та в *ідеальному «Я»* (1,23 бали — низький рівень вираженості). Можна помітити, що студенти, як і у випадку з орієнтаціями на підозрілість, категоричні у своєму бажанні знизити рівень проявів підпорядкування іншим. Кількість співпадінь рівня вираженості орієнтацій на підпорядкування в

реальному «Я» та в ідеальному «Я» — 1 (2,5% вибірки), що можна тлумачити як цілковиту незадоволеність студентів ступенем прояву своїх орієнтацій на підпорядкування в міжособистісних стосунках в реальному «Я».

Результат свідчить про наявність у студентів *в реальному «Я»* доволі стійкої орієнтації на підпорядкування в міжособистісних стосунках. На це вказує переважаюча кількість відповідей, що належать до діапазону від помірного до високого рівня вираженості (65%); тут також можна відмітити певну рівномірність у розподілі результатів: 13 студентів із помірним рівнем вираженості орієнтацій на підпорядкування та 13 студентів із високим рівнем. До того ж, шкала підпорядкованості — єдина, де можна побачити найбільшу кількість відповідей, що належать до екстремального рівня вираженості — 6 (15% вибірки). Тому студентів в загальному плані можна охарактеризувати як сором'язливих, несміливих, таких, що легко ніяковіють та розгублюються в неочікуваних або складних обставинах. Вони скромні, сумірні, лагодливі, поступливі та зговірливі, можливо, навіть боязкі; скоріш за все, найчастіше вони сумлінно і чесно виконують поставлені їм завдання та доручення. Ймовірно, вони вирізняються схильністю до поступок на користь інших, пасивності в міжособистісних відносинах; вірогідно, їм властиве бажання і прагнення віднайти опору, підтримку в комусь сильнішому, хто був би здатний їх захистити у різних випадках, коли вони не в змозі самі за себе постояти. Особливо це може стосуватися тих студентів, що мають екстремальний рівень підпорядкованості: вони, крім того, можуть бути не лише емоційно стриманими, але й мати схильність до підпорядкування тому, кого вони вважають сильним, не беручи до уваги ситуацію. Такі студенти часто можуть звинувачувати або засуджувати себе, приписувати собі провину, перебільшуючи масштаби підстав для цього.

Сутність відповідей за шкалою орієнтацій на підпорядкування *в ідеальному «Я»* недвозначна: 39 досліджуваних (97,5%) бажають зниження рівня схильності до підпорядкування в міжособистісних стосунках до мінімального. Тому можна

зробити висновок, як і у випадку з орієнтаціями на підозрілість, що студенти вбачають в підпорядкуванні проблему, перешкоду, що стає на шляху до міжособистісної взаємодії, процеси спільної діяльності та спілкування. Студенти вочевидь воліли б бути більш впевненими в собі, бути вольовими особистостями. Певно, вони бажають змінити свою стратегію поведінки так, щоб саме їхні інтереси враховувалися в першу чергу, а також не бажають класти на вівтар власні вигоди. Скоріш за все, вони невдоволені своєю пасивною роллю в міжособистісних стосунках, і воліли б займати більш активну позицію; можливо, вони бажали б навчитися самі ухвалювати складні рішення, брати відповідальність у власні руки, а не покладатися на сильніших.



Рис. 3.10. Результати дослідження уявлень студентів про власні орієнтації на залежність в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* та в *ідеальному «Я»*

Отримані дані визначають середнє значення орієнтацій на залежність в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* (7,075 бали — помірний рівень вираженості) та в *ідеальному «Я»* (2,30 бали — низький рівень вираженості).

Здебільшого студенти знову рішуче налаштовані у своєму бажанні зменшити рівень прояву залежності від оточуючих (оскільки 87,5% досліджуваних прагнуть зменшити його до низького). Кількість співпадінь рівня вираженості орієнтацій на залежність в реальному «Я» та в ідеальному «Я» — 1 (2,5% вибірки), що можна тлумачити як цілковиту незадоволеність студентів ступенем прояву своїх орієнтацій на залежність в міжособистісних стосунках в реальному «Я».

Результат свідчить про наявність у студентів *в реальному «Я»* доволі стійкої орієнтації на залежність в міжособистісних стосунках. Це відображає переважаюча кількість відповідей, що належать до діапазону від помірного до високого рівня вираженості (77,5%). Тому студентів в загальному плані можна охарактеризувати як смиренних, покірливих, слухняних. Вони часто можуть покладатися на чужу думку (це може бути як думка значущих інших, так і пересічних людей), і причиною може бути насправді відсутність власної думки або нездатність, невміння її представити, аргументувати, захистити. Студенти, вірогідно, нерідко невпевнені у собі, не здатні протиборствувати, чинити необхідний опір в ситуаціях, коли потрібно відстояти свою позицію; вони можуть бути навіть схильні до думки, що інші, на відміну від них, зазвичай мають рацію. Також їм властива тривожність, конформність, довірливість, люб'язність, лагідність і делікатність в стосунках з людьми, і вони, ймовірно, часто очікують від сильніших допомоги, підтримки або порад.

Результати за шкалою орієнтацій на залежність *в ідеальному «Я»* вказують на виражене бажання студентів зменшити рівень залежності в міжособистісних стосунках (87,5% досліджуваних бажають знизити свій рівень залежності в реальному «Я» до низького). Це може свідчити про те, що вони визнають цю свою схильність до залежності як проблему, що заважає встановленню гармонійних стосунків з оточуючими. Студенти демонструють прагнення до змін власної поведінки, які полягають в тому, що в своєму ідеалі поведінки в

міжособистісних відносинах вони не бажають бути надто поступливими, боязливими та довірливими. Вони все ще можуть очікувати від інших допомоги та порад, проте на цей раз без безумовного захоплення оточуючими і безопірності чужій думці.

Особливо цікаві результати було отримано за шкалами орієнтацій на доброзичливість та альтруїстичність.



Рис. 3.11. Результати дослідження уявлень студентів про власні орієнтації на доброзичливість в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* та в *ідеальному «Я»*

Отримані дані визначають середнє значення орієнтацій на доброзичливість в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* (8,5 бали — помірний рівень вираженості) та в *ідеальному «Я»* (3,93 бали — низький рівень вираженості). Помітне бажання студентів зменшити рівень прояву доброзичливості у своїй поведінці (52,5% досліджуваних прагнуть зменшити його до низького). Кількість співпадінь рівня вираженості орієнтацій на доброзичливість в реальному «Я» та

в ідеальному «Я» — 2 (5% вибірки), що можна тлумачити як цілковиту незадоволеність студентів ступенем прояву своїх орієнтацій на доброзичливість в міжособистісних стосунках в реальному «Я».

Результат свідчить про наявність у студентів *в реальному «Я»* твердої орієнтації на доброзичливість в міжособистісних стосунках. Це відображає переважаюча кількість відповідей, що належать до діапазону від помірного до високого рівня вираженості (87,5%). Тому студентів в загальному плані можна охарактеризувати як таких, що зазвичай прагнуть до співпраці, компромісів під час конфліктів. Найчастіше вони віддають перевагу демократичному стилю управління групою, якщо є лідерами або керівниками. Вони нерідко можуть виявляти схильність до конформності, що проявляється на свідомому рівні, бути ввічливими зі своїми співрозмовниками та дотримуватися правил хорошого тону, культури поведінки, правил етикету. Негативним боком може бути «синдром рятівника» у студентів, оскільки при подібному рівні орієнтацій на доброзичливість, як правило, прослідковуються тенденції у вигляді прагнення допомагати всім, намагання заслужити любов групи, займання позиції ентузіаста та ініціатора в групі, що здебільшого призводить до бажаних студентом наслідків: у результаті він відчуває себе у центрі уваги, визнаним членом колективу та отримує прихильність групи, яка виявляється у проявленні приязності та добродушності до студента. До того ж, студентам може бути властиве бажання бути доброзичливими, привітними, товариськими, добросердними внаслідок їхньої орієнтації на отримання соціального схвалення, прийняття їх соціумом, а не на встановлення гармонійних міжособистісних стосунків. Подібне бажання «подобатися усім» і задовольняти потреби та вимоги інших з'являється внаслідок незадоволеної потреби в безумовній любові від батьків. В дорослому житті це впливає на самооцінку, самоприйняття, самоповагу. Тому з метою заповнення «внутрішньої порожнечі», на місці якої повинне бути позитивне самовідношення та почуття власної цінності та

повноцінності, людина прагне бути «зручною», продуктивною, дружелюбною та такою, що завжди готова прийти на допомогу. Варто відмітити, що студентам з їхнім рівнем вираженості орієнтацій на доброзичливість часто властиві такі вторинні механізми психологічного захисту, як придушення та витіснення.

За відповідями за шкалою орієнтацій на доброзичливість *в ідеальному «Я»* видно, що думки та уявлення студентів про бажаний рівень вираженості доброзичливості різняться: 21 досліджуваний (52,5%) бажає зменшення рівня доброзичливості в міжособистісних стосунках до низького, а 19 досліджуваних (47,5%) бажають залишити його на поточному рівні, від помірного до високого. Можна зробити висновок, що деякі студенти вбачають в доброзичливості проблему, що заважає їм у самореалізації, самоактуалізації в міжособистісних стосунках, а інші, навпаки, вбачають в ній ефективну стратегію спілкування і взаємодії. На таке ставлення до орієнтацій на доброзичливість могли вплинути декілька чинників: минулий життєвий досвід, комунікативний досвід, моральні ідеали батьків або суспільства та їхні настановлення, особистісні установки та переконання студентів. Тому, з одного боку, деякі студенти бажають і надалі залишатися поступливими, мирними, дружніми та прихильно налаштованими, а інші, з іншого боку, можуть прагнути позбутися бажання «подобатися усім», стати менш скромними, менш схильними до пристосуванства у відносинах з оточенням, але більш впевненими та рішучими.



Рис. 3.12. Результати дослідження уявлень студентів про власні орієнтації на альтруїстичність в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* та в *ідеальному «Я»*

Отримані дані визначають середнє значення орієнтацій на альтруїстичність в міжособистісних стосунках в *реальному «Я»* (9,05 бали — високий рівень вираженості) та в *ідеальному «Я»* (3,65 бали — низький рівень вираженості). Тут можна знову простежити виражене бажання студентів зменшити рівень прояву альтруїзму у своїй поведінці (65% досліджуваних прагнуть зменшити його до низького). Примітно, що бажання зменшити рівень прояву цих орієнтацій виявляється ще виразніше, ніж у випадку з орієнтаціями на доброзичливість. Кількість співпадінь рівня вираженості орієнтацій на альтруїстичність в реальному «Я» та в ідеальному «Я» — 2 (5% вибірки), що можна тлумачити як цілковиту незадоволеність студентів ступенем прояву своїх орієнтацій на альтруїстичність в міжособистісних стосунках в реальному «Я».

Результат свідчить про наявність у студентів в *реальному «Я»* сильно вираженої орієнтації на альтруїстичність в міжособистісних стосунках. На це

вказує переважаюча кількість відповідей, що належать до діапазону від помірного до високого рівня вираженості (77,5%); крім того, шкала орієнтації на альтруїстичність особлива в двох аспектах. По-перше, тільки за нею можна побачити найбільшу кількість відповідей, що належать до високого рівня вираженості — 21 (52,5% вибірки). В жодній іншій шкалі результати, що належать до високого рівня вираженості, не є переважаючими, що робить орієнтацію на альтруїзм єдиною, яка проявлена здебільшого у студентів на високому рівні вираженості, на відміну від решти орієнтацій, проявлених переважно на помірному рівні. По-друге, за цією шкалою було отримано 5 відповідей, що належать до екстремального рівня вираженості альтруїзму в стосунках (12,5%), і це найбільший результат після результату, отриманого за шкалою підпорядкування. Варто зауважити, що, оскільки альтруїзм є протилежністю егоїзму, отриманий результат зворотно корелює із результатом, отриманим за шкалою егоїстичних орієнтацій: отже, чим менше результати за шкалою егоїстичних орієнтацій, тим більші вони за шкалою альтруїстичних, і навпаки. Це є цілком логічним взаємозв'язком, що підтверджується отриманими результатами за обома шкалами.

Враховуючи ці особливості, студентів в загальному плані можна охарактеризувати як гіпервідповідальних, активних щодо інших. Вони часто жертвують власними вигодами на користь інших. Оточуючі нерідко можуть надавати їм характеристику нав'язливих, гіперопікаючих, надто жвавих, що не завжди викликає у них симпатію. За характером студенти спокійні, врівноважені, добросердні, чуйні, безкорисливі, турботливі й ніжні, мають схильність до емпатії, співчуття й співпереживання. Вони вміють заспокоювати та підбадьорювати у важкій ситуації, на їхню допомогу завжди можна розраховувати. Проте слід додати, що подібна поведінка, як і у випадку з результатом за шкалою орієнтацій на доброзичливість, може бути лише зовнішнім прикриттям, «ширмою» для оточуючих заради створення враження

благодушності: насправді ж вона може ховати за собою особистість з полярними характеристиками, протилежного типу.

Відповіді за шкалою орієнтацій на альтруїстичність *в ідеальному «Я»* показують, що думки та уявлення студентів про бажаний рівень вираженості альтруїстичності знову різняться, подібно до шкали орієнтацій на доброзичливість: 26 досліджуваних (65%) бажають зменшення рівня альтруїстичності в міжособистісних стосунках до низького, а 19 досліджуваних (35%) бажають мати його на рівні в діапазоні від помірного до високого. Тобто можна виснувати, що багато студентів вбачають в альтруїстичності проблему, що заважає їм у налагодженні міжособистісних стосунків, а інші, навпаки, вбачають в ній ефективну стратегію спілкування і взаємодії. Причини такого ставлення студентів до орієнтацій на альтруїстичність можуть бути ідентичні з причинами їхнього ставлення до орієнтацій на доброзичливість: минулий комунікативний досвід, взірці для наслідування, встановлені суспільством або родичами, глибинні особистісні переконання студентів та особливості світосприйняття. У зв'язку з цим, з одного боку, студенти розуміють, що безкорисливе піклування та самовідданість у стосунках важлива, проте, можливо, не в надмірних формах її вираження і не зі всіма людьми, що зустрічаються на життєвому шляху. Отже, деякі студенти бажають і надалі залишатися добровільно безкорисливими, підтримуючими, співпереживаючими та турботливими (оскільки, вірогідно, задоволені результатами такої стратегії поведінки), а інші, з іншого боку, невдоволені наявною у них схильністю до самопожертви у міжособистісних стосунках, і тому можуть прагнути позбутися бажання слідувати високим моральним принципам альтруїзму.

Незважаючи на розбіжності між студентами в уявленнях і думках щодо альтруїстичності та доброзичливості, варто стати на захист цих людських якостей, адже вони важливі для сучасного суспільства. Вони є одними із найважливіших механізмів, на яких базується гармонійна та ефективна соціальна

взаємодія, вони сприяють довірі, щирості, емоційному комфорту у спілкуванні. Слід зауважити, що ці якості можуть допомогти вирішити багато складних викликів сучасного світу, оскільки вони визначні не лише для простих міжособистісних стосунків, а й для злагоджених стосунків між народами, націями, країнами, тому що надають можливість розуміти, відчувати та усвідомлювати культурні відмінності: це, в свою чергу, робить людей емоційно дорослими, зрілими. Люди з високим рівнем орієнтацій на доброзичливість та альтруїстичність здатні служити, що є однією з найвищих за цінністю чеснот — «діяльною любов'ю». Це може бути ознакою високого рівня духовної свідомості, емоційної стійкості особистості, здатності до оптимістичного ставлення до життя — всі ці якості, згідно отриманих результатів, насправді присутні у сучасних студентів, хоч вони поки, можливо, не володіють навичками правильного їх використання. Наявність у них високого рівня альтруїстичності дає надію на відкриття ними нових можливостей для зміни світу й зменшення частоти конфліктів у ньому, виховання громадської свідомості, формування міцних і гармонійних зв'язків на локальному і глобальному рівні.

За «Методикою діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі можливе також визначення показників за двома основними параметрами — «Домінування» (шкала «домінування—підпорядкування») і «Дружелюбність» (шкала «товариськість—агресивність»). Ці параметри можна обрахувати за наступними формулами:

$$\text{«Домінування»} = (I - V) + 0,7 * (VIII + II - IV - VI)$$

$$\text{«Дружелюбність»} = (VII - III) + 0,7 * (VIII - II - IV + VI)$$

Отримані результати можна проілюструвати за допомогою таблиці (див. табл. 3.2.):

Таблиця 3.2.

**Визначення показників за основними параметрами «Домінування» і
«Дружелюбність» (за «Методикою діагностики міжособистісних відносин»**

Т. Лірі) (n = 40)

№ досліджуваного	Домінування	Дружелюбність	№ досліджуваного	Домінування	Дружелюбність
1	2,8	-2	21	-2,3	1,3
2	14	-1,4	22	11,8	-0,4
3	-2	-13,4	23	-1,7	-4,5
4	-12,8	23,6	24	-7,6	3
5	9,6	2,4	25	-1,1	-5,9
6	-15,7	6,1	26	7,5	2,7
7	-0,4	9,6	27	12,2	12,4
8	2,1	6,5	28	-5,4	6,2
9	0,3	-12,3	29	-12	4,4
10	-15	-6,2	30	-2,5	16,7
11	-4,2	0,8	31	-2,7	1,3
12	1,4	9	32	-0,8	7,6
13	-12,8	10	33	13,9	12,3
14	-10,8	15,2	34	2,1	7,5
15	6,5	11,3	35	11,9	-0,7
16	-13,9	-4,3	36	1,4	0,4
17	8,5	14,3	37	-9,4	0,4
18	7,1	-0,3	38	8,8	-1
19	-11,1	10,3	39	8,5	-2,7
20	2,4	12,4	40	-7,9	-18,5

Отримані дані визначають середнє значення показників за параметрами «Домінування» (-0,483) та «Дружелюбність» (3,353) в міжособистісних стосунках: можна зробити висновок, що середньостатистичний студент характеризується незначною схильністю до підпорядкування та доволі чітко окресленою налаштованістю на товариську в міжособистісних стосунках, що й було підтверджено в процесі аналізу результатів за шкалами методики. Тому пересічний студент найімовірніше обере таку стратегію поведінки та взаємодії, що буде вирізнятися деякою скромністю, емоційною стриманістю, поступливістю, чемністю та сумлінністю, а також прагненням до співпраці,

компромісу, схильністю до пристосування. Студенти мають собі за мету налагодження лояльних, теплих, приязних стосунків з оточуючими. Їм властиве бажання безкорисливо допомагати іншим, турбуватися про них та співчувати. Проте також вони характеризуються боязкістю, невпевненістю, сором'язливістю, що не сприяє рішучому прийняттю рішення в критичній ситуації. Вони мають прагнення знайти опору в комусь, хто зможе прийняти на себе відповідальність за них і допомагати в складних обставинах. Також студенти можуть бути схильні до уникання відповідальності, нерідко мати труднощі з виконанням керівних і лідерських функцій.

Додатково було проведене порівняння моделей поведінки, що склалися у студентів в *реальному «Я»*, з тими, що характеризують їхнє *ідеальне «Я»*, тобто які є бажаними. Це було виконано за допомогою порівняння сум, отриманих кожним студентом за *першою половиною* типів міжособистісних стосунків (октанти з 1 по 4, що характеризуються тенденціями до своєрідності, оригінальності, незалежності думки, лідерства та домінування, схильністю до конфліктності) і *другою половиною* (октанти з 5 по 8, що характеризуються тенденціями до конформності, підпорядкування та поступливості, невпевненості, гармонії у стосунках).

Було виявлено, що більшість досліджуваних в *реальному «Я»* вирізняються тенденцією до підпорядкування, а в *ідеальному «Я»* — тенденцією до домінування. Відповідно:

- тенденцією до домінування в *реальному «Я»* характеризуються 14 досліджуваних (35%), а в *ідеальному «Я»* — 29 (72,5%);
- тенденцією до підпорядкування в *реальному «Я»* характеризуються 25 досліджуваних (62,5%), а в *ідеальному «Я»* — 8 (20%);
- однаковим рівнем прояву обох тенденцій в *реальному «Я»* характеризується 1 досліджуваний (2,5%), а в *ідеальному «Я»* — 3 (7,5%).

Отриманий розподіл можна проілюструвати за допомогою діаграм (див. рис. 3.13—3.14):



Рис. 3.13. Дослідження моделі поведінки студентів в *реальному* «Я»

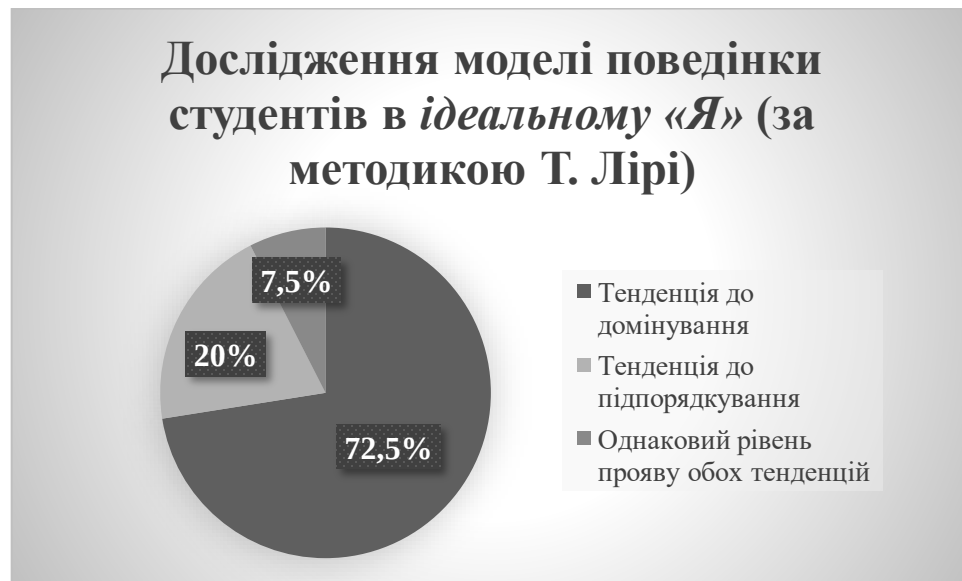


Рис. 3.14. Дослідження моделі поведінки студентів в *ідеальному* «Я»

Згідно отриманих результатів, можна зробити висновок, що стратегії поведінки в реальному «Я» та в ідеальному «Я» у студентів суттєво відрізняються

одна від одної. Помітно, що реальна стратегія поведінки студентів полягає в їхньому прагненні налагоджувати стосунки з оточуючими, досягати взаєморозуміння, вирішувати конфлікти ситуації методом компромісів; але бажана стратегія поведінки студентів полягає у використанні ними енергичності, владності, домінантності з метою зайняти позицію впливового лідера у групі або з метою досягти авторитетного переважання, певної «вищості» в міжособистісних стосунках. Така розбіжність може свідчити про наявність внутрішнього конфлікту, який відображає суперечливі зв'язки з реальністю. Подібне загострене протистояння реальних та бажаних потреб, бажань та обов'язків, моралі суспільства та власних цінностей може не усвідомлюватися студентами, надалі спричиняючи неврози, які, в свою чергу, зазвичай призводять до підвищення тривожності, сильних переживань, хронічного стресу, або навіть депресії. Крім того, негативний внутрішній стан студентів може впливати на їхню здатність встановлювати та підтримувати злагоджені міжособистісні стосунки: під час спілкування можуть з'явитися сварки, дратівливість, напруга та непорозуміння. За результатами дослідження можна припустити, що поки що студенти не зовсім розуміють, хто для них є важливішим у міжособистісних стосунках — вони чи інші. До того ж, варто додати, що відповіді за кожною з октант «Методики діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі, які надала абсолютна більшість студентів щодо власного ідеального «Я», належать здебільшого до низького рівня вираженості. Це може бути ознакою того, що студенти на цей час не визначилися з уявленням про себе як про ідеал. Обрис ідеального «Я» студентів показує, що, вірогідно, вони поки ще не мають чітко окресленої системи цінностей, не з'ясували, які риси особистості для підтримки гармонійних міжособистісних стосунків для них є бажаними. Проте добре помітно, що у них наявне бажання змін в *реальному* «Я». Віднайдення сприятливої для всіх сторін спілкування стратегії поведінки, злагоджене формування самовідчуття й узгодженість між реальним «Я» та ідеальним «Я»

безумовно важливі для сучасної молоді, оскільки призводять до становлення зрілої особистості студентів, їхньої самоактуалізації, самореалізації, гармонійної адаптації, професійного самовизначення, продуктивної професійної діяльності та позитивних змін у сфері міжособистісних стосунків з оточуючими.

3.3. Взаємозв'язок рольової позиції в міжособистісних стосунках студентів та особистісних характеристик.

За результатами опитування було отримано дані, що відображають домінуючі Его-стани студентів (рольові позиції в міжособистісних стосунках), домінуючий локус контролю, рівень вираженості особистісної та ситуативної тривожності, а також особливості ставлення студентів до оточуючих у самооцінці та взаємооцінці, взаємовідносин студентів у малих групах, їхніх уявлень про себе та їхнє ідеальне «Я». Тому наступний крок емпіричного дослідження полягає у статистичній обробці даних, отриманих в результаті первинної обробки відповідей досліджуваних.

Використання статистичних критеріїв для встановлення значущості розбіжностей між Его-станом з одного боку та локусом контролю, рівнем вираженості особистісної та ситуативної тривожності, вираженістю типів міжособистісних стосунків, особливостями «Я»-концепції з іншого боку дозволяє глибше зрозуміти структуру взаємозв'язків між рольовими позиціями в міжособистісних стосунках особистості та перерахованими характеристиками.

Для визначення значущості розбіжностей між вищезгаданими феноменами було використано метод ϕ («кутове перетворення Фішера») та U-критерій Манна-Уїтні.

Критерій «Кутове перетворення Фішера» розраховується за наступними формулами:

$$\phi = \arcsin \sqrt{p} \text{ — формула кутового перетворення;}$$

$$\varphi^* = (\varphi_1 - \varphi_2) * \sqrt{\frac{n_1 * n_2}{n_1 + n_2}} \text{ — формула для оцінки значущості відмінностей часток (відсотків)}$$

U-критерій Манна-Уїтні розраховується за наступною формулою:

$$U = n_1 n_2 + \frac{1}{2} n^* (n^* + 1) - T^*$$

Перед початком аналізу результатів варто зауважити, що, оскільки один з досліджуваних за результатом проходження «Опитувальника структурних Его-станів» не має одного домінуючого Его-стану, всі подальші відповіді за шкалами решти методик цього досліджуваного не були включені до статистичного та кореляційного аналізу та висвітлення в таблицях.

Результат статистичного аналізу між Его-станами та локусом контролю (за критерієм «Кутове перетворення Фішера») представлений в таблицях 3.3. та 3.4.

Таблиця 3.3.

Результат статистичного аналізу між Его-станами та внутрішнім локусом контролю (за критерієм «Кутове перетворення Фішера»)

Его-стан	Кількість досліджуваних, що характеризуються <i>внутрішнім локусом контролю</i>	Кількість досліджуваних, що <u>не</u> характеризуються <i>внутрішнім локусом контролю</i>	Суми	Рівень значущості розбіжностей за критерієм Фішера
<i>Дитина</i>	9 (47,4%)	10 (52,6%)	19 (100%)	$\varphi^* = 1,473$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
<i>Дорослий</i>	5 (25%)	15 (75%)	20 (100%)	

Отримане емпіричне значення φ^* — 1,473 — згідно таблиці критичних значень Фішера, знаходиться в зоні незначущості. Отже, гіпотеза про наявність взаємозв'язку між Его-станами та внутрішнім локусом контролю відхиляється, що означає, що сильного зв'язку між цими параметрами не існує.

Таблиця 3.4.

Результат статистичного аналізу між Его-станами та зовнішнім локусом контролю (за критерієм «Кутове перетворення Фішера»)

Его-стан	Кількість досліджуваних, що характеризуються <u>зовнішнім</u> локусом контролю	Кількість досліджуваних, що <u>не</u> характеризуються <u>зовнішнім</u> локусом контролю	Суми	Рівень значущості розбіжностей за критерієм Фішера
<i>Дитина</i>	10 (52,6%)	9 (47,4%)	19 (100%)	$\phi^* = 1,473$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
<i>Дорослий</i>	15 (75%)	5 (25%)	20 (100%)	

Отримане емпіричне значення ϕ^* — 1,473 — згідно таблиці критичних значень Фішера, знаходиться в зоні незначущості. Отже, гіпотеза про наявність взаємозв'язку між Его-станами та зовнішнім локусом контролю відхиляється, що означає, що сильного зв'язку між цими параметрами не існує.

Таким чином, можна зробити висновок, що рольова позиція в міжособистісних стосунках не пов'язана зі схильністю людини пояснювати причини подій зовнішніми чи внутрішніми факторами, і навпаки. Тому, очевидно, рівень особистої відповідальності пов'язаний з іншими факторами.

Результат кореляційного аналізу між Его-станами і ситуативною та особистісною тривожністю (за U-критерієм Манна-Уїтні) представлений в таблицях 3.5. та 3.6.

Таблиця 3.5.

Результат кореляційного аналізу між Его-станами і сумами рангів ситуативної тривожності досліджуваних та рівень значущості розбіжностей (за U-критерієм Манна-Уїтні)

Его-стан	Сума рангів ситуативної тривожності досліджуваних	Рівень значущості розбіжностей за U-критерієм Манна-Уїтні
Дитина	392,5	$U_{\text{емп}} = 177,5$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Дорослий	387,5	

Отримане емпіричне значення $U_{\text{емп}}$ — 177,5 — згідно таблиці критичних значень Манна-Уїтні, знаходиться в зоні незначущості. Отже, гіпотеза про наявність взаємозв'язку між Его-станами та ситуативною тривожністю відхиляється, що означає, що сильного зв'язку між цими параметрами не існує.

Таблиця 3.6.

Результат кореляційного аналізу між Его-станами і сумами рангів особистісної тривожності досліджуваних та рівень значущості розбіжностей (за U-критерієм Манна-Уїтні)

Его-стан	Сума рангів особистісної тривожності досліджуваних	Рівень значущості розбіжностей за U-критерієм Манна-Уїтні
Дитина	494	$U_{\text{емп}} = 76$ $p < 0,01$ (розбіжності значущі)
Дорослий	286	

Отримане емпіричне значення $U_{\text{емп}}$ — 76 — згідно таблиці критичних значень Манна-Уїтні, знаходиться в зоні значущості. Отже, гіпотеза про наявність взаємозв'язку між Его-станами та особистісною тривожністю приймається, що означає, що між цими параметрами існує міцний взаємозв'язок: *у студентів, що характеризуються Его-станом Дитини, особистісна тривожність як стійка особистісна риса трапляється значно частіше та виявляється значно виразніше, ніж у студентів, що характеризуються Его-станом Дорослого.*

Тому можна вважати, що студенти з домінуючим Его-станом Дитини — особистості, чия рольова позиція в міжособистісних стосунках як компонент

структури особистості відображає емоційну реакцію їхнього «Я» на оточуючих або явища — мають закономірно виражену схильність до високої особистісної тривожності.

Причинами подібного феномену можуть бути особистісні особливості та риси студентів, які викликаються позицією Дитини. Це можуть бути слабкі сторони цього Его-стану: наприклад, імпульсивність, неврівноваженість, боязкість, часті сумніви та вагання, відчуття беззахисності перед тиском та світом у загальному плані. Також причиною може бути розчарування, отримане внаслідок негативного досвіду міжособистісних стосунків, що було підсилене попередньою наївністю студентів з Его-станом Дитини. Таким чином, це можуть бути травмуючі ситуації фрустрації, які й виявляються опісля у посиленій тривозі, роздратуванні або навіть безнадії. Подібні особливості не характеризують рольову позицію Дорослого, що дає підстави стверджувати, що у студентів, що характеризуються домінуючим Его-станом Дорослого, підвищення рівня особистісної тривожності має інші корені.

Результат кореляційного аналізу між Его-станами і першою половиною типів міжособистісних відносин — авторитарним, егоїстичним, агресивним і підозрілим (які відповідають першим чотирьом октантам, що відображають різні аспекти тенденції до домінування в соціумі і міжособистісних стосунках) в *реальному* «Я» та в *ідеальному* «Я» (за «Методикою діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі) (за U-критерієм Манна-Уїтні) представлений в таблиці 3.7.

Таблиця 3.7.

Результат кореляційного аналізу між Его-станами і першою половиною типів міжособистісних відносин (що відображають різні аспекти тенденції до домінування в соціумі і міжособистісних стосунках) в *реальному* «Я» та в

ідеальному «Я» (за «Методикою діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі) (за U-критерієм Манна-Уїтні)

Соціальні орієнтації	Его-стани та суми рангів		Рівень значущості розбіжностей за U-критерієм Манна-Уїтні
	Дитина	Дорослий	
Орієнтації на <u>авторитарність</u> в <u>реальному «Я»</u>	312,5	467,5	$U_{\text{емп}} = 122,5$ $p < 0,05$ (розбіжності значущі)
Орієнтації на <u>авторитарність</u> в <u>ідеальному «Я»</u>	412,5	367,5	$U_{\text{емп}} = 157,5$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Орієнтації на <u>егоїстичність</u> в <u>реальному «Я»</u>	313,5	466,5	$U_{\text{емп}} = 123,5$ $p < 0,05$ (розбіжності значущі)
Орієнтації на <u>егоїстичність</u> в <u>ідеальному «Я»</u>	385	395	$U_{\text{емп}} = 185$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Орієнтації на <u>агресивність</u> в <u>реальному «Я»</u>	421,5	358,5	$U_{\text{емп}} = 148,5$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Орієнтації на <u>агресивність</u> в <u>ідеальному «Я»</u>	416,5	363,5	$U_{\text{емп}} = 153,5$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Орієнтації на <u>підозрілість</u> в <u>реальному «Я»</u>	409	371	$U_{\text{емп}} = 161$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Орієнтації на <u>підозрілість</u> в <u>ідеальному «Я»</u>	450,5	329,5	$U_{\text{емп}} = 119,5$ $p < 0,05$ (розбіжності значущі)

Отримані результати свідчать про те, що рольові позиції в міжособистісних стосунках пов'язані зі ступенем вираженості деяких орієнтацій, і, відповідно, з появою виражених відмінностей у використанні їх студентами з різними домінуючими Его-станами. Отже, стає можливим зробити такі висновки:

- *студенти з домінуючою позицією Дорослого в більшій мірі налаштовані на авторитарність в реальному «Я», ніж студенти з домінуючою позицією Дитини. Це дає можливість стверджувати, що Дорослі є сильнішими особистостями, більш вольовими, ніж Діти. Вони часто*

виявляють домінантність, наполегливість та певну владність. Хоч Дорослі не завжди можуть успішно поратися з роллю лідера, вони часто є авторитетом для інших та з цієї причини можуть мати схильність вимагати до себе поваги. Причинами такого взаємозв'язку могли стати особливості Его-стану Дорослого. Оскільки люди, знаходячись в цьому Его-стані, налаштовані на прагматичне використання набутого життєвого досвіду, раціональне ставлення до подій чи оточуючих (часто надмірне), вони можуть часто проявляти більшу нечутливість, непривітність у відношенні до інших. Авторитарність завжди несе за собою певну байдужість, відчуженість і холодність до інших, і, можливо, крайнощі у проявах цих якостей вплинули на вираженість використання авторитарності в міжособистісних стосунках;

- *студенти з домінуючою позицією Дорослого в більшій мірі налаштовані на егоїстичність в реальному «Я», ніж студенти з домінуючою позицією Дитини.* Тому можна зробити висновок, що Дорослі є більш орієнтованими на себе в міжособистісних стосунках, ніж Діти. Такий феномен важко, як і у випадку з авторитарністю, міг бути спричинений слабкими сторонами Его-стану Дорослого. Оскільки люди, що знаходяться в цьому Его-стані, нерідко схильні до самовдоволення, або у крайніх випадках навіть гордовитості, їм може бути властиве недостатнє приділення уваги душевним переживанням у відносинах з іншими, дистанційованість від них, що може призводити до індивідуалізму та егоцентричності: до того ж, невинуватна критична недовірливість до оточуючих та брак щирості й природності у поведінці, що нерідко проявляються у Дорослих як слабкість, підсилюють орієнтацію на егоїстичність в міжособистісних стосунках;
- *студенти з домінуючою позицією Дитини у своїх уявленнях про себе як про ідеал в більшій мірі налаштовані на підозрілість, ніж студенти з*

домінуючою позицією Дорослого. Отже, можна вважати, що Діти бажають стати більш критичними, емоційно відчуженими, недоброзичливо налаштованими у відносинах з іншими. Цілком логічним підґрунтям цього бажання є вразливість Его-стану Дитини, що містить у собі боязкість, часті сумніви, беззахисність та наївність. Тому ця виражена тенденція до скептичності є проявом нічого іншого, як прагнення до самозахисту в міжособистісних стосунках через підозрілість: таким чином Дитина намагається у більш ворожий спосіб компенсувати свою слабку сторону і окреслити власні кордони у стосунках, відчуті контроль над ситуацією спілкування, що є наслідком характерних для Дітей невпевненості та страху поганого ставлення до себе.

Результат кореляційного аналізу між Его-станами і другою половиною типів міжособистісних відносин — тим, що підпорядковується, залежним, доброзичливим і альтруїстичним (які відповідають другим чотирьом октантам, що відображають різні аспекти тенденції до підпорядкування в соціумі і міжособистісних стосунках) в *реальному «Я»* та в *ідеальному «Я»* (за «Методикою діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі) (за U-критерієм Манна-Уїтні) представлений в таблиці 3.8.

Таблиця 3.8.

Результат кореляційного аналізу між Его-станами і другою половиною типів міжособистісних відносин (що відображають різні аспекти тенденції до підпорядкування в соціумі і міжособистісних стосунках) в *реальному «Я»* та в *ідеальному «Я»* (за «Методикою діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі) (за U-критерієм Манна-Уїтні)

Соціальні орієнтації	Его-стани та суми рангів		Рівень значущості розбіжностей за U-критерієм Манна-Уїтні
	<i>Дитина</i>	<i>Дорослий</i>	
Орієнтації на <u>підпорядкування</u> в <i>реальному</i> «Я»	412	368	$U_{\text{емп}} = 158$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Орієнтації на <u>підпорядкування</u> в <i>ідеальному</i> «Я»	391	389	$U_{\text{емп}} = 179$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Орієнтації на <u>залежність</u> в <i>реальному</i> «Я»	431	349	$U_{\text{емп}} = 139$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Орієнтації на <u>залежність</u> в <i>ідеальному</i> «Я»	448	332	$U_{\text{емп}} = 122$ $p < 0,05$ (розбіжності значущі)
Орієнтації на <u>доброзичливість</u> в <i>реальному</i> «Я»	420,5	359,5	$U_{\text{емп}} = 149,5$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Орієнтації на <u>доброзичливість</u> в <i>ідеальному</i> «Я»	443,5	336,5	$U_{\text{емп}} = 126,5$ $p < 0,05$ (розбіжності значущі)
Орієнтації на <u>альтруїстичність</u> в <i>реальному</i> «Я»	403	377	$U_{\text{емп}} = 167$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Орієнтації на <u>альтруїстичність</u> в <i>ідеальному</i> «Я»	424	356	$U_{\text{емп}} = 146$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)

Отримані результати дають можливість зробити такі висновки:

- *студенти з домінуючою позицією Дитини у своїх уявленнях про себе як про ідеал в більшій мірі налаштовані на залежність, ніж студенти з домінуючою позицією Дорослого. Можна стверджувати, що вони бажають бути м'якими, лагідними, ввічливими з іншими та довірливими. Оскільки, як було встановлено нашим емпіричним дослідженням, Діти вирізняються вираженою схильністю до високого рівня особистісної тривожності з огляду їхньої більшої незахищеності та наївності, такий*

феномен може бути проявом прагнення до отримання підтримки з боку від сильніших заступників, догляду, турботи та піклування, а також бажання опіки над собою. Вірогідно, це свідчить про бажання Дітей у такий спосіб — шляхом залежності від інших — отримати життєво необхідний їм захист від нав'язливих страхів, тривоги, неочікуваних критичних ситуацій та несприятливих обставин, з якими вони самі не можуть дати собі раду, що є однією зі слабких сторін цього Его-стану.

- *студенти з домінуючою позицією Дитини у своїх уявленнях про себе як про ідеал в більшій мірі налаштовані на доброзичливість, ніж студенти з домінуючою позицією Дорослого.* Тому можна вважати, що Діти бажать більше допомагати іншим, проявляти більше товариськості, гнучкості, люб'язності у спілкуванні з іншими. З одного боку, такий феномен впливає з особливостей Его-стану Дитини — його сильних сторін (схильність до оптимістичного бачення життя, життєлюбність та доброзичливість), а з іншого боку, це може бути доповненням до орієнтації на залежність Дітей в їхньому ідеальному «Я». В такому випадку це може бути проявом бажання соціального схвалення, прагнення отримати любов і визнання навіть шляхом пристосування, свідомої конформності, придушення власних емоцій, прагнення до досягнення цілей групи без урахування ситуації та власних почуттів — все це, знову ж таки, є проявом вразливості рольової позиції Дитини.

Результат кореляційного аналізу між Его-станами і рівнем домінування та підпорядкування й рівнем товариськості та агресивності (за шкалами «Домінування—Підпорядкування» та «Товариськість—Агресивність» «Методики діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі) (за U-критерієм Манна-Уїтні) представлений в таблиці 3.9.

Таблиця 3.9.

Результат кореляційного аналізу між Его-станами та рівнем домінування та підпорядкування і рівнем товариськості та агресивності (за U-критерієм Манна-Уїтні)

Шкала	Его-стани та суми рангів		Рівень значущості розбіжностей за U-критерієм Манна-Уїтні
	<i>Дитина</i>	<i>Дорослий</i>	
«Домінування—Підпорядкування»	310,5	469,5	$U_{\text{емп}} = 120,5$ $p < 0,05$ (розбіжності значущі)
«Товариськість—Агресивність»	418	362	$U_{\text{емп}} = 152$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)

Згідно отриманого результату, можна стверджувати, що *студенти з домінуючою позицією Дорослого в більшій мірі налаштовані на домінування в різних його проявах в міжособистісних стосунках, ніж студенти з домінуючою позицією Дитини*. Це означає, що Дорослі не лише схильні займати домінуючу позицію в міжособистісних стосунках, але й мають виражене прагнення до лідерства під час спілкування.

Результат статистичного аналізу між Его-станами і моделями поведінки (що характеризуються домінуючою тенденцією або до домінування, або до підпорядкування) в реальному «Я» та в *ідеальному* «Я» (за «Методикою діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі) (за критерієм «Кутове перетворення Фішера») представлений в таблиці 3.10.

Таблиця 3.10.

Результат статистичного аналізу між Его-станами і моделями поведінки в реальному «Я» та в *ідеальному* «Я» (за «Методикою діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі) (за критерієм «Кутове перетворення Фішера»)

	Его-стани та суми рангів		Рівень значущості розбіжностей за критерієм Фішера
	<i>Дитина</i>	<i>Дорослий</i>	
Кількість досліджуваних, що мають тенденцію до домінування в <i>реальному</i> «Я»	3 (15,8%)	11 (55%)	$\phi^* = 2,663$ $p < 0,01$ (розбіжності значущі)
Кількість досліджуваних, що <u>не</u> мають тенденції до домінування в <i>реальному</i> «Я»	16 (84,2%)	9 (45%)	
Кількість досліджуваних, що мають тенденцію до домінування в <i>ідеальному</i> «Я»	12 (63,2%)	16 (80%)	$\phi^* = 1,174$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Кількість досліджуваних, що <u>не</u> мають тенденції до домінування в <i>ідеальному</i> «Я»	7 (36,8%)	4 (20%)	
Кількість досліджуваних, що мають тенденцію до підпорядкування в <i>реальному</i> «Я»	16 (84,2%)	9 (45%)	$\phi^* = 2,663$ $p < 0,01$ (розбіжності значущі)
Кількість досліджуваних, що <u>не</u> мають тенденції до підпорядкування в <i>реальному</i> «Я»	3 (15,8%)	11 (55%)	
Кількість досліджуваних, що мають тенденцію до підпорядкування в <i>ідеальному</i> «Я»	6 (31,6%)	2 (10%)	$\phi^* = 1,717$ $p < 0,05$ (розбіжності значущі)
Кількість досліджуваних, що <u>не</u> мають тенденції до підпорядкування в <i>ідеальному</i> «Я»	13 (68,4%)	18 (90%)	
Кількість досліджуваних, що мають однаковий рівень прояву обох тенденцій в <i>ідеальному</i> «Я»	1 (5,3%)	2 (10%)	$\phi^* = 0,059$ $p > 0,05$ (розбіжності незначущі)
Кількість досліджуваних, що <u>не</u> мають однакового рівня прояву обох тенденцій в <i>ідеальному</i> «Я»	18 (94,7%)	18 (90%)	

Ці результати доповнюють загальну картину отриманих раніше результатів, дозволяючи зробити такі висновки:

- *студенти з домінуючою позицією Дорослого мають сильніше виражену тенденцію до домінування в цілому в реальному «Я», ніж студенти з*

домінуючою позицією Дитини. Це свідчить про те, що Дорослі характеризуються вираженням прагненням домінування у соціумі і в міжособистісних стосунках в цілому. У них присутня схильність до лідерства і здатність незалежно відстоювати свою думку. Тому вони зазвичай рідко невдоволені своїм характером, положенням в соціумі або роллю в міжособистісних стосунках.

- *студенти з домінуючою позицією Дитини мають сильніше виражену тенденцію до підпорядкування в цілому в реальному «Я», ніж студенти з домінуючою позицією Дорослого. Цей результат є закономірною протилежністю попереднього. У зв'язку з цим можна стверджувати, що Діти характеризуються тим, що мають установку на вирішення проблем і конфліктів шляхом компромісів; вони поступливі, лагідні та неконфліктні, схильні до конформістської позиції в міжособистісних стосунках і часто нерішучі.*
- *студенти з домінуючою позицією Дитини у своїх уявленнях про себе як про ідеал в більшій мірі налаштовані на підпорядкування, ніж студенти з домінуючою позицією Дорослого. У зв'язку з тим, що Діти мають таку ж направленість у своїй моделі поведінки і в реальному «Я», можна вважати, що вони можуть бути задоволені нею, оскільки вона може надавати їм бажані результати у вигляді захисту, турботи та підтримки від сильніших заступників.*

Отже, можна констатувати, що більшість акцентів — виражених соціальних орієнтацій та особливостей моделей поведінки сучасної молоді (які були виявлені за допомогою кореляційного та статистичного аналізу) криються саме в слабких сторонах Его-станів Дитини та Дорослого. Можна зробити припущення, що внаслідок несприятливих обставин та подій (до яких, безперечно, можна віднести війну та її психологічні наслідки для молоді, постійні стресові ситуації, нервово-психічне виснаження, невизначеність ситуації або відчуття

безперспективності), на жаль, розкриваються здебільшого такі сторони Его-станів як рольових позицій в міжособистісних стосунках, що викликають мало симпатії: у Дорослих це підвищена схильність до авторитарності та егоїстичності, що виявляються зазвичай у недружелюбності до інших, нечутливості або відчуженості, а також надмірно критично-скептичній налаштованості у спілкуванні; у Дітей — виражена схильність до залежності та підпорядкування іншим з метою отримання бажаної підтримки та захисту від несприятливих обставин, з якими вони не в змозі впоратися самотійно, навіть ціною свідомої пасивності, безопірності, принесення в жертву власних інтересів та придушення власних почуттів. Ці феномени можна вважати проявами психологічного захисту молоді від явищ, перерахованих вище.

Представлені результати емпіричного дослідження дозволили встановити, що між Его-станами та деякими особистісними особливостями або особливостями поведінки в міжособистісних стосунках (такими як особистісна тривожність, соціальні орієнтації на авторитарність, егоїстичність, підозрілість, підпорядкування, залежність, доброзичливість, рівень домінування в міжособистісних стосунках) існує взаємозв'язок.

На основі проведеного емпіричного дослідження, із застосуванням таких психологічних методик, як «Опитувальник структурних Его-станів», «Методика діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі, «Методика дослідження локусу контролю» Дж. Роттера, «Тест особистісної та ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна та здійсненого статистичного та кореляційного аналізу отриманих даних, доведено, що існує зв'язок між рольовою позицією в міжособистісних стосунках студентів та їхніми особистісними особливостями та особливостями поведінки.

Висновки до розділу III

Згідно отриманих результатів за методикою «Опитувальник структурних Его-станів» можна констатувати, що 97% досліджуваних характеризуються одним переважаючим Его-станом: з них 50% досліджуваних мають домінуючий Его-стан Дорослого і 47% — домінуючий Его-стан Дитини.

За результатами «Методики дослідження локусу контролю» Дж. Роттера можна стверджувати, що переважаючій частині студентів (65%) притаманний зовнішній (екстернальний) локус контролю. Решті досліджуваних (35%) властивий внутрішній (інтернальний) локус контролю.

Методика «Тест ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна дає можливість стверджувати, що більшість досліджуваних (80%) протягом процесу проходження діагностичних завдань відчували тривогу на середньому рівні її інтенсивності. «Тест особистісної тривожності» Спілбергера-Ханіна виявив, що більшість досліджуваних студентів (92,5%) у повсякденному житті переживають перманентну тривогу на високому рівні її інтенсивності.

Відповідно до отриманих результатів за «Методикою діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі, можна зробити висновок, що в середньому на **помірному** рівні вираженості в *реальному «Я»* у студентів проявлені соціальні орієнтації на авторитарність (42,5%), егоїстичність (57,5%), агресивність (60%), підозрілість (42,5%), залежність (55%), доброзичливість (50%); на **високому** — орієнтації на альтруїстичність (52,5%).

Однакова кількість студентів проявили соціальні орієнтації на підпорядкування в *реальному «Я»* на помірному (32,5%) і високому (32,5%) рівнях.

В середньому на **низькому** рівні вираженості в *ідеальному «Я»* у студентів проявлені соціальні орієнтації на агресивність (77,5%), підозрілість (100%), підпорядкування (97,5%), залежність (87,5%), доброзичливість (52,5%), альтруїстичність (65%).

Однакова кількість студентів проявили:

- соціальні орієнтації на авторитарність *в ідеальному «Я»* на низькому (37,5%) і помірному (37,5%) рівнях;
- соціальні орієнтації на егоїстичність *в ідеальному «Я»* на низькому (50%) і помірному (50%) рівнях.

Представлена статистична обробка даних, отриманих в ході емпіричного дослідження. До них було застосовано метод ϕ («кутове перетворення Фішера») та U-критерій Манна-Уїтні. Виходячи з результатів, отриманих шляхом статистичної обробки даних вищезгаданих методик, можна дійти висновку про наявність таких взаємозв'язків:

- у осіб, у яких домінує рольова позиція Дитини в міжособистісних стосунках, спостерігається більш виражена особистісна тривожність (що означає, що тривожність закономірно властива їм як стійка індивідуальна якість);
- особи з домінуючою рольовою позицією Дорослого в міжособистісних стосунках в більшій мірі налаштовані на авторитарність в реальному «Я» (вони є більш сильними та вольовими особистостями, ніж особи з домінуючою позицією Дитини. Вони схильні виявляти у спілкуванні домінантність, наполегливість та владність; вони часто є авторитетом для інших і можуть мати схильність вимагати до себе поваги);
- особи з домінуючою рольовою позицією Дорослого в міжособистісних стосунках в більшій мірі налаштовані на егоїстичність в реальному «Я» (вони є більш орієнтованими на себе в міжособистісних стосунках і спілкуванні, ніж особи з домінуючою позицією Дитини);
- особи з домінуючою рольовою позицією Дитини в міжособистісних стосунках у своїх уявленнях про себе як про ідеал в більшій мірі налаштовані на підозрілість (вони бажають стати більш критичними, емоційно відчуженими, недоброзичливо налаштованими у відносинах з іншими, ніж особи з домінуючою позицією Дорослого);

- особи з домінуючою рольовою позицією Дитини в міжособистісних стосунках у своїх уявленнях про себе як про ідеал в більшій мірі налаштовані на залежність (на відміну від осіб з домінуючою позицією Дорослого, вони бажають бути м'якими, лагідними, ввічливими з іншими та довірливими);
- особи з домінуючою рольовою позицією Дитини в міжособистісних стосунках у своїх уявленнях про себе як про ідеал в більшій мірі налаштовані на доброзичливість (вони бажають більше допомагати іншим, проявляти більше товарищескості, гнучкості, люб'язності у спілкуванні з іншими, на відміну від осіб з домінуючою позицією Дорослого);
- особи з домінуючою рольовою позицією Дорослого в міжособистісних стосунках в більшій мірі налаштовані на домінування в різних його проявах в міжособистісних стосунках (вони не лише схильні займати домінуючу позицію в міжособистісних стосунках, але й мають виражене прагнення до лідерства під час спілкування);
- особи з домінуючою рольовою позицією Дорослого в міжособистісних стосунках мають більш виражену тенденцію до домінування в цілому в реальному «Я» (вони характеризуються вираженим прагненням домінування у соціумі і в міжособистісних стосунках в цілому. У них присутня схильність до лідерства і здатність незалежно відстоювати свою думку; вони зазвичай рідко невдоволені своїм характером, положенням в соціумі або роллю в міжособистісних стосунках);
- особи з домінуючою рольовою позицією Дитини в міжособистісних стосунках мають сильніше виражену тенденцію до підпорядкування в цілому в реальному «Я» (вони характеризуються тим, що мають установку на вирішення проблем і конфліктів шляхом компромісів; вони

поступливі, лагідні та неконфліктні, схильні до конформістської позиції в міжособистісних стосунках і часто нерішучі);

- особи з домінуючою рольовою позицією Дитини в міжособистісних стосунках у своїх уявленнях про себе як про ідеал в більшій мірі налаштовані на підпорядкування (вони бажають бути скромними, поступливими та емоційно стриманими; воліють слухняно виконувати поставлені їм завдання, підкоряючись сильнішим).

ВИСНОВКИ

Дослідження взаємозв'язку рольової позиції в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісних характеристик студентів у межах цієї роботи дозволило зробити наступні висновки:

1. В ході теоретичного аналізу було узагальнено інформацію щодо сутності теорії транзактного аналізу Еріка Берна (вивчено детальні характеристики рольових позицій в міжособистісних стосунках). Було проаналізовано психологічні особливості студентського віку, а також цінність і можливості транзактного аналізу для особистісного зростання студента.

Транзактний аналіз — це теорія, що дозволяє зрозуміти модель поведінки людини у спілкуванні. Визначною ідеєю транзактного аналізу є поняття про рольові позиції в міжособистісних стосунках (Его-стани Дитина, Дорослий та Батько), які виступають не лише як основні елементи особистості, але й як спосіб мислення, відчуття і поведінки, що здатний формувати особистість у певний момент часу.

Студентську молодь можна назвати перехідною соціальною-професійною групою. Студентський період займає частину періоду пізньої юності та частину періоду ранньої дорослості (приблизно від 17 до 23 років) і є найсенситивнішим і найсприятливішим для навчання і професійної підготовки: в цей особливий період людина переживає особистісне й соціальне становлення.

Транзактний аналіз Еріка Берна та його концепція рольових позицій в міжособистісних стосунках надає безліч можливостей для особистісного зросту студентів. Як ефективна модель для саморозвитку, він сприяє:

- ефективній боротьбі з особистісною тривожністю;
- підвищенню самоповаги та самооцінки в міжособистісних стосунках в цілому;
- розвитку лідерських навичок і якостей;

- виявленню нездорових моделей спілкування та встановленню ефективної міжособистісної комунікації;
- актуалізації Его-стану Дорослого та вихованню почуття автономії;
- «перезапису» непродуктивних і шкідливих переконань.

2. За результатами теоретичного дослідження було визначено, що провідними аспектами студентського періоду є особливості «Я-концепції» студентів та їхньої взаємодії в малих групах, тривожність і локус контролю — саме ці чинники впливають на самопочуття і самооцінку студентів, їхні моделі спілкування з оточуючими. Головну роль в цьому відіграє Его-стан студента як його рольова позиція в міжособистісних стосунках.

3. Аналізуючи явища, що впливають на домінування певного Его-стану у студента, слід відзначити, що такими детермінантами можна вважати особистісні особливості студента, його життєвий шлях та отриманий комунікативний досвід, особливості процесу перетворення сучасного суспільства.

4. Для вирішення емпіричних завдань та перевірки гіпотези були використані такі психологічні методики: «Опитувальник структурних Его-станів», «Методика діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі, «Методика дослідження локусу контролю» Дж. Роттера, «Тест особистісної та ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна. Характеристики та шкали методик були описані, також було розроблено та виконано програму емпіричного дослідження.

5. Було проведено емпіричне дослідження, в якому взяли участь 40 студентів (у віці від 17 до 22 років). З них 4 особи з першого курсу, 14 осіб з другого курсу, 6 осіб з третього курсу та 16 осіб з четвертого курсу. В гендерному співвідношенні вибірка складає: 36 (90%) дівчат і 4 (10%) хлопця. Всі запропоновані досліджуваним методики, що були застосовані в ході дослідження, мали відповідну інструкцію. Кожен студент мав можливість

відповісти на поставлені в опитувальниках запитання за необмежену кількість часу.

Після проведення дослідження була здійснена первинна обробка емпіричних даних, згідно результатів якої було сформульовано первинні психологічні висновки. Також за результатами первинної обробки даних були проведені додаткові індивідуальні консультації для бажаючих за допомогою технологій та сервісів дистанційного спілкування і програми для організації відеоконференцій Zoom.

Після проведення дослідження була здійснена первинна обробка емпіричних даних, згідно результатів якої були сформовані первинні висновки:

- результати методики «Опитувальник структурних Его-станів» показали, що 97% досліджуваних характеризуються одним переважаючим Его-станом: з них 50% досліджуваних мають домінуючий Его-стан Дорослого і 47% — домінуючий Его-стан Дитини;

- згідно отриманих результатів за «Методикою дослідження локусу контролю» Дж. Роттера, можна констатувати, що переважаючій частині студентів (65%) притаманний зовнішній (екстернальний) локус контролю. Решті досліджуваних (35%) властивий внутрішній (інтернальний) локус контролю;

- за результатами «Тесту ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна можна стверджувати, що більшість досліджуваних (80%) протягом процесу проходження діагностичних завдань відчували тривогу на середньому рівні її інтенсивності. «Тест особистісної тривожності» Спілбергера-Ханіна виявив, що більшість досліджуваних студентів (92,5%) у повсякденному житті переживають тривогу на високому рівні її інтенсивності;

- відповідно до отриманих результатів за «Методикою діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі, можна зробити висновок, що в середньому на помірному рівні вираженості в реальному «Я» у студентів проявлені соціальні орієнтації на авторитарність (42,5%), егоїстичність (57,5%), агресивність (60%),

підозрілість (42,5%), залежність (55%), доброзичливість (50%); на високому — орієнтації на альтруїстичність (52,5%). Однакова кількість студентів проявили соціальні орієнтації на підпорядкування в реальному «Я» на помірному (32,5%) і високому (32,5%) рівнях. В середньому на низькому рівні вираженості в ідеальному «Я» у студентів проявлені соціальні орієнтації на агресивність (77,5%), підозрілість (100%), підпорядкування (97,5%), залежність (87,5%), доброзичливість (52,5%), альтруїстичність (65%). Однакова кількість студентів проявили соціальні орієнтації на авторитарність в ідеальному «Я» на низькому (37,5%) і помірному (37,5%) рівнях; соціальні орієнтації на егоїстичність в ідеальному «Я» на низькому (50%) і помірному (50%) рівнях.

6. Для вивчення взаємозв'язку рольової позиції в міжособистісних стосунках та особистісних характеристик студентів було застосовано метод ф («кутове перетворення Фішера») та U-критерій Манна-Уїтні.

В результаті дослідження гіпотеза щодо існування взаємозв'язку між рольовою позицією в міжособистісних стосунках (Его-станом за теорією Е. Берна) та особистісними характеристиками студентів була підтверджена та конкретизована низкою висновків:

- у осіб, у яких домінує рольова позиція Дитини в міжособистісних стосунках, спостерігається більш виражена особистісна тривожність (що означає, що тривожність закономірно властива їм як стійка індивідуальна якість);
- особи з домінуючою рольовою позицією Дорослого в міжособистісних стосунках в більшій мірі налаштовані на авторитарність в реальному «Я» (вони є більш сильними та вольовими особистостями, ніж особи з домінуючою позицією Дитини. Вони схильні виявляти у спілкуванні домінантність, наполегливість та владність; вони часто є авторитетом для інших і можуть мати схильність вимагати до себе поваги);
- особи з домінуючою рольовою позицією Дорослого в міжособистісних стосунках в більшій мірі налаштовані на егоїстичність в

реальному «Я» (вони є більш орієнтованими на себе в міжособистісних стосунках і спілкуванні, ніж особи з домінуючою позицією Дитини);

- особи з домінуючою рольовою позицією Дитини в міжособистісних стосунках у своїх уявленнях про себе як про ідеал в більшій мірі налаштовані на підозрілість (вони бажають стати більш критичними, емоційно відчуженими, недоброзичливо налаштованими у відносинах з іншими, ніж особи з домінуючою позицією Дорослого);

- особи з домінуючою рольовою позицією Дитини в міжособистісних стосунках у своїх уявленнях про себе як про ідеал в більшій мірі налаштовані на залежність (на відміну від осіб з домінуючою позицією Дорослого, вони бажають бути м'якими, лагідними, ввічливими з іншими та довірливими);

- особи з домінуючою рольовою позицією Дитини в міжособистісних стосунках у своїх уявленнях про себе як про ідеал в більшій мірі налаштовані на доброзичливість (вони бажають більше допомагати іншим, проявляти більше товариськості, гнучкості, люб'язності у спілкуванні з іншими, на відміну від осіб з домінуючою позицією Дорослого);

- особи з домінуючою рольовою позицією Дорослого в міжособистісних стосунках в більшій мірі налаштовані на домінування в різних його проявах в міжособистісних стосунках (вони не лише схильні займати домінуючу позицію в міжособистісних стосунках, але й мають виражене прагнення до лідерства під час спілкування);

- особи з домінуючою рольовою позицією Дорослого в міжособистісних стосунках мають більш виражену тенденцію до домінування в цілому в реальному «Я» (вони характеризуються вираженим прагненням домінування у соціумі і в міжособистісних стосунках в цілому. У них присутня схильність до лідерства і здатність незалежно відстоювати свою думку; вони зазвичай рідко невдоволені своїм характером, положенням в соціумі або роллю в міжособистісних стосунках);

- особи з домінуючою рольовою позицією Дитини в міжособистісних стосунках мають сильніше виражену тенденцію до підпорядкування в цілому в реальному «Я» (вони характеризуються тим, що мають установку на вирішення проблем і конфліктів шляхом компромісів; вони поступливі, лагідні та неконфліктні, схильні до конформістської позиції в міжособистісних стосунках і часто нерішучі);

- особи з домінуючою рольовою позицією Дитини в міжособистісних стосунках у своїх уявленнях про себе як про ідеал в більшій мірі налаштовані на підпорядкування (вони бажають бути скромними, поступливими та емоційно стриманими; воліють слухняно виконувати поставлені їм завдання, підкоряючись сильнішим).

Проведене дослідження не вичерпує усіх деталей розглянутої теми. Деякі перспективні напрямки подальших досліджень і обговорень можуть полягати у:

- ✓ визначенні, для якої соціально-демографічної групи характерне домінування Его-стану Батька;
- ✓ дослідженні аспектів взаємозв'язку рольової позиції Батька в міжособистісних стосунках та особистісних характеристик людини;
- ✓ дослідженні аспектів взаємозв'язку рольових позицій Дитини та Дорослого в міжособистісних стосунках й інших особистісних характеристик людини, що не були представлені в емпіричному дослідженні;
- ✓ вивченні гендерних особливостей домінування певної рольової позиції в міжособистісних стосунках і т.п.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Берн Е. Ігри, у які грають люди. Світовий бестселер із психології стосунків. *Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»*. Перекладено за виданням: Berne E. Games People Play: The Basic Handbook of Transactional Analysis / Eric Berne. — New York : Ballantine Books, 1996. — 216 p. URL: <https://uabook.com.ua/book/igry-u-yaki-grayut-lyudy/> (дата звернення: 09.09.2024)
2. Білоус Р.М., Саннікова І.С. Психологічні особливості тривожності студентської молоді. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. №5. Т.2. С. 25-28. URL: http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/5_2019/part_2/7.pdf (дата звернення: 25.10.2024)
3. Галієва О. Психологічні аспекти прояву ситуативної тривожності студентів. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Сер. Психологічні науки. 2017. Вип. 2. Т. 3. С. 26-31. URL: https://www.researchgate.net/publication/337913985_PSYCHOLOGICAL_ASPECTS_OF_STUDENTS'_SITUATIONAL_ANXIETY_PSIHOLOGICNI_ASPEKTI_PROAVU_SITUATIVNOI_TRIVOZNOSTI_STUDENTIV (дата звернення: 30.10.2024)
4. Дерека Т., Ляшенко В., Туманова В., Гацко О. Психологічні особливості навчально-професійної діяльності. *The pedagogical process: theory and practice* (Series: Psychology). 2018. №3(62). С. 7-15. URL: <https://pptp.kubg.edu.ua/images/2018/3/3.pdf> (дата звернення: 18.10.2024)
5. Діхтяренко С., Ременюк Я. Соціально-психологічна характеристика студентства. *Психологічний журнал*. 2024. Вип. 12. С. 36–45. URL: <http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/306769> (дата звернення: 21.10.2024)
6. Єгорова О., Асланян Т. Роль самоактуалізації в подоланні тривожності у дівчат та юнаків, студентів педагогічних вишів. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. 2019. №6(98). С.339-348. URL: <http://www.irbis->

- nbuy.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuy/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=gnvp%5F2019%5F6%5F31 (дата звернення: 29.10.2024)
7. Любченко О. Транзакційний аналіз: про маніпуляції, ігри та приховані мотиви. 2020. URL: https://psychologolena.com/uk/all_news/%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%B7%D0%B0%D0%BA%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B8%D0%B9-%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%96%D0%B7/ (дата звернення: 03.10.2024)
 8. Мацко Л. А., Прищак М. Д. Основи психології та педагогіки: Навчальний посібник. Вінниця: ВНТУ, 2009. С. 36-38. URL: https://pdf.lib.vntu.edu.ua/books/2024/LAN/Matsko_2010_158.pdf (дата звернення: 01.10.2024)
 9. Методика діагностики міжособистісних відносин (Т. Лірі). URL: https://www.eztests.xyz/tests/social_leary/ (дата звернення: 04.09.2024)
 10. Методика дослідження локусу контролю (Дж. Роттер). URL: https://www.eztests.xyz/tests/personality_rotter/ (дата звернення: 04.09.2024)
 11. Опитувальник структурних Его-станів. URL: <https://naurok.com.ua/test-transaktniy-analiz-e-berna-test-ditina-dorosliy-batko-404222.html> (дата звернення: 04.09.2024)
 12. Паламарчук М., Сердюк Л., Маруненко І., Неведомська Є. Вплив рівнів тривожності на пізнавальну діяльність студентів. *Психофізіологія*. 2015. №2(4). URL: <https://studscientist.kubg.edu.ua/index.php/journal/article/view/47> (дата звернення: 30.10.2024)
 13. Подоляк Л.Г., Юрченко В.І. Психологія вищої школи: Підручник. 3-тє вид., випр. і доп. Київ: Каравела, 2011. 360 с. URL:

- https://library.udpu.edu.ua/library_files/438437.pdf (дата звернення: 17.10.2024)
14. Подшивайлов Ф., Подшивайлова Л., Шепельова М. Психологічна характеристика типів студентів за співвідношенням інтегральних властивостей особистості та індивідності. *Psychological Journal*. 2020. Volume 6, Issue 7. P.61-84. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/722848/1/%D0%A8%D0%B5%D0%BF%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BE%D0%B2%D0%B0%20%D0%9F%D0%A71.pdf> (дата звернення: 20.10.2024)
15. Ратників В.П. Ділові комунікації. Київ, 2014. 527 с. URL: https://stud.com.ua/64126/menedzhment/dilovi_komunikatsiyi (дата звернення: 22.09.2024)
16. Столяренко О. Б. Психологія особистості. Навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2012. С.60-62. URL: <https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/Psykholohia-osobystosti.-Stoliarenko-O.-B..pdf> (дата звернення: 16.10.2024)
17. Тест особистісної та ситуативної тривожності (Спілбергер-Ханін). URL: <https://lib.chmnu.edu.ua/pdf/posibnuku/160/29.pdf> (дата звернення: 04.09.2024)
18. Транзактний аналіз у психологічній практиці: електрон. метод. рекомендації з курсу «Транзактний аналіз у психологічній практиці» для студ. другого (магістерського) рівня вищої освіти / уклад. М. Е. Білова. Одеса: Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2023. 26 с. URL: https://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/fpsr/navchalni_materialy/metodychn_e_zabezpechenya/053_magistr/mv_tranzaktnyi_analiz.pdf (дата звернення: 14.09.2024)

- 19.Тюріна О.В. Трансактний аналіз Еріка Берна. 2020. URL: <https://naurok.com.ua/transaktniy-analiz-erika-berna-404218.html> (дата звернення: 16.09.2024)
- 20.Шкала тривоги Спілбергера (STAI). URL: <https://mozok.ua/depressiya/testy/item/2703-shkala-trivogi-splbergera-STAI> (дата звернення: 16.10.2024)
- 21.Яремко Р.Я., Гродська В.М., Дзюбак А.В., Ільків Х.В. Теоретичне дослідження проблеми тривожності особистості у психологічній літературі. *Молодий вчений*. 2022. № 5 (105). С.83-86. URL: <https://molodyivchenyi.ua/index.php/journal/article/view/4783> (дата звернення: 08.09.2024)
- 22.Ajmal M., Ahmad S. Exploration of Anxiety Factors among Students of Distance Learning: A Case Study of Allama Iqbal Open University. *Bulletin of Education and Research*. 2019. Vol. 41, No. 2. P.77-78. URL: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1229454.pdf> (дата звернення: 30.10.2024)
- 23.Alipieva D. The impact of ego states of parent, adult and child on the professional choice of teachers. *Journal of Education Culture and Society*. 2017. №2. P. 177-192. URL: <https://www.cceeol.com/search/article-detail?id=570941> (дата звернення: 21.09.2024)
- 24.Anxiety in the Classroom. The official website of International OCD Foundation. 2023. URL: <https://anxietyintheclassroom.org/> (дата звернення: 17.10.2024)
- 25.Banham B. Transactional analysis. 2024. URL: <https://www.counselling-directory.org.uk/transactional-analysis.html#whatistransactionalanalysis> (дата звернення: 15.09.2024)
- 26.Bekir S., Tair E. Functional Ego States, Behavior Patterns, and Social Interaction of Bulgarian Adolescents and Their Parents. *Societies*. 2023. №13 (154). URL: <https://www.mdpi.com/2075-4698/13/7/154> (дата звернення: 03.11.2024)

27. Blackbyrn Sai C.N.G. The Transactional Analysis Therapy. 2024. URL: <https://coachfoundation.com/blog/transactional-analysis-therapy/#2-benefits-of-transactional-analysis-therapy>- (дата звернення: 03.10.2024)
28. Braun L. What is Transactional Analysis and Why is it Helpful? 2024. URL: <https://www.carepatron.com/guides/transactional-analysis#guide-chapter-two> (дата звернення: 03.10.2024)
29. Chinedu O., Nwizuzu C. Relationship between Locus of Control and Academic Achievement of Secondary School Students in Abia State. 2021. *Journal of Analytical Sciences, Methods and Instrumentation*. №11. P.15-22. URL: <https://www.scirp.org/journal/paperinformation?paperid=111932> (дата звернення: 01.11.2024)
30. Clarkson P., Gilbert M. Berne's Original Model of Ego States: Some Theoretical Considerations. *Transactional Analysis Journal*. 1988. №18 (1). P.20–29. URL: <https://doi.org/10.1177/036215378801800105> (дата звернення: 30.09.2024)
31. Cooke B. Transactional Analysis and Ego States. 2021. URL: <https://mcpt.co.uk/transactional-analysis-and-ego-states/> (дата звернення: 13.09.2024)
32. Dr. Paras. What is transactional analysis? 2020. URL: <https://www.matrix.in/blogs/transactional-analysis> (дата звернення: 10.09.2024)
33. Fazey D.M.A. Autonomy-related psychological characteristics of students in higher education. *Student thesis: Doctor of Philosophy*. 1999. URL: <https://pure.bangor.ac.uk/ws/portalfiles/portal/20567674/file> (дата звернення: 27.10.2024)
34. Kamoldinova D. Psychological characteristics of students. *Formation of psychology and pedagogy as interdisciplinary sciences*. 2022. Volume 2, Issue 13. P.43-45. URL: <https://interonconf.org/index.php/ity/article/view/71/71> (дата звернення: 21.10.2024)

- 35.Kraczla M. Ego States in E. Berne's Transactional Analysis and the Dominant Ways Managers Use to Solve Conflicts. *European Research Studies Journal*. 2023. Volume XXVI, Issue 1. P.280-312. URL: <https://ersj.eu/journal/3112> (дата звернення: 22.09.2024)
- 36.Laghi F., Crea G., Filipponi C. Evaluation and Measurement of Ego States: The Psychometric Properties of the Italian Translation of the Revised version of the Ego State Questionnaire (ESQ-R). *International Journal of Transactional Analysis Research & Practice*. 2020. №11(2). P.14–24. URL: <https://ijtar.org/article/view/21121> (дата звернення: 14.10.2024)
- 37.Lankton S. States of Consciousness and Ego States. *International Journal of Transactional Analysis Research & Practice*. 2023. №14 (2). P.42–53. URL: <https://doi.org/10.29044/v14i2p42> (дата звернення: 30.09.2024)
- 38.Lopez-Garrido G. Locus of Control Theory In Psychology: Definition & Examples. 2023. URL: <https://www.simplypsychology.org/locus-of-control.html> (дата звернення: 31.10.2024)
- 39.Martyniuk I., Papathanasiou I., Fradelos E. Self-educational activity in the student age as an indicator of mental well-being of personality. *Wiadomości Lekarskie*. 2021. Volume LXXIV, Issue 11, Part 1. P.2717-2722. URL: <https://wiadlek.pl/wp-content/uploads/archive/2021/WLek202111106.pdf> (дата звернення: 19.10.2024)
- 40.Mountain A., Davidson C. Transactional Analysis - Eric Berne. 2022. URL: <https://www.businessballs.com/emotional-intelligence/transactional-analysis-eric-berne/> (дата звернення: 10.10.2024)
- 41.Murray H. Transactional Analysis Theory & Therapy: Eric Berne. 2024. URL: <https://www.simplypsychology.org/transactional-analysis-eric-berne.html> (дата звернення: 16.09.2024)

42. Ne M. How Transactional Analysis can Help You Move Past Social Anxiety. 2024. URL: <https://road2resolutions.com/how-transactional-analysis-can-help-you-move-past-anxiety/> (дата звернення: 02.10.2024)
43. Özen K. R., Mesci M. The Effects of Locus of Control on Learning Performance: A Case of an Academic Organization. *Journal of Economic and Social Studies*. 2011. Vol. 1, No. 2. P.113-136. URL: https://www.researchgate.net/publication/265118528_The_Effects_of_Locus_of_Control_on_Learning_Performance_A_Case_of_an_Academic_Organization (дата звернення: 02.11.2024)
44. Pilat D., Dr. S. Krastev. Ego States. 2022. URL: <https://thedecisionlab.com/reference-guide/psychology/ego-states> (дата звернення: 13.09.2024)
45. Russell L. What is locus of control? How is it related to student achievement and assessment? *Foundations of education and instructional assessment*. URL: [https://socialsci.libretexts.org/Bookshelves/Education_and_Professional_Development/Foundations_of_Education_and_Instructional_Assessment_\(Kidd_et_al.\)/14%3A_Instructional_Assessment-_Involving_Students_in_the_Assessment_Process/14.01%3A_What_is_locus_of_control_How_is_it_related_to_student_achievement_and_assessment](https://socialsci.libretexts.org/Bookshelves/Education_and_Professional_Development/Foundations_of_Education_and_Instructional_Assessment_(Kidd_et_al.)/14%3A_Instructional_Assessment-_Involving_Students_in_the_Assessment_Process/14.01%3A_What_is_locus_of_control_How_is_it_related_to_student_achievement_and_assessment) (дата звернення: 28.10.2024)
46. Sagdullaeva L. Psychological features of the personality of university student. *EPRA International Journal of Multidisciplinary Research (IJMR) - Peer Reviewed Journal*. 2021. Volume 7, Issue 5. P.172-174. URL: <https://eprajournals.com/IJMR/article/4932> (дата звернення: 19.10.2024)
47. Santacrose S. Understanding Anxiety Disorders in College Students: How Parents Can Help. 2024. URL: <https://anxietyinstitute.com/understanding-anxiety-disorders-in-college-students-how-parents-can-help/> (дата звернення: 18.10.2024)

- 48.Santokhie S., Lipps G. Development and Validation of the Tertiary Student Locus of Control Scale. *SAGE Open*. №10 (1). 2020. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/2158244019899061> (дата звернення: 01.11.2024)
- 49.Sherrell S. What to know about school anxiety. 2022. URL: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/school-anxiety> (дата звернення: 11.10.2024)
- 50.Sterrenberg, P., Thunnissen, M. M. Transactional Analysis as a Cognitive Treatment for Borderline Personality Disorder. *Transactional Analysis Journal*. 2017. №25 (3). P. 221–227. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1177/036215379502500306> (дата звернення: 20.09.2024)
- 51.The Basics of Transactional Analysis: Understanding the Three Ego States II. The official website of VOS. 2023. URL: <https://vos.health/en/story/the-basics-of-transactional-analysis:-understanding-the-three-ego-states-ii> (дата звернення: 02.10.2024)
- 52.Top 10 Signs of Student Anxiety In The Classroom. The official website of International Board of Credentialing and Continuing Education Standards. 2020. URL: <https://ibcces.org/blog/2019/05/08/signs-student-anxiety-classroom/> (дата звернення: 12.10.2024)
- 53.Tosi M., Bianchini S. A Social-Cognitive Definition of Ego States to Implement TA Research. *International Journal of Transactional Analysis Research & Practice*. 2013. №4. P.107-112. URL: https://www.researchgate.net/publication/344856690_A_Social-Cognitive_Definition_of_Ego_States_to_Implement_TA_Research (дата звернення: 25.09.2024)

54. Transactional Analysis: Understanding TA & Its Benefits. The official website of SeraphCorp. 2024. URL: <https://www.seraphcorp.net/understanding-transactional-analysis/> (дата звернення: 02.10.2024)
55. What are Ego States? The official website of Counsellor Tutor Ltd. 2020. URL: <https://counsellingtutor.com/counselling-approaches/transactional-analysis/what-are-ego-states/> (дата звернення: 10.09.2024)
56. What are the benefits of transactional analysis? The official website of The Wellness Institute. 2023. URL: <https://www.wellness-institute.org/blog/what-are-the-benefits-of-transactional-analysis> (дата звернення: 05.10.2024)
57. Williams S. Exploring the Benefits of Transactional Analysis in Psychotherapy. 2023. URL: <https://stevenwilliamstherapy.co.uk/exploring-the-benefits-of-transactional-analysis-in-psychotherapy/> (дата звернення: 04.10.2024)

ДОДАТКИ

Додаток А

Низова А.С.,
студентка IV курсу
Університету митної справи та фінансів

Панфілова Г.Б., к. психол. н., доц.,
завідувач кафедри психології
Університету митної справи та фінансів

ЗАПОБІГАННЯ НЕГАТИВНИМ ЕМОЦІЙНИМ СТАНАМ І ТРИВОЖНОСТІ В МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ СТУДЕНТІВ У КОНТЕКСТІ МОЖЛИВОСТЕЙ ТРАНЗАКТНОГО АНАЛІЗУ

На сьогодні питання дослідження способів зниження рівня тривожності у українських студентів є однією з найважливіших задач сучасних науковців. В умовах війни студентство піддається впливу стресу, який перешкоджає не лише гармонійному особистісному розвитку, але й побудові злагоджених міжособистісних стосунків, оскільки регулярні тривожне збудження і страх сприяють недовірливості, замкненості, руйнації довіри, заважають близькості з оточуючими. Розуміння найважливіших концепцій транзактного аналізу дозволить студентам виявити користь цього методу для розвитку власної стійкої, зрілої особистості, а також допоможе в боротьбі з тривожністю в міжособистісних стосунках.

Транзактний аналіз Еріка Берна — це теорія, що дозволяє зрозуміти модель поведінки людини у спілкуванні, а також метод психотерапії, що за головну мету ставить розкрити прихований сенс почуттів і стосунків з іншими людьми і окремо людини з самою собою, навчити розуміти причини поведінки оточуючих та виховати здатність до керування власним життям та перебудови уявлення про нього. Він базується на гуманістичній філософії, яка полягає в тому, що люди можуть змінюватися, і що всі вони мають право бути проявленими та прийнятими [1].

В рамках транзактного аналізу представлено уявлення про теорію рольових позицій в міжособистісних стосунках (тобто Его-станів в структурі особистості — Батько, Дорослий і Дитина) і різні види взаємодії між ними — транзакції. Деякі з цих транзакцій впливають на виникнення стресу і тривожності в міжособистісних стосунках — це насамперед *перехресні* транзакції (відбуваються в таких випадках, коли Его-стани співрозмовників не збігаються) і *приховані* транзакції (*ігри*; коли за явним первинним повідомленням ховається прихований намір).

В контексті особливостей перехресних і прихованих транзакцій постає проблема тривожності у взаємовідносинах між людьми, і особливо небезпечною вона є для студентів, оскільки студентський вік охоплює частину дорослого етапу в розвитку людини. Перехресні транзакції спричиняють складні стосунки, які, в свою чергу, зазвичай викликають конфлікти, неузгодженість або навіть переривання потоку розмови внаслідок непорозумінь між учасниками, оскільки реакція на стимул не відповідає очікуваній лінії спілкування. Цей вид транзакцій здебільшого зумовлює тривожність, стрес, агресію в стосунках. Приховані транзакції теж можуть спричиняти проблеми і конфлікти у взаємовідносинах, оскільки тут є незримий емоційний запит, який ризикує залишитися без відповіді. Проте теорія транзактного аналізу здатна допомогти виявити нездорові моделі спілкування, і тому боротися з подібними проявами негативного емоційного стану особистості, одночасно розвиваючи такі складові зрілої особистості, як гармонійність і мудрість, духовно-моральна досконалість особистості, чого так потребують студенти в сучасних умовах життя. В контексті боротьби студента з *тривожністю в міжособистісних стосунках* і соціумі транзактний аналіз сприяє [3]:

- оволодінню принципами управління своїми Его-станами з метою вдосконалення стосунків з оточуючими;
- актуалізації Его-стану Дорослого;
- «перезапису» негативних переконань.

Основні положення транзактного аналізу можуть слугувати ефективною моделлю для *саморозвитку* студента, обізнаність з якими може сприяти підвищенню самосвідомості та самоповаги, вихованню почуття автономії, розвитку лідерських якостей [2].

Отже, транзактний аналіз представляє собою цінність, оскільки дозволяє навчитися якнайповніше використовувати всі види комунікацій, і, отже, створювати, розвивати і підтримувати кращі стосунки з оточуючими. Особливо важливим для розвитку особистості студента є навчання самостійності у своєму житті і прийняттю відповідальності за себе і свої вчинки — що і є кінцевою метою терапії за допомогою теорії транзактного аналізу. Також значущим для студента є становлення його автономії як відновлення трьох життєво важливих людських здібностей — спонтанності, усвідомленості та близькості, що закодовані, відповідно, в Его-станах Дитини, Дорослого та Батька.

Список використаних джерел

1. Banham B. Transactional Analysis. 2022. URL: <https://www.counselling-directory.org.uk/transactional-analysis.html#whatistransactionalanalysis> (дата звернення: 12.10.2024)
2. Brackbyrn S. The Transactional Analysis Therapy. 2024. URL:

<https://coachfoundation.com/blog/transactional-analysis-therapy/> (дата звернення: 11.10.2024)

3. How Transactional Analysis can Help You Move Past Social Anxiety. 2023. URL: <https://road2resolutions.com/move-overwhelming-feelings-stress-anxiety/> (дата звернення: 11.10.2024)

Низова А.С.,
студентка IV курсу
Університету митної справи та фінансів

Мороз С.М.,
доктор медичних наук, професор

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК РОЛЬОВОЇ ПОЗИЦІЇ В МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ (ЗА ТЕОРІЄЮ Е. БЕРНА) ТА ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СТУДЕНТІВ

Психіка сучасного студента зазнає потужних негативних впливів соціального та політичного характеру, що не сприяє гармонійному становленню особистості і може призвести до дисгармонії у структурі особистості — незлагодженості між трьома структурними рольовими позиціями в міжособистісних стосунках (Его-станами) Дитини, Дорослого та Батька, як впливає з теорії Е. Берна. Оскільки згадані вище негативні впливи істотно позначаються на самопочутті, якості життя та міжособистісних стосунках студентів, від яких залежить майбутнє країни, важливою частиною сучасних психологічних досліджень повинно стати вивчення того, як саме рольові позиції в міжособистісних стосунках впливають на особистісні характеристики студентів та їхню Я-концепцію, моделі поведінки у соціумі та типи взаємовідносин у малих групах.

З метою вивчення взаємозв'язку між рольовими позиціями в міжособистісних стосунках (за теорією Е. Берна) та особистісними характеристиками студентів було проведено емпіричне дослідження, у якому взяли участь 40 студентів зі спеціальності «Психологія» (у віці від 17 до 22 років) денної форми навчання закладу вищої освіти Університету митної справи та фінансів (м. Дніпро). З них 4 особи з першого курсу, 14 осіб з другого курсу, 6 осіб з третього курсу та 16 осіб з четвертого курсу. В гендерному співвідношенні вибірка складає: 36 (90%) дівчат і 4 (10%) хлопця. Для реалізації мети було обрано такі методики: «Опитувальник структурних Его-станів» [2], «Методика дослідження локусу контролю» Дж. Роттера [1], «Тест особистісної та ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна [1], «Методика діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі [1].

Згідно отриманих результатів за методикою «Опитувальник структурних Его-станів» можна констатувати, що 97% досліджуваних характеризуються одним переважаючим Его-станом: з них 50% досліджуваних мають домінуючий Его-стан Дорослого і 47% — домінуючий Его-стан Дитини. За результатами «Методики дослідження локусу контролю» Дж. Роттера можна стверджувати, що

переважаючій частині студентів (65%) притаманний зовнішній (екстернальний) локус контролю. Решті досліджуваних (35%) властивий внутрішній (інтернальний) локус контролю. «Тест особистісної тривожності» Спілбергера-Ханіна виявив, що більшість досліджуваних студентів (92,5%) у повсякденному житті переживають перманентну тривогу на високому рівні її інтенсивності. Відповідно до отриманих результатів за «Методикою діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі, можна зробити висновок, що в середньому на помірному рівні вираженості в *реальному* «Я» у студентів проявлені соціальні орієнтації на авторитарність (42,5%), егоїстичність (57,5%), агресивність (60%), підозрілість (42,5%), залежність (55%), доброзичливість (50%); на високому — орієнтації на альтруїстичність (52,5%). Однакова кількість студентів проявили соціальні орієнтації на підпорядкування в *реальному* «Я» на помірному (32,5%) і високому (32,5%) рівнях. В середньому на низькому рівні вираженості в *ідеальному* «Я» у студентів проявлені соціальні орієнтації на агресивність (77,5%), підозрілість (100%), підпорядкування (97,5%), залежність (87,5%), доброзичливість (52,5%), альтруїстичність (65%). Однакова кількість студентів проявили: соціальні орієнтації на авторитарність в *ідеальному* «Я» на низькому (37,5%) і помірному (37,5%) рівнях; соціальні орієнтації на егоїстичність в *ідеальному* «Я» на низькому (50%) і помірному (50%) рівнях.

Виходячи з результатів, отриманих шляхом статистичної обробки даних, можна дійти висновку про наявність таких взаємозв'язків:

- у осіб з домінуючою рольовою позицією Дитини спостерігається більш виражена особистісна тривожність;
- особи з домінуючою рольовою позицією Дорослого в більшій мірі налаштовані на авторитарність та егоїстичність в *реальному* «Я»;
- особи з домінуючою рольовою позицією Дитини у своїх уявленнях про себе як про *ідеал* в більшій мірі налаштовані на підозрілість, залежність та доброзичливість;
- особи з домінуючою рольовою позицією Дорослого в більшій мірі налаштовані на домінування в різних його проявах в міжособистісних стосунках в *реальному* «Я»;
- особи з домінуючою рольовою позицією Дитини мають сильніше виражену тенденцію до підпорядкування в різних його проявах в міжособистісних стосунках в *реальному* «Я» та в уявленнях про себе як про *ідеал*.

Представлені результати емпіричного дослідження дозволили встановити, що між Его-станами та деякими особистісними особливостями або особливостями поведінки в міжособистісних стосунках існує взаємозв'язок.

Список використаних джерел

1. Психологічні методики та тести. URL: <https://www.counselling-directory.org.uk/transactional-analysis.html#whatistransactionalanalysis> (дата звернення: 03.10.2024)
2. Тест "Трансактний аналіз Е. Берна" (Тест "Дитина, Дорослий, Батько"). URL: <https://naurok.com.ua/test-transaktniy-analiz-e-berna-test-ditina-dorosliy-batko-404222.html> (дата звернення: 03.10.2024)