

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ
УНІВЕРСИТЕТ МИТНОЇ СПРАВИ ТА ФІНАНСІВ
Факультет управління
Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА
за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти

**«ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ДОВІРИ В
МІЖОСОБИСТІСНІЙ ВЗАЄМОДІЇ У ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ»**

Спеціальність: 053 Психологія

Освітня програма: Психологія

ВИКОНАЛА:

студентка групи ПС22-2
Муленко Дар'я Сергіївна

КЕРІВНИК:

д. психол. наук, проф., проф. каф. психології
Шевяков Олексій Володимирович

РЕЦЕНЗЕНТ:

к. пед. наук, доц., доц. каф. міждисциплінарних
досліджень
Дніпровської академії музики
Славська Яніна Анатоліївна

ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ:

завідувач кафедри психології
Склянська Ольга Вадимівна

м. Дніпро-2026

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1.ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ	
ДОВІРИ В ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ.....	10
1.1. Сутність, функції та структура довіри як фундаментального соціально-психологічного явища.....	10
1.2. Психологічні концепції розвитку довіри особистості в онтогенезі та чинники формування довіри до себе, до іншого та до світу	16
1.3. Особливості прояву довіри у підлітків в умовах війни.....	22
Висновки до першого розділу	28
РОЗДІЛ 2.ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ	
ДОВІРИ У ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	30
2.1. Організація, процедура та обґрунтування комплексу діагностичних методик дослідження	30
2.2. Психологічний аналіз та інтерпретація результатів вивчення рівня довіри у підлітків в умовах війни	35
2.3. Психологічні рекомендації щодо відновлення довіри та побудови безпечної комунікації підлітків в умовах війни.....	51
Висновки до другого розділу	55
ВИСНОВКИ	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	60
ДОДАТКИ.....	65

АНОТАЦІЯ

Кваліфікаційна робота бакалавра присвячена теоретичному та емпіричному дослідженню психологічних особливостей прояву довіри у підлітків в умовах війни. Актуальність теми зумовлена тим, що воєнний стан суттєво впливає на почуття безпеки, характер міжособистісної взаємодії, рівень відкритості до інших людей та здатність підлітків зберігати довіру до себе, оточення і світу. У роботі розкрито сутність довіри як соціально-психологічного феномену, проаналізовано її функції, структуру та основні психологічні концепції розвитку в онтогенезі. Особливу увагу приділено проявам довіри у підлітковому віці в умовах воєнного стресу, зокрема зміні рівня міжособистісної довіри, довіри до себе, довіри до світу, ролі емпатії та психологічного клімату в учнівському колективі.

Мета дослідження полягала у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному вивченні психологічних особливостей довіри у підлітків в умовах війни, а також у розробці практичних рекомендацій щодо її відновлення та зміцнення. Емпіричне дослідження проводилося на вибірці з 60 учнів віком 15–16 років, серед яких 30 хлопців і 30 дівчат. Для діагностики було використано методику діагностики міжособистісної довіри Дж. Роттера, методику довіри/недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе А. Купрейченко, методику «Психологічна атмосфера у колективі» А. Фідлера та багатофакторний опитувальник емпатії IRI Е. Девіса.

За результатами дослідження встановлено, що довіра підлітків в умовах війни має складну структуру та пов'язана з рівнем самодовіри, емпатійності й особливостями психологічного клімату в класному колективі. Виявлено, що довіра до себе виступає важливим внутрішнім ресурсом, який підтримує здатність підлітка до відкритої взаємодії з іншими людьми. Сприятлива психологічна атмосфера у класі пов'язана з вищим рівнем міжособистісної довіри, а емпатійна турбота сприяє формуванню більш безпечної та підтримувальної комунікації між підлітками.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності практичних психологів закладів освіти, соціальних педагогів, класних керівників та фахівців, які працюють із підлітками в умовах війни. Запропоновані рекомендації можуть бути застосовані для розвитку самодовіри, підтримки безпечного спілкування, профілактики соціальної ізоляції та зміцнення психологічної стійкості підлітків.

Ключові слова: довіра, міжособистісна довіра, довіра до себе, довіра до світу, підлітковий вік, війна, емпатія, психологічний клімат, резильєнтність, психологічна безпека.

SUMMARY

The bachelor's qualification paper is devoted to the theoretical and empirical study of the psychological features of trust manifestation in adolescents under wartime conditions. The relevance of the topic is determined by the fact that war significantly affects the sense of safety, the nature of interpersonal interaction, the level of openness to other people, and adolescents' ability to maintain trust in themselves, others, and the world.

The paper reveals the essence of trust as a socio-psychological phenomenon and analyzes its functions, structure, and main psychological concepts of development in ontogenesis. Special attention is paid to the manifestation of trust in adolescence under conditions of war-related stress, in particular to changes in the level of interpersonal trust, self-trust, trust in the world, the role of empathy, and the psychological climate in the student group.

The aim of the study was to theoretically substantiate and empirically investigate the psychological features of trust in adolescents under wartime conditions, as well as to develop practical recommendations for its restoration and strengthening. The empirical study was conducted on a sample of 60 students aged 15–16, including 30 boys and 30 girls. The diagnostic tools included J. Rotter's Interpersonal Trust Scale, A. Kupreichenko's Trust/Distrust of the World, Other People, and Oneself

method, A. Fiedler's Psychological Atmosphere in the Group method, and M. Davis's Interpersonal Reactivity Index (IRI).

The results of the study showed that adolescents' trust under wartime conditions has a complex structure and is associated with the level of self-trust, empathy, and the characteristics of the psychological climate in the classroom. It was found that self-trust acts as an important internal resource that supports adolescents' ability to engage in open interaction with other people. A favorable psychological atmosphere in the classroom is associated with a higher level of interpersonal trust, while empathic concern contributes to the formation of safer and more supportive communication among adolescents.

The practical significance of the paper lies in the possibility of using the obtained results in the work of practical psychologists in educational institutions, social educators, class teachers, and specialists working with adolescents under wartime conditions. The proposed recommendations may be used to develop self-trust, support safe communication, prevent social isolation, and strengthen adolescents' psychological resilience.

Keywords: trust, interpersonal trust, self-trust, trust in the world, adolescence, war, empathy, psychological climate, resilience, psychological safety.

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасному світі, що перебуває у стані постійної турбулентності, феномен довіри набуває статусу фундаментальної умови виживання та збереження психічного здоров'я особистості. Особливої гостроти ця проблема набуває для українського суспільства, яке стикнулося з руйнівним впливом повномасштабної війни, що докорінно змінює архітектуру соціальних зв'язків та базові уявлення людини про безпеку. Підлітковий вік, що традиційно характеризується кризою ідентичності та активною переоцінкою цінностей, в умовах воєнного стану стає найбільш вразливою мішенню для деструкції внутрішніх опор.

Трансформація довіри у підлітків під впливом екстремального стресу призводить до загострення вибірковості у спілкуванні, зростання соціальної дистанції та часто до формування хронічної недовіри до навколишнього світу. Втрата базового почуття безпеки блокує природні механізми соціалізації та може стати причиною тривалих психологічних травм, що впливатимуть на все подальше життя особистості. Саме тому вивчення чинників, що допомагають зберегти або відновити довіру у юнацькому віці, є критично необхідним для розробки стратегій психологічного супроводу молоді. Необхідність вивчення даної теми зумовлена потребою у створенні дієвих інструментів підтримки ментальної стійкості підлітків в умовах війни.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні психологічних особливостей довіри у підлітків в умовах війни, а також у розробці практичних рекомендацій щодо її відновлення та зміцнення.

Об'єкт дослідження – феномен довіри особистості як соціально-психологічне явище.

Предмет дослідження – психологічні особливості, структурні компоненти та чинники трансформації довіри у підлітків в умовах війни.

Гіпотеза дослідження – рівень міжособистісної довіри підлітків безпосередньо корелює з їхньою здатністю до емпатичного співпереживання та позитивним сприйняттям психологічного клімату в класі, при цьому довіра до себе виступає внутрішнім ресурсом для формування довіри до оточуючих.

Завдання дослідження:

1. Розкрити сутність, функції та структуру довіри як фундаментального соціально-психологічного явища в сучасній науці.
2. Проаналізувати класичні та сучасні психологічні концепції розвитку довіри в онтогенезі та чинники її формування.
3. Охарактеризувати особливості прояву довіри у підлітків в умовах війни.
4. Організувати, провести та інтерпретувати результати емпіричного дослідження особливостей прояву довіри у підлітків в умовах війни.
5. Розробити психологічні рекомендації щодо відновлення довіри та побудови безпечної комунікації підлітків в умовах війни.

Для досягнення мети було використано комплекс **методів дослідження:**

- *теоретичні*: аналіз, систематизація та узагальнення наукової літератури для з'ясування стану вивченості проблеми;
- *емпіричні*: тестування за допомогою діагностичного інструментарію (Методика діагностики міжособистісної довіри (Дж. Роттер), Методика довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе А. Купрейченко (в адаптації В. Петренко та О. Савченка), Методика «Психологічна атмосфера у колективі» (А. Фідлер), Багатофакторний опитувальник емпатії (IRI) (Е. Девіс, в адаптації Т. Корягіної));
- *методи математичної статистики*: кореляційний аналіз (коефіцієнт Пірсона (r) та t -критерій Стьюдента) для підтвердження вірогідності отриманих даних та перевірки дослідницької гіпотези.

Емпірична база дослідження. Для проведення емпіричного дослідження було сформовано вибірку, що складається із 60 учнів гімназії № 11 Павлоградської міської ради, м. Павлоград. Серед досліджуваних – 30 хлопців та 30 дівчат віком 15–16 років.

Теоретико-методологічна основа дослідження. Робота базується на фундаментальних положеннях про базову довіру Е. Еріксона [43], міждисциплінарному аналізі категорії довіри І. Агапченко [1], В. Кравченко [17] та Н. Кривої [18]. Питання розвитку довіри в онтогенезі та її структури розглядалися з опорою на праці В. Кравців [16], І. Куліш [22] та Д. Лисенка [25]. Проблематика трансформації цінностей підлітків під час війни висвітлена у роботах К. Журби [12; 13] та О. Яцини [42]. Ресурси резильєнтності та ролі сімейного виховання досліджувалися на основі концепцій Г. Чайки [38; 39], М. Сичинської [33] та Т. Гурлевої [7; 8]. Також враховано соціально-філософські аспекти довіри Ф. Фукуями [44], А. Селігмана [48] та Е. Усланера [49].

Теоретична значущість та наукова новизна. У роботі вперше систематизовано психологічні чинники, що визначають динаміку тріади довіри (до себе, іншого та світу) саме у підлітків під впливом воєнного стресу. Наукова новизна полягає у поглибленні уявлень про механізми адаптації молоді через трансформацію довірливих стосунків та виявленні зв'язку між рівнем самодовіри підлітка та його здатністю до опору деструктивним медіавпливам. Запропоновано авторське визначення довіри як інтегрального психологічного утворення, що базується на внутрішній впевненості у доброзичливості світ. Теоретично обґрунтовано модель відновлення довіри як процесу, що охоплює саморегуляцію, сімейну підтримку та безпечну віртуальну комунікацію.

Практична значущість дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у роботі практичних психологів закладів освіти, центрів соціально-психологічної реабілітації та волонтерських організацій. Розроблені рекомендації можуть бути впроваджені у корекційні програми, спрямовані на подолання наслідків воєнної травми, зміцнення резильєнтності підлітків та налагодження ефективного діалогу в системі «батьки-діти». Матеріали роботи також можуть бути використані при підготовці лекційних курсів із вікової та кризової психології.

Апробація роботи...

Структура та обсяг. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (50 найменувань на 5 сторінках, із них 8 – іноземною мовою), 9 додатків (на 12 сторінках). Робота містить 7 таблиць. Загальний обсяг роботи – 73 сторінок, із них – 56 сторінок основного тексту.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ ДОВІРИ В ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ

1.1. Сутність, функції та структура довіри як фундаментального соціально-психологічного явища

Довіра є однією з найбільш складних і багатограних категорій, яка забезпечує стабільність суспільних відносин та внутрішню рівновагу особистості. У сучасному науковому дискурсі цей феномен розглядається не лише як емоційний стан, а як базовий механізм, що дозволяє людині взаємодіяти з непередбачуваним світом. Розуміння природи довіри вимагає ретельного аналізу її теоретичних витоків, оскільки вона пронизує всі сфери людського буття – від інтимно-особистісних зв'язків до глобальних соціальних систем. На сьогодні дослідження довіри стає критично важливим для розуміння того, як індивід зберігає свою цілісність у періоди гострих суспільних криз та викликів.

Аналізуючи сучасний стан наукових знань, І. Агапченко наголошує на необхідності вивчення категорії довіри саме через призму міждисциплінарного підходу. Автор зазначає, що довіра інтегрує в собі соціологічні, психологічні та філософські аспекти, що дозволяє глибше зрозуміти її роль у регуляції людської діяльності [1, с. 14]. Дійсно, такий широкий погляд допомагає вийти за межі вузькоспеціалізованих трактувань. Ми вважаємо, що саме такий підхід дає змогу охопити всі відтінки взаємодії людини з навколишньою реальністю.

Розглядаючи сутність явища, Н. Губа визначає міжособистісну довіру як очікування того, що слово або обіцянка іншої людини є надійними і можуть бути використані як опора для власної поведінки. Дослідниця виокремлює специфічні види та функції довіри, які забезпечують передбачуваність соціальних контактів у повсякденному житті [6, с. 34]. Це підтверджує думку

про те, що довіра є своєрідним психологічним клеєм, який тримає суспільство разом. Без такого внутрішнього переконання будь-яка комунікація втрачає свій конструктивний зміст та сенс.

У межах теоретичного огляду Д. Докторова детально аналізує різні школи та концепції, що намагаються пояснити природу виникнення довірливих стосунків. Вона підкреслює, що кожен із підходів акцентує увагу на різних детермінантах – від раціонального розрахунку до несвідомих емоційних настанов особистості [10, с. 52]. Така різноманітність поглядів свідчить про невичерпність феномену та його гнучкість у різних життєвих контекстах. На наш погляд, саме баланс між розумом і почуттями робить довіру настільки унікальним психологічним інструментом.

О. Кожем'якіна розглядає довіру як ціннісну основу соціальної взаємодії, що виступає фундаментальним регулятором відносин між людьми. У своїй праці авторка доводить, що довіра формує особливий простір безпеки, у якому можливе вільне самовираження та розвиток кожного учасника комунікації [14, с. 112]. Це означає, що цей феномен є не просто вибором людини, а її внутрішньою потребою у стабільному оточенні. Саме через систему цінностей довіра стає невід'ємною частиною духовної культури особистості.

Важливий внесок у розробку термінології зробив В. Кравченко, який досліджував категоріальний апарат психологічного дискурсу щодо конструювання дефініції довіри. Науковець стверджує, що точне визначення цього поняття вимагає врахування таких характеристик, як добровільність, відкритість та вразливість суб'єкта взаємодії [17, с. 96]. Таке бачення дозволяє відокремити справжню довіру від простої впевненості чи наївності. Логічно припустити, що чіткість у дефініціях допомагає практикам краще діагностувати стан стосунків у малих групах.

Науковий аналіз явища довіри в різних напрямках знання був ґрунтовно проведений Н. Шевченко, яка виокремила ключові вектори розуміння цього феномену в сучасній науці. Вона акцентує увагу на тому, що довіра може

виступати як властивість особистості, як стан або як особливий тип відносин між суб'єктами [41, с. 97]. Це розширює наші уявлення про те, як глибоко довіра закорінена у структурі людської психіки. Інтеграція цих позицій дозволяє створити об'ємну модель довіри як системного утворення.

Зарубіжний дослідник Ф. Фукуяма розглядає довіру як соціальну доброчесність, що безпосередньо впливає на процвітання та добробут всього суспільства. Він зазначає, що рівень довіри в культурі визначає здатність людей до самоорганізації та ефективної співпраці заради спільної мети [44, с. 85]. Ці думки підкреслюють стратегічне значення феномену для розвитку цивілізованих відносин. Можна сказати, що готовність довіряти є ознакою зрілої громади, яка цінує чесність і взаємну відповідальність.

Завершуючи огляд підходів, варто звернутися до ідей А. Селігмана, який пов'язує існування довіри з розвитком громадянського суспільства та особистої свободи. Автор вказує на те, що довіра виникає там, де існують ризики, і вона є способом подолання невизначеності у стосунках з «іншим» [48, с. 15]. Таке розуміння підкреслює активну роль людини у виборі своєї стратегії поведінки серед людей. Узагальнюючи ці погляди, ми бачимо, що довіра є вольовим актом прийняття іншого як надійної сторони.

На основі аналізу позицій вищезгаданих науковців ми можемо запропонувати власне бачення цього явища. Ми визначаємо довіру як інтегральне психологічне утворення, що відображає готовність особистості до відкритої взаємодії зі світом на основі внутрішнього переконання у безпеці та надійності об'єкта довіри. Це не просто очікування позитивної поведінки, а активний стан душі, що дозволяє долати соціальну дистанцію. Саме такий підхід допомагає зрозуміти, чому довіра залишається стабільною навіть за відсутності повних знань про іншу людину.

Довіра у нашому розумінні виступає одночасно і як внутрішній ресурс індивіда, і як форма зв'язку, що будується на взаємному визнанні цінностей. Вона дозволяє підлітку чи дорослому делегувати частину своєї безпеки іншому, зберігаючи при цьому автономність власного «Я». У контексті

нашого дослідження важливо підкреслити, що ця категорія є динамічною і може трансформуватися під впливом зовнішніх обставин. Проте саме довіра залишається тим стрижнем, навколо якого вибудовується життєвий простір людини.

Категоріальний аналіз підтверджує, що довіра є фундаментом, на якому тримається вся система соціально-психологічної адаптації особистості. Ми припускаємо, що багатовимірність цього поняття дозволяє йому виконувати захисну функцію у критичних ситуаціях. Кожне з наведених визначень доповнює загальну картину, розкриваючи довіру як джерело внутрішньої сили та соціальної згуртованості.

Переходячи від загальнонаукового визначення довіри до її внутрішньої будови, важливо зосередитися на тих механізмах, що забезпечують її функціонування у структурі особистості. Сучасні дослідження дозволяють не лише описати довіру як цілісний стан, а й виокремити її структурні компоненти та специфічні завдання, які вона виконує для підтримки ментального благополуччя. Розуміння функціонального навантаження довіри дає можливість побачити в ній не статичну рису, а живий психологічний процес, що постійно адаптується до нових викликів середовища. Саме через аналіз структури та функцій ми можемо розкрити роль цього феномену як ключового чинника стійкості людини.

У контексті системного аналізу Н. Крива розглядає проблему довіри в сучасній психологічній науці як багатовимірне явище, що безпосередньо впливає на якість життєдіяльності індивіда. Авторка акцентує увагу на тому, що структура довіри включає когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти, які у своїй єдності визначають готовність людини до ризику та відкритості [18, с. 129]. На нашу думку, саме узгодженість цих складників дозволяє особистості зберігати цілісність у складних соціальних ситуаціях. Коли внутрішні відчуття збігаються з раціональними висновками, довіра стає максимально стійкою та продуктивною.

Продовжуючи думку про системність, Д. Лисенко описує довіру як складний соціально-психологічний феномен, що виступає одночасно і як внутрішня установка, і як зовнішній прояв ставлення до іншого. Дослідник вказує на те, що функціонально довіра мінімізує складність соціального світу, дозволяючи людині не витрачати надмірні зусилля на постійну перевірку оточуючих [25, с. 124]. Це підтверджує важливість довіри як механізму економії внутрішніх ресурсів психіки. Здатність довіряти звільняє простір для творчості та саморозвитку, позбавляючи особистість паралізуючого страху помилки.

Т. Стеценко пропонує розглядати довіру як специфічний соціальний ресурс, що має потужний потенціал для практичного управління міжособистісними відносинами. Науковиця стверджує, що головною функцією цього ресурсу є створення умов для кооперації та ефективного обміну інформацією в межах будь-якої групи [34, с. 46]. Таким чином, довіра перетворюється з абстрактного поняття на дієвий інструмент досягнення спільних цілей. Логічно припустити, що в підліткових колективах саме цей ресурс визначає рівень згуртованості та взаємопідтримки під час криз.

Аналізуючи внутрішні процеси, Т. Супрунець виокремлює мисленнєвий аспект довіри та недовіри, наголошуючи на ролі інтелектуальних операцій у процесі прийняття рішення про довіру. Автор доводить, що довіра базується на здатності особистості прогнозувати майбутнє та конструювати образи надійної поведінки партнера по комунікації [35, с. 50]. Це означає, що розвинене мислення допомагає людині уникати сліпої віри, роблячи її довіру усвідомленою та виваженою. Саме інтелектуальний компонент забезпечує критичність сприйняття, що є життєво необхідним у сучасному інформаційному просторі.

Г. Циганенко розглядає функціонування довіри безпосередньо у просторі особистості та групової взаємодії, звертаючи увагу на її інтегративну роль. Дослідниця зазначає, що довіра структурує життєвий простір людини, визначаючи межі між «своїми» та «чужими», що забезпечує психологічний

комфорт та відчуття приналежності [36, с. 140]. Ця функція маркування соціального середовища дозволяє індивіду відчувати себе частиною надійної системи. Саме через чіткі внутрішні орієнтири довіри підліток формує своє перше коло надійних друзів та наставників.

Особливе значення для нашої роботи має позиція Г. Чайки, яка визначає довіру як ключовий компонент психічного здоров'я особистості. Вона стверджує, що стабільна система довіри виконує терапевтичну функцію, оскільки знижує рівень тривожності та запобігає розвитку хронічного стресу [37, с. 32]. Можна сказати, що здатність довіряти світу є показником внутрішньої сили та здоров'я психіки. Ми вважаємо, що підтримка довіри у підлітків є найкращою профілактикою емоційного вигорання та соціальної апатії в умовах невизначеності.

Зарубіжний дослідник Е. Усланер акцентує увагу на тому, що довіра виступає як фундаментальна моральна цінність, яка не завжди залежить від попереднього досвіду взаємодії. Він наголошує, що «узагальнена довіра» є важливою установкою, яка дозволяє людині ставитися до незнайомців як до потенційно надійних партнерів [49, с. 105]. Такий підхід підкреслює етичний вимір феномену, роблячи його основою гуманістичного ставлення до людства. Ми бачимо в цьому джерело оптимізму, яке допомагає молоді вірити в краще майбутнє навіть у часи тяжких випробувань.

Завершуючи структурний аналіз, варто згадати двокомпонентну модель Т. Ямагіші, яка розрізняє довіру як внутрішню установку та як фактичну поведінку. Науковець довів, що аттитюдна довіра (ставлення) є базою, на якій вибудовується поведінкова готовність до співпраці в реальних життєвих ситуаціях [50, с. 440]. Це розрізнення є принциповим для розуміння того, чому деякі люди декларують довіру, але бояться діяти на її основі. Гармонізація цих двох рівнів є головною метою психологічного супроводу розвитку особистості.

Логіка нашого дослідження вимагає узагальнення всіх зазначених функцій у єдину систему психологічної допомоги підліткам. Ми вважаємо, що

довіра працює як багатофункціональний стабілізатор, що одночасно захищає внутрішнє «Я», організовує соціальні контакти та забезпечує емоційну рівновагу. Кожен елемент її структури – від мисленнєвих операцій до моральних цінностей – має бути задіяний у процесі відновлення безпечної комунікації. Саме такий цілісний погляд дозволяє розробляти ефективні методики діагностики та корекції довірливих стосунків.

Отже, довіра є тим соціально-психологічним явищем, яке виступає стрижнем психічного життя людини. Її сутність полягає в активному прийнятті світу як безпечного місця, де можлива надійна взаємодія на основі взаємної відповідальності та емпатії. Структурно вона об'єднує інтелектуальну оцінку, емоційне прийняття та готовність до конкретних дій у стосунках з іншими. Ми розуміємо довіру як ресурс, що забезпечує здоров'я особистості та стає надійною опорою для підлітків у подоланні травматичного досвіду війни.

1.2. Психологічні концепції розвитку довіри особистості в онтогенезі та чинники формування довіри до себе, до іншого та до світу

Розвиток довіри в онтогенезі є складним процесом, який бере свій початок з моменту появи дитини на світ і триває протягом усього періоду її дорослішання. Це не просто набуття соціального досвіду, а послідовне закладання внутрішніх психологічних опор, які визначають, наскільки відкритою та впевненою буде людина у майбутньому. Кожен віковий етап додає нові змісти у структуру довіри, перетворюючи її з неусвідомленого відчуття безпеки на складну систему вибору об'єктів для взаємодії. Саме тому вивчення теоретичних моделей розвитку довіри дозволяє зрозуміти, як ранній досвід впливає на здатність підлітка долати кризові ситуації.

Класичним підґрунтям для розуміння цього питання є праця Е. Еріксона, який виокремив поняття «базової довіри» як перший і найважливіший етап формування ідентичності. Вчений стверджував, що саме у перший рік життя

дитина через ставлення матері вирішує для себе, чи є цей світ надійним, чи він несе загрозу і розчарування [43, с. 45]. На нашу думку, цей фундамент є визначальним для всієї подальшої соціалізації особистості. Якщо на цьому старті закладається тривога, то у підлітковому віці вона може виявитися у формі гострого відчуття самотності та відчуженості.

Проблему формування емоційного зв'язку продовжує Т. Леві, який детально описує механізми прив'язаності та їхній безпосередній вплив на зцілення психіки після перенесених травм. Автор наголошує, що надійна прив'язаність у дитинстві діє як захисний щит, що дозволяє людині зберігати здатність довіряти навіть після зіткнення з жорстокою реальністю [45, с. 112]. Це означає, що травматичний досвід війни легше переживають ті діти, які мають глибокий досвід безпечних стосунків з батьками. Відновлення довіри неможливе без повернення до цих базових почуттів безпеки та прийняття.

У контексті динаміки близьких стосунків Дж. Ремпель розглядає довіру як процес, що розвивається через передбачуваність та надійність партнера по комунікації. Науковець зазначає, що довіра у близькому колі проходить шлях від простої впевненості у вчинках іншого до глибокої віри у доброзичливість його намірів [47, с. 98]. Таке бачення допомагає зрозуміти, як формуються перші дружні зв'язки у підлітковому віці, коли надійність друга стає цінністю номер один. Ми вважаємо, що саме вмінню розрізняти наміри іншої людини підлітки вчаться через метод спроб і помилок у спілкуванні.

Сучасна дослідниця В. Кравців пропонує теоретичну модель розвитку міжособистісної довіри, яка враховує не лише вікові особливості, а й індивідуальні траєкторії становлення психіки. Вона доводить, що довіра розвивається циклічно, де кожен новий рівень соціальної активності вимагає переосмислення попереднього досвіду безпеки [16, с. 12]. Це дає нам підстави вважати, що підлітковий вік є критичною точкою, де довіра до дорослих піддається серйозній перевірці. Успішне проходження цього етапу дозволяє молодій людині стати по-справжньому автономною і відповідальною.

Вивчаючи витоки цього явища, І. Куліш акцентує увагу на розвитку довірливого ставлення дітей до дорослих саме в ранньому онтогенезі як першооснові будь-якої взаємодії. Дослідниця стверджує, що через спільну діяльність і гру дитина засвоює перші моделі довіри, які згодом переносяться на однолітків та сторонніх людей [22, с. 240]. Це вказує на величезну роль батьківської фігури у тому, який «кредит довіри» людина видаватиме світові у майбутньому. Можна припустити, що дефіцит уваги в дитинстві стає причиною хронічної недовіри, яку дуже важко скорегувати в юності.

Психологічні особливості формування стосунків на пізніших етапах розкриває Д. Лисенко, звертаючи увагу на те, як міжособистісна довіра інтегрується у структуру особистості. Він зазначає, що в міру дорослішання довіра стає більш вибірковою і починає базуватися на глибокому аналізі якостей іншої людини та власної інтуїції [26, с. 136]. Це свідчить про інтелектуалізацію довіри, коли почуття починають підкріплюватися логічними висновками. Для підлітка важливо знайти баланс між цією вибірковістю та здатністю залишатися відкритим до нових знайомств.

О. Назарук наголошує на тому, що довіра є обов'язковою передумовою для формування позитивного соціального досвіду будь-якої особистості. Вчена доводить, що без здатності довіряти дитина не може повноцінно засвоїти норми культури та етики, оскільки вона постійно перебуває у стані захисту [27, с. 218]. Це підтверджує думку про те, що довіра є «вхідним квитком» у повноцінне суспільне життя. Логічно, що саме через розвиток довіри можна допомогти підліткам вийти з ізоляції, спричиненої стресовими подіями.

Проаналізувавши ці концепції, ми бачимо чітку закономірність: довіра не з'являється нізвідки, вона вирощується через щоденну взаємодію та підтримку. Класичні теорії доводять, що коріння наших стосунків зі світом лежать у найтепліших дитячих спогадах про безпеку. Проте сучасні підходи додають, що людина здатна переглядати свій досвід і вчитися довіряти наново, навіть якщо попередні етапи були складними. Ми розуміємо цей процес як

постійне розширення внутрішніх кордонів, де страх поступово поступається місцем інтересу до іншої людини.

Можна сказати, що розвиток довіри в онтогенезі – це шлях від абсолютної залежності до свідомого партнерства. Ми бачимо в цьому процесі не просто зростання, а справжню еволюцію душі, яка вчиться бачити в іншому не загрозу, а можливість для спільного руху. Для нас важливо, що кожна дитина має шанс зміцнити свою базову довіру, якщо навколо неї буде створено стабільне та прогнозоване середовище. Саме такий підхід стане основою для нашого подальшого дослідження особливостей довіри у воєнний час.

Зазначимо, що розвиток довіри в онтогенезі досягає своєї повноти тоді, коли вона трансформується у цілісну тріаду: ставлення до себе, до інших людей та до навколишнього світу. Ця внутрішня конструкція працює як єдина система, де зміна одного компонента неминуче викликає коливання інших, створюючи унікальний психологічний профіль особистості. Особливого значення набуває самодовіра, яка стає тим внутрішнім фільтром, через який підліток пропускає будь-яку зовнішню інформацію та оцінки оточуючих. Розуміння того, як ці три вектори взаємодіють між собою, дає змогу побачити глибинні чинники, що забезпечують психологічну стійкість людини у найскладніші періоди життя.

Розглядаючи один із аспектів самодовіри, Т. Гурлева досліджує довіру до себе як читача у контексті захисту від негативних медіавпливів. Авторка наголошує, що впевненість у власній здатності критично сприймати інформацію є ключовим атрибутом психологічної безпеки в умовах сучасних інформаційних викликів [7, с. 172]. Це свідчить про те, що довіра до себе починається з визнання власної компетентності у взаємодії з будь-яким контентом. Розвиток такої внутрішньої опори допомагає молодій людині не загубитися у морі суперечливих новин та чуток.

Проблему вікової динаміки тріади довіри розкриває В. Кравців, аналізуючи рівні міжособистісної довіри серед осіб різних вікових категорій. Дослідниця доводить, що з віком структура довіри стає більш

диференційованою, а вимоги до надійності партнерів по спілкуванню значно зростають [15, с. 105]. Такий підхід підкреслює, що підлітковий вік є періодом активного перегляду дитячих настанов і формування дорослої, більш виваженої позиції. Саме ця здатність аналізувати досвід дозволяє людині будувати більш глибокі та усвідомлені зв'язки.

Вивчаючи витoki внутрішньої впевненості, О. Кузьмич зосереджується на теоретичних аспектах психологічних чинників формування довіри до себе. Науковиця стверджує, що самодовіра базується на позитивному прийнятті власного досвіду та усвідомленні своїх можливостей як суб'єкта життя [21, с. 240]. Можна сказати, що без міцного контакту з власним «Я» будь-яка зовнішня довіра буде крихкою та нестабільною. Робота над самоцінністю є першим кроком до відновлення базової довіри до світу, яка могла бути підірвана кризою.

М. Левицька у своїх працях акцентує увагу на теоретичних аспектах міжособистісної довіри як системи взаємодії. Вона розглядає довіру як динамічний процес, де кожен учасник постійно перевіряє межі дозволеного та рівень відкритості іншого [24, с. 191]. Це дозволяє побачити у довірі не статичне почуття, а живий діалог, що потребує постійних зусиль для свого підтримання. Логічно припустити, що саме через таку активну взаємодію підліток вчиться розуміти соціальні норми та правила чесної гри.

Методологічне обґрунтування вивчення тріади довіри представлене у роботі О. Савченка, який детально описує структуру довіри/недовіри особистості до світу, інших людей та до себе. Автор наголошує, що ці три компоненти перебувають у стані рухомої рівноваги, де дефіцит довіри до світу може компенсуватися надмірною довірою до себе або навпаки [31, с. 18]. Таке розуміння структури дозволяє нам більш точно проводити діагностику стану підлітків у кризових ситуаціях. На нашу думку, саме цілісний підхід до тріади дає змогу побачити справжню картину психологічного благополуччя.

С. Ситнік досліджує довіру до людей та її реальний прояв у процесах міжособистісної взаємодії, пов'язуючи внутрішні установки з конкретними

вчинками. Науковиця доводить, що високий рівень довіри до оточуючих сприяє зниженню конфліктності та підвищує якість сумісної діяльності у будь-якій групі [32, с. 61]. Це робить довіру не просто емоційним станом, а важливим соціальним капіталом, що пришвидшує всі процеси комунікації. В учнівських колективах розвиток такої довіри є запорукою створення здорової атмосфери, вільної від цькування та страху.

Важливість довіри як фундаментальної умови побудови будь-яких стосунків підкреслюють Г. Чуйко та Я. Чаплук, визначаючи її як головну передумову партнерства. Дослідники стверджують, що без базового кредиту довіри неможливе виникнення справжньої емпатії та солідарності між людьми [40, с. 31]. Таке бачення робить довіру «наріжним каменем» у фундаменті людського співіснування. Можна зробити висновок, що навчання підлітків мистецтву довіряти – це, по суті, навчання їх мистецтву жити у мирі та співпраці з іншими.

Аналіз цих позицій дозволяє нам дійти висновку, що формування довіри є процесом внутрішньої інтеграції, де довіра до себе виступає головним стрижнем. Якщо ми віримо собі, ми стаємо більш стійкими до зовнішніх маніпуляцій і водночас більш здатними до справжнього співчуття до оточуючих. Ми розуміємо цей процес як побудову безпечного внутрішнього простору, який дозволяє людині виходити назовні без страху бути знищеною. Це особливо важливо для підлітків, чиє сприйняття світу зараз проходить через горнило важких соціальних трансформацій.

Отже, можна визначити психологічні концепції розвитку довіри як складний шлях становлення особистісної цілісності від раннього дитинства до юності. Тріада довіри – до себе, до іншого та до світу – є тим каркасом, що тримає психіку людини, забезпечуючи її адаптацію та розвиток. Чинники її формування лежать як у площині ранніх дитячо-батьківських стосунків, так і у поточному досвіді успішної соціальної взаємодії. Ми розглядаємо довіру як фундаментальну передумову гармонійного онтогенезу, де кожна перемога над сумнівом стає кроком до зрілого та відповідального партнерства.

1.3. Особливості прояву довіри у підлітків в умовах війни

Підлітковий вік сам по собі є періодом великих внутрішніх потрясінь, коли звичний дитячий світ руйнується, поступаючись місцем пошуку власної ідентичності. Проте в умовах війни цей процес значно ускладнюється, адже зовнішня реальність стає джерелом постійної загрози та непередбачуваності. Довіра, яка раніше сприймалася як щось само собою зрозуміле, тепер потребує переосмислення та додаткових зусиль для свого збереження. Війна змушує підлітків швидше дорослішати, ставлячи перед ними питання безпеки, вірності та надійності оточення набагато раніше, ніж це передбачено звичайним онтогенезом.

Досліджуючи соціальні аспекти цього питання, І. Бондаревська та В. Михайленко вивчали взаємозв'язок між довірою до новинних медіа та громадянською активністю підлітків в умовах опору. Автори зазначають, що високий рівень критичності до інформації допомагає молоді формувати власну національну ідентичність і відчувати свою причетність до долі країни [3, с. 18]. Це свідчить про те, що довіра стає вибірковою та свідомою, перетворюючись на інструмент захисту від ворожих маніпуляцій. Така пильність є ознакою інтелектуальної зрілості, яка формується під тиском зовнішніх обставин.

Процес внутрішнього становлення особистості в цей складний період аналізує В. Горпинюк, розглядаючи виховання підлітка в системі координат «довіра–недовіра». Дослідниця підкреслює, що соціально свідоме зростання можливе лише тоді, коли підліток знаходить баланс між відкритістю до світу та необхідною обережністю [4, с. 163]. Таке хитання між полюсами є природним, але війна значно посилює схильність до недовіри як захисної реакції на небезпеку. На наш погляд, завдання дорослих у цей час – допомогти підлітку не закритися повністю у своєму внутрішньому коконі.

К. Журба у своїх працях описує, як війна стає вирішальним чинником впливу на смисложиттєву сферу сучасних підлітків, змінюючи їхні погляди на майбутнє. Вона стверджує, що екстремальні події змушують молодих людей

переоцінювати свої прагнення, висуваючи на перший план цінність людського життя та безпеки [12, с. 106]. Це призводить до того, що довіра починає сприйматися як дефіцитний і надзвичайно дорогий ресурс, який дарують лише найближчим. Можна припустити, що саме через такі глибокі внутрішні зміни формується нове покоління з дуже гострим відчуттям правди.

Продовжуючи цю тему, К. Журба акцентує увагу на трансформації смисложиттєвих цінностей підлітків, наголошуючи на важливості збереження внутрішньої стійкості. Автор доводить, що здатність знаходити сенси навіть у важких випробуваннях дозволяє підліткам зберігати базовий рівень довіри до життя [13, с. 62]. Такий психологічний захист є ключовим для попередження апатії та розчарування у людських стосунках. Саме через оновлені цінності підліток знаходить сили для відновлення контактів із соціумом після пережитого стресу.

Питання соціалізації в умовах воєнного стану розкриває Л. Нечипорук, аналізуючи зміни у звичних моделях поведінки та спілкування молоді. Дослідниця зазначає, що обмеження вільного пересування та зміна шкільного середовища змушують підлітків шукати нові форми підтримки та довіри у віртуальному просторі [29, с. 91]. Це створює як нові можливості для солідарності, так і ризики зустріти нещирість або агресію поза межами реального контролю. Така вимушена трансформація спілкування вимагає від підлітків набагато вищого рівня внутрішньої пильності.

Аналіз становлення громадянської ідентичності особистості пропонує І. Петровська, пов'язуючи цей процес із розвитком загальної довіри до держави та суспільних інститутів. Науковиця стверджує, що під час війни почуття приналежності до своєї спільноти стає потужним джерелом внутрішньої сили та впевненості [30, с. 115]. Це допомагає підлітку відчувати себе частиною чогось великого і надійного, що частково компенсує втрату особистого спокою. Логічно, що саме через спільну боротьбу та волонтерство молодь вчиться довіряти не лише друзям, а й незнайомим співвітчизникам.

О. Яцина звертає увагу на ознаки травматизації психіки та їхній руйнівний вплив на здатність підлітків будувати довірливі стосунки. Дослідниця наголошує, що пережитий жак війни часто призводить до емоційного відсторонення та постійного очікування зради [42, с. 556]. Такі зміни потребують тривалої психологічної реабілітації, спрямованої на м'яке повернення здатності відчувати безпеку поруч з іншими людьми. Ми вважаємо, що без спеціальної підтримки травма може надовго заблокувати природну потребу підлітка у близькій та щирій дружбі.

Зарубіжний дослідник А. Мітінг разом із колегами вивчав роль довіри у дружбі як ключового чинника психологічного добробуту в період переходу до дорослості. Науковці довели, що наявність хоча б однієї людини, якій можна повністю довіряти, значно знижує ризик розвитку депресивних станів у кризових умовах [46, с. 248]. Це підтверджує рятівну функцію довіри, яка виступає своєрідним амортизатором ударів долі. Можна зробити висновок, що дружба під час війни стає не просто дозвіллям, а справжньою стратегією виживання для юної душі.

Підсумовуючи думки науковців, ми бачимо, що війна діє на підлітка як каталізатор, який прискорює всі внутрішні процеси. Довіра у цей час перестає бути наївною і перетворюється на свідомий вибір, що ґрунтується на спільних діях та перевірених часом вірності. Ми розуміємо психологічну трансформацію цього віку як болючий, але необхідний шлях до формування стійкої та відповідальної особистості. Головним викликом тут залишається збереження здатності любити і вірити людям попри весь негативний досвід, отриманий у дні війни.

Зазначимо, що здатність підлітків зберігати та відновлювати довіру в умовах воєнних дій тісно пов'язана з їхнім внутрішнім ресурсом стійкості, який у психології визначається як резилієнтність. Це не просто вміння виживати, а здатність особистості використовувати стрес як стимул для внутрішнього зростання та пошуку нових точок опори. У цьому контексті довіра виступає як захисний механізм, що дозволяє підлітку не замикатися в

собі, а активно шукати підтримку в найближчому оточенні та власних силах. Аналіз чинників, що сприяють зміцненню цієї стійкості, допомагає зрозуміти, як саме можна підтримати молоде покоління у поверненні до повноцінного соціального життя.

Важливим аспектом, що перешкоджає формуванню довіри, є особистісні особливості підлітка, зокрема прояви егоцентризму, які досліджувала О. Білецька. Авторка доводить, що зацикленість на власних переживаннях та нездатність прийняти точку зору іншого стають причиною низького рівня довіри у міжособистісних стосунках [2, с. 14]. В умовах війни цей егоцентризм може посилюватися як захисна реакція, проте він лише заважає підлітку отримувати необхідну емоційну допомогу. Подолання цього бар'єра через розвиток емпатії є ключовим кроком до відновлення соціальної гармонії.

У пошуках нових ресурсів для спілкування підлітки все частіше звертаються до цифрового простору, що описує В. Гриджук. Дослідниця вказує, що віртуальне середовище за умови правильного використання може стати майданчиком для формування довірливих стосунків, коли реальні контакти обмежені [5, с. 112]. Це дозволяє молоді відчувати солідарність і підтримку однолітків, що позитивно впливає на загальний психологічний стан. На наш погляд, цифрові ресурси сьогодні виконують роль своєрідного містка, який не дає підлітку опинитися у повній ізоляції від соціуму.

Т. Гурлева та Н. Журавльова розглядають довіру до себе як фундаментальний атрибут стресостійкості особистості, особливо в умовах інформаційного протистояння. Науковиці наголошують, що впевненість у власних силах та здатність спиратися на внутрішні цінності дозволяють підлітку зберігати рівновагу навіть під час гострих криз [8, с. 79]. Це робить самодовіру тим невидимим стрижнем, який не дає зовнішнім обставинам зруйнувати цілісність особистості. Саме через виховання довіри до себе підліток здобуває справжню незалежність від маніпуляцій та страху.

Ризики, пов'язані з дефіцитом довіри, аналізують М. Єсип та І. Михайлюк, вказуючи на прямий зв'язок між низьким рівнем самодовіри та

схильністю до девіантної поведінки. Дослідники застерігають, що втрата орієнтирів та недовіра до світу часто штовхають підлітків на шлях соціальної дезадаптації та порушення норм [11, с. 75]. Таке агресивне поводження є лише криком про допомогу та свідченням глибокої внутрішньої незахищеності молоді. Логічно припустити, що відновлення довірливого контакту з дорослими є найкращою профілактикою підліткових правопорушень.

С. Кузікова та С. Лукомська звертають увагу на особливості адаптації підлітків у воєнний час, виокремлюючи психологічні механізми, що допомагають долати стрес. Авторки зазначають, що успішна адаптація можлива лише за умови активної саморегуляції та наявності безпечного середовища, яке спонукає до відкритості [20, с. 68]. Це підкреслює роль свідомих зусиль самої особистості у процесі відновлення власного психологічного ресурсу. Ми вважаємо, що навчити підлітка технікам саморегуляції – означає дати йому дієвий інструмент для збереження здатності довіряти.

Вплив сімейного фактора у цифрову епоху досліджує А. Нерубасська, аналізуючи, як соціальні мережі трансформують довіру між підлітками та батьками. Вона стверджує, що відкрита комунікація та спільне подолання медіавикликів зміцнюють родинні зв'язки, роблячи сім'ю головним джерелом безпеки [28, с. 177]. Коли батьки стають надійними партнерами, дитині набагато легше протистояти негативним впливам ззовні. Саме якість діалогу вдома визначає те, наскільки успішно підліток зможе інтегруватися у складне доросле життя.

М. Сичинська підкреслює, що батьківсько-дитячі взаємини є вирішальним чинником формування резильєнтності, виступаючи надійним буфером проти воєнної травми. Дослідниця доводить, що емоційне прийняття та підтримка з боку дорослих дозволяють підлітку зберігати віру в людей навіть після важких втрат [33, с. 165]. Такий досвід безпеки закладає основу для подальшого відновлення всіх соціальних зв'язків особистості. Можна

зробити висновок, що міцна сім'я є тим фундаментом, на якому вибудовується здатність довіряти всьому навколишньому світу.

Г. Чайка зосереджується на проблемах формування та підтримки базової довіри саме в часи війни та під час наступного післявоєнного відновлення. Науковиця вказує на те, що базова довіра є життєво необхідним ресурсом, який потребує постійного «підживлення» через позитивний досвід взаємодії [38, с. 31]. Це означає, що процес зцілення не закінчується з припиненням бойових дій, а вимагає тривалої роботи над зміцненням віри у безпеку. Стратегія відновлення має базуватися на створенні острівців надійності в кожній сфері життя підлітка.

Також Г. Чайка описує вплив базової довіри на загальне психологічне здоров'я, доводячи, що вона є запорукою стійкості до травматичних подій. Високий рівень довіри до себе та оточення дозволяє людині швидше проходити через гострі фази стресу та уникати розвитку посттравматичних розладів [39, с. 48]. Це перетворює довіру з емоційного стану на стратегічний чинник збереження людського потенціалу в масштабах цілої країни. Підтримка цього ресурсу має стати пріоритетом у роботі кожного практичного психолога.

Аналізуючи ці позиції, ми доходимо висновку, що резилієнтність підлітка прямо залежить від цілісності його системи довіри. Якщо дитина відчуває підтримку в родині та вірить у власні сили, її здатність долати виклики війни зростає в геометричній прогресії. Ми розуміємо процес відновлення не як повернення до минулого, а як побудову нової, більш глибокої та усвідомленої довіри, що пройшла крізь випробування. Головним ресурсом тут залишається людина – як та, що поруч, так і та, що всередині кожного підлітка.

Отже, особливості прояву довіри у підлітків в умовах війни полягають у її глибокій трансформації з наївного очікування безпеки на активну стратегію стійкості. Цей процес характеризується загостренням вибірковості у спілкуванні, зростанням ролі самодовіри як чинника резильєнтності та

критичною залежністю від якості сімейної підтримки. Ми розуміємо довіру підлітків у цей період як ресурс відновлення, що дозволяє інтегрувати травматичний досвід та зберігати вектор позитивного соціального розвитку. Таким чином, підтримка довірливих стосунків виступає не лише умовою психологічного здоров'я молоді, а й фундаментом для післявоєнного відродження всього українського суспільства.

Висновки до першого розділу

Теоретичний аналіз дозволив визначити довіру як складне міждисциплінарне явище, що об'єднує в собі когнітивні оцінки, емоційне прийняття та готовність до відкритої поведінки. Нами було запропоновано власне визначення довіри як інтегрального утворення, що базується на внутрішньому переконанні особистості у надійності світу та виступає головним регулятором соціальної взаємодії. Виокремлені функції та структура цього феномену підтверджують його роль як фундаментального ресурсу, що забезпечує стабільність психіки та економну регуляцію людських зусиль у міжособистісних контактах.

Вивчення психологічних концепцій розвитку довіри в онтогенезі показало, що цей процес проходить шлях від неусвідомленої базової довіри немовляти до свідомої та диференційованої тріади стосунків у юності. Основними чинниками формування довіри до себе, до іншого та до світу виступають надійна прив'язаність у дитинстві та позитивний досвід успішної соціалізації на пізніших етапах зростання. Встановлено, що самодовіра є центральним ядром цієї системи, яке визначає здатність індивіда залишатися відкритим до нових контактів та водночас зберігати власну автономію.

Особливості прояву довіри у підлітків в умовах війни полягають у глибокій трансформації їхньої смисложиттєвої сфери, де довіра перетворюється на вибірковий і свідомий інструмент психологічного захисту. Воєнний стан виступає каталізатором дорослішання, що вимагає від підлітків

високого рівня резильєнтності, де головними ресурсами відновлення стають міцні сімейні зв'язки та навички саморегуляції. Збереження здатності довіряти у цей період є критично важливим для ментального здоров'я молоді, оскільки саме довіра дозволяє інтегрувати травматичний досвід та продовжувати позитивний соціальний розвиток.

Отже, довіра є системою, яка в умовах суспільних криз стає ключовим чинником збереження цілісності особистості. Розглянуті теорії та підходи доводять, що успішна адаптація підлітка до викликів війни прямо залежить від гармонізації його стосунків із собою та навколишнім середовищем. Розуміння цих закономірностей створює необхідне підґрунтя для подальшого емпіричного дослідження психологічних особливостей довіри у сучасної молоді.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ДОВІРИ У ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

2.1. Організація, процедура та обґрунтування комплексу діагностичних методик дослідження

Емпіричний етап дослідження присвячений практичному вивченню психологічних особливостей довіри сучасних підлітків, що перебувають під впливом воєнного стану. Ми прагнемо не просто зафіксувати рівень показників, а зрозуміти внутрішні механізми формування безпечного простору особистості. Організація дослідження передбачає послідовне виконання діагностичних процедур для отримання достовірних результатів. Такий підхід дозволяє детально розглянути структуру довіри та її взаємозв'язок з іншими якостями підлітка.

Емпірична база дослідження сформована на базі гімназії № 11 Павлоградської міської ради, що розташована у місті Павлоград. Вибірка для нашого вивчення складається із 60 учнів цього закладу освіти. До складу групи увійшли 30 хлопців та 30 дівчат, що забезпечує статевий баланс показників. Віковий діапазон досліджуваних охоплює 15–16 років, що відповідає періоду старшого підліткового віку.

Вибір саме цієї вікової категорії зумовлений особливою чутливістю підлітків до кризових явищ навколишнього світу. У 15–16 років активно формуються світоглядні орієнтири та визначаються базові рівні соціальної взаємодії. Саме в цей період потреба у довірі до світу стикається з реаліями війни, створюючи складні психологічні феномени. Рівний розподіл за статтю дозволяє врахувати специфіку емоційного реагування юнаків та дівчат на виклики сучасності.

Гіпотеза нашого дослідження ґрунтується на припущенні, що рівень міжособистісної довіри підлітків безпосередньо корелює з їхньою здатністю

до емпатичного співпереживання та позитивним сприйняттям психологічного клімату в класі. При цьому ми вважаємо, що довіра до себе виступає внутрішнім ресурсом для формування довіри до оточуючих. Таке припущення дозволяє нам шукати внутрішні опори особистості, які допомагають зберігати стійкість. У нашому баченні довіра є цілісною системою, де самосприйняття визначає якість контактів із соціумом.

Ми вважаємо, що здатність розуміти почуття інших людей підсилює бажання йти на відкритий контакт. Коли підліток відчуває підтримку в колективі, його готовність довіряти одноліткам та вчителям значно зростає. Одночасно, стабільна впевненість у власних силах стає тим фундаментом, на якому будується безпечна комунікація. Таким чином, гіпотеза охоплює як особистісні риси, так і характеристики зовнішнього середовища дитини.

Для перевірки висунутої гіпотези ми організували дослідження у три послідовні етапи. Перший етап був підготовчим і включав аналіз наукової літератури та підбір відповідного діагностичного інструментарію. Ми ретельно відбирали методики, які здатні найбільш повно висвітлити стан довіри в умовах соціальної напруги. На цьому рівні було визначено основні критерії оцінювання та сформовано загальну стратегію роботи.

Другий етап став безпосередньо емпіричним і полягав у проведенні тестування серед учнів павлоградської гімназії. Процедура проводилася в груповій формі з дотриманням усіх етичних норм психологічного дослідження. Кожен респондент отримав чітку інструкцію та мав змогу працювати у комфортному для себе темпі. Ми приділяли особливу увагу створенню атмосфери безпеки, щоб отримати максимально щирі відповіді учасників.

На третьому етапі ми перейшли до кількісної та якісної обробки отриманих первинних даних. Цей крок передбачає використання методів математичної статистики для підтвердження або спростування наших припущень. Ми аналізуємо кореляційні зв'язки між показниками емпатії, клімату в класі та різними видами довіри. Завершується цей етап

формулюванням змістовних висновків та розробкою практичних рекомендацій для фахівців.

Для реалізації завдань емпіричного етапу роботи та повної перевірки сформульованої гіпотези ми здійснили ретельний відбір психодіагностичного інструментарію. Обрані методики дозволяють оцінити довіру як цілісний феномен, охоплюючи її внутрішні рівні, зовнішні прояви та кореляційні зв'язки з емоційними станами підлітків. Весь комплекс методів спрямований на отримання кількісних показників, які піддаються математичній обробці для виявлення закономірностей у структурі особистості. Ми враховували специфіку підліткового віку та особливості соціальної ситуації розвитку в умовах воєнного стану, що вимагає високої валідності тестів.

Першою в нашому комплексі виступає Методика діагностики міжособистісної довіри Дж. Роттера, яка спрямована на виявлення загальної установки підлітка щодо надійності інших людей. Опитувальник містить 25 тверджень, що стосуються різних суспільних явищ та щоденних стосунків, які респондент оцінює за п'ятибальною шкалою. Цей інструмент дозволяє диференціювати досліджуваних за трьома рівнями: від високої підозрілості й очікування обману до адаптивної довіри або навіть надмірної наївності. Використання даної методики є критично важливим для розуміння того, наскільки підлітки готові покладатися на слова та дії оточуючих у нестабільні часи (Дод. А).

Результати за Методикою діагностики міжособистісної довіри Дж. Роттера дають нам змогу визначити загальний «фон» соціальної взаємодії у групі. Низькі бали (25–65) вказують на захисну позицію особистості, яка часто є наслідком травматичного досвіду або загальної тривожності. Середній рівень (66–95) свідчить про гнучкість соціальних установок, що є ознакою психологічного здоров'я та здатності до адекватної оцінки ризиків. Високий бал (96–125) демонструє відкритість підлітка до світу, проте іноді може сигналізувати про недостатню сформованість критичного мислення у міжособистісній сфері.

Наступним важливим складником є Методика довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе А. Купрейченко в адаптації В. Петренко та О. Савченка. Цей інструментарій складається з 12 тверджень, які розподіляються за трьома ключовими шкалами для детального вивчення об'єктів довіри. Завдяки цій методиці ми можемо окремо проаналізувати самоставлення підлітка, його ставлення до найближчого оточення та глобальне сприйняття навколишньої дійсності. Такий розподіл відповідає нашій гіпотезі, де довіра до себе розглядається як первинний внутрішній ресурс для побудови контактів (Дод. Б).

Аналіз даних за Методикою довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе А. Купрейченко дозволяє встановити рівні збалансованості цих компонентів. Наприклад, висока довіра до себе при низькій довірі до світу може свідчити про виражену автономність як спосіб захисту від зовнішніх загроз війни. Для юнацького віку існують чіткі норми інтерпретації, що дозволяють віднести кожного учня до низького, середнього або високого рівня за кожною зі шкал. Отримана інформація стане основою для побудови профілів довіри, які ілюструють індивідуальні особливості адаптації підлітків у кризових умовах.

Третім інструментом є Методика «Психологічна атмосфера у колективі» А. Фідлера, яка фокусується на суб'єктивному сприйнятті підлітком свого соціального середовища. Досліджуванам пропонується оцінити 10 пар протилежних ознак, що характеризують стосунки в їхньому класі за восьмибальною шкалою. Сумарний бал дозволяє чітко визначити, чи є клімат у колективі сприятливим і підтримуючим, чи він наповнений конфліктністю та взаємним відчуженням. Це дає нам можливість перевірити гіпотезу про вплив групового фону на рівень індивідуальної міжособистісної довіри (Дод. В).

Інтерпретація результатів Методики «Психологічна атмосфера у колективі» А. Фідлера дозволяє виділити три типи оцінки середовища. Позитивна оцінка (10–33 бали) свідчить про те, що учні відчувають спільність

цілей та надійну підтримку з боку однокласників. Середній показник (34–55 балів) вказує на хиткість атмосфери, де зони довіри чергуються з байдужістю, що є типовим для перехідних етапів розвитку групи. Негативна оцінка (56–80 балів) сигналізує про вкрай несприятливу ситуацію, яка може руйнувати внутрішні опори підлітка та блокувати його розвиток.

Для вивчення емоційної складової взаємодії ми обрали Багатофакторний опитувальник емпатії (IRI) Е. Девіса в адаптації Т. Корягіної. Ця методика базується на розумінні емпатії як складної структури, що включає когнітивні та афективні компоненти, розподілені за чотирма шкалами. Шкали «децентрація» та «фантазія» відображають здатність підлітка інтелектуально осягати чужий досвід, тоді як «емпатична турбота» та «дистрес» показують глибину емоційного відгуку. Використання 28 пунктів опитувальника дозволяє отримати об'ємний портрет чутливості підлітка до переживань інших людей (Дод. Г).

Особлива увага при обробці Багатофакторного опитувальника емпатії (IRI) Е. Девіса приділяється балансу між співчуттям до інших та власним емоційним дискомфортом. В умовах війни шкала «емпатичного дистресу» часто демонструє високі показники, що вказує на надмірну тривогу підлітка при спостереженні за нещастям інших. Шкала «децентрації» при цьому виступає як захисний механізм, що дозволяє раціонально зрозуміти ситуацію без втрати психологічної рівноваги. Кількісні дані за цими шкалами будуть використані нами для проведення кореляційного аналізу з показниками міжособистісної довіри.

Отже, сформована емпірична база з 60 учнів гімназії № 11 м. Павлограда дозволяє отримати репрезентативні результати. Вибраний комплекс методик, що включає тести Дж. Роттера, А. Купрейченко, А. Фідлера та Е. Девіса, повністю відповідає завданню перевірки гіпотези про зв'язок довіри, емпатії та клімату в класі. Ми впевнені, що поєднання цих інструментів допоможе підтвердити роль довіри до себе як ключового ресурсу для формування відкритих стосунків. У наступних підрозділах ми перейдемо до статистичної

обробки та якісної інтерпретації отриманих даних за кожним із описаних параметрів.

2.2. Психологічний аналіз та інтерпретація результатів вивчення рівня довіри у підлітків в умовах війни

Аналітичний етап нашого дослідження розпочинається з розгляду первинних даних, отриманих під час діагностики загального рівня міжособистісної довіри за Методикою діагностики міжособистісної довіри Дж. Роттера. Ми зосередили увагу на тому, як підлітки оцінюють надійність оточуючих та суспільних інститутів у складних умовах воєнного часу. Отримані показники дозволяють диференціювати вибірку за ступенем відкритості до соціальної взаємодії та готовності покладатися на інших. Важливо було встановити не лише кількісні характеристики, а й якісну специфіку сприйняття довіри серед хлопців та дівчат.

Для систематизації отриманих даних ми згрупували результати за рівнями, визначеними автором методики, та розрахували основні статистичні параметри. У табл. 2.1 відображено кількісний розподіл досліджуваних, а також середні значення, що дає змогу побачити загальну тенденцію у вибірці підлітків.

Таблиця 2.1

Розподіл рівнів міжособистісної довіри у підлітків (за Методикою діагностики міжособистісної довіри Дж. Роттера), n=60

Рівні довіри (бали)	Хлопці (n=30), осіб%	Дівчата (n=30), осіб%	Загалом (n =60), осіб%
Низький (25–65)	10 (33,3%)	7 (23,3%)	17 (28,3%)
Середній (66–95)	16 (53,4%)	18 (60,0%)	34 (56,7%)
Високий (96–125)	4 (13,3%)	5 (16,7%)	9 (15,0%)
Середнє значення (M)	72,4	78,9	75,7
Стандартне відхилення (SD)	11,2	10,5	10,9

Аналіз результатів за Методикою діагностики міжособистісної довіри Дж. Роттера (табл. 2.1) свідчить, що більшість підлітків (56,7%) мають середній, адаптивний рівень довіри. Це вказує на те, що навіть у кризових умовах учні зберігають здатність до виваженої оцінки надійності свого оточення. Вони не демонструють тотальної ізоляції, проте залишаються досить обережними у встановленні нових глибоких контактів. Такий показник є проявом психологічної норми, оскільки дозволяє підлітку уникати як надмірної підозрілості, так і небезпечної наївності.

Низький рівень міжособистісної довіри зафіксовано у 28,3% від загальної кількості опитаних підлітків гімназії. Для цієї групи характерним є очікування обману, висока дистанційованість у спілкуванні та схильність до цинічних оцінок соціальних взаємодій. У контексті війни такий стан часто виступає як захисна реакція на загальну дестабілізацію та відчуття загрози базовій безпеці. Ці підлітки потребують особливої уваги, оскільки їхня підозрілість може перешкоджати отриманню необхідної соціальної підтримки.

Високий рівень довіри виявили лише 15% досліджуваних, що є найменшим показником у всій вибірці 15–16 річних учнів. Такі підлітки схильні сприймати людей як переважно добрих і надійних, часто ігноруючи потенційні ознаки нещирості. Хоча висока довіра сприяє легкому встановленню контактів, у ситуації воєнної загрози вона може межувати з певною дезадаптивністю. Ми припускаємо, що такий оптимізм може бути пов'язаний із високою емоційною підтримкою всередині сім'ї, яка нівелює зовнішній стрес.

При порівнянні результатів за статтю ми помітили, що дівчата мають дещо вищий середній бал ($M = 78,9$) порівняно з хлопцями ($M = 72,4$). Серед хлопців частіше зустрічається низький рівень довіри (33,3%), що може бути пов'язано з їхньою орієнтацією на автономність та стриманість у вияві емоцій. Дівчата ж частіше демонструють середній рівень (60%), що свідчить про їхню більшу спрямованість на підтримку соціальних зв'язків та пошук порозуміння.

Статистичне відхилення в обох групах є помірним, що говорить про відносну однорідність отриманих даних у межах вибірки.

Якісний аналіз відповідей за Методикою діагностики міжособистісної довіри Дж. Роттера вказує на те, що підлітки найбільше сумніваються у чесності офіційних інституцій. Питання, що стосувалися міжособистісної взаємодії з друзями та знайомими, отримали значно вищі бали, ніж питання про довіру до незнайомців. Це підтверджує тезу про звуження кола довіри до «своїх» у часи соціальних потрясінь. Підлітки намагаються знайти опору в найближчому оточенні, де прогнозованість поведінки іншого є значно вищою.

Наступним етапом нашого аналізу стало вивчення специфіки розподілу довіри за трьома фундаментальними напрямками: до себе, до інших людей та до світу в цілому. Використання Методики довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе А. Купрейченко дозволило нам побачити внутрішню ієрархію цих конструктів у підлітків. Ми виходили з розуміння того, що в умовах війни баланс між цими сферами може суттєво зміщуватися в бік самозарадності. Отримані дані дають змогу оцінити, наскільки стійким є внутрішній фундамент та як він корелює із зовнішніми векторами довіри.

Для наочного представлення результатів ми розрахували середні показники та відсотковий розподіл рівнів за кожною шкалою, враховуючи статевий аспект вибірки (табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Показники довіри до себе, інших та світу у підлітків (за методикою А. Купрейченко в адаптації В. Петренко та О. Савченка), n=60

Шкали та рівні	Хлопці (M±SD), бали	Дівчата (M±SD), бали	Загальний рівень (%)
1. Довіра до себе	25,8 ± 2,4	24,2 ± 2,9	С - 58,3%; В - 26,7%; Н - 15,0%
2. Довіра до інших	7,1 ± 1,5	8,4 ± 1,2	С - 51,7%; В - 20,0%; Н - 28,3%
3. Довіра до світу	8,6 ± 1,8	9,2 ± 1,6	С - 48,3%; В - 13,4%; Н - 38,3%

Примітка: Н – низький, С – середній, В – високий рівень.

Аналіз результатів за шкалою «Довіра до себе» (табл. 2.2) свідчить про те, що підлітки мають найвищі показники саме в цьому сегменті. Середнє значення у хлопців ($M = 25,8$) та дівчат ($M = 24,2$) перебуває в межах середнього та високого рівнів, що підтверджує нашу тезу про самозарадність. Близько 26,7% опитаних виявили високу впевненість у власних силах, здібностях та прийнятих рішеннях навіть у кризових ситуаціях. Ми інтерпретуємо це як формування міцного внутрішнього ядра, яке допомагає підлітку зберігати суб'єктивну цілісність під тиском зовнішніх обставин.

Шкала «Довіра до інших людей» демонструє помірніші результати, де переважає середній адаптивний рівень (51,7%). Дівчата виявилися більш схильними довіряти оточуючим ($M = 8,4$), ніж хлопці ($M = 7,1$), що підкріплює дані попередньої методики про вищу соціальну відкритість жіночої статі. Низький рівень довіри до інших зафіксовано у 28,3% вибірки, що проявляється в обережності та вибірконості при встановленні нових контактів. Підлітки намагаються чітко розмежовувати коло близьких людей, яким можна довіряти, від загального соціального оточення.

Найбільш вразливою ланкою виявилася «Довіра до світу», де зафіксовано найвищий відсоток низького рівня (38,3%). Оскільки світ у сприйнятті підлітків Павлограда зараз асоціюється з небезпекою та непередбачуваністю, такі цифри є цілком очікуваними. Середні бали ($M = 8,6$ у хлопців та $M = 9,2$ у дівчат) ледь досягають нижньої межі середнього рівня, що вказує на кризу базової безпеки. Світ сприймається як вороже або байдуже середовище, де важко будувати довгострокові плани та відчувати захищеність.

Порівняльний аналіз показав цікаву гендерну особливість: хлопці демонструють вищу довіру до себе, але нижчу – до інших людей та світу. Ми припускаємо, що для юнаків 15–16 років характерною є стратегія «покладання на власні сили» як основний спосіб адаптації до умов війни. Дівчата ж, маючи дещо нижчу впевненість у собі, більше шукають підтримки в зовнішніх ресурсах – друзях, вчителях та соціальних зв'язках. Така різниця вказує на

необхідність диференційованого підходу при розробці подальших психологічних рекомендацій щодо відновлення довіри.

Якісна характеристика відповідей за Методикою довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе А. Купрейченко виявляє деформацію образу майбутнього. Підлітки часто погоджуються з твердженнями про необхідність бути наготові та не очікувати допомоги від сторонніх. Водночас високі бали за шкалою самодовіри вказують на те, що особистість активно шукає ресурси для розвитку всередині себе. Ця внутрішня опора є критично важливою, оскільки вона компенсує дефіцит довіри до зовнішнього світу, що знецінився через воєнні події.

Результати за методикою довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе А. Купрейченко (в адаптації В. Петренко та О. Савченка) дозволяють зробити висновок про специфічну трансформацію ієрархії довіри у сучасних підлітків. Довіра до себе стає домінуючим компонентом, тоді як довіра до світу суттєво пригнічена через об'єктивні загрози навколишнього середовища. Це підтверджує важливість розвитку особистісної стійкості як базису для збереження психічного здоров'я в умовах війни.

Третій етап аналізу присвячений вивченню соціального контексту, у якому перебувають підлітки, а саме – психологічній атмосфері в їхніх навчальних колективах. Використання Методики «Психологічна атмосфера у колективі» А. Фідлера дозволило нам виявити, як учні оцінюють рівень підтримки, згуртованості та взаємної довіри серед однокласників. В умовах війни класний колектив часто стає для підлітка одним із небагатьох стабільних осередків соціалізації, тому якість стосунків у ньому має критичне значення. Ми прагнули з'ясувати, чи виступає шкільне середовище ресурсом безпеки, чи навпаки – джерелом додаткового напруження.

Для систематизації отриманих відповідей ми згрупували сумарні бали респондентів відповідно до визначених автором рівнів та розрахували середні статистичні показники. У табл. 2.3 представлено кількісний розподіл оцінок психологічного клімату в групі досліджуваних підлітків.

Таблиця 2.3

**Оцінка психологічної атмосфери в учнівському колективі (за
Методикою «Психологічна атмосфера у колективі» А. Фідлера), n=60**

Рівні оцінки атмосфери (бали)	Хлопці (n=30), осіб/%	Дівчата (n=30), осіб/%	Загалом (N=60), осіб/%
Висока позитивна (10–33)	12 (40,0%)	14 (46,7%)	26 (43,3%)
Середня/нейтральна (34–55)	15 (50,0%)	13 (43,3%)	28 (46,7%)
Негативна (56–80)	3 (10,0%)	3 (10,0%)	6 (10,0%)
Середнє значення (M)	38,2	35,4	36,8
Стандартне відхилення (SD)	7,6	6,9	7,3

Загальний аналіз результатів за Методикою «Психологічна атмосфера у колективі» А. Фідлера (табл. 2.3) демонструє переважання середнього (нейтрального) показника, який зафіксовано у 46,7% опитаних. Це свідчить про те, що для більшості підлітків психологічний клімат у класі є хитним і не має стабільної позитивної спрямованості. У таких колективах існують окремі зони байдужості або прихованої недовіри, які можуть загострюватися під впливом зовнішнього стресу. Проте середній бал ($M = 36,8$) наближається до межі позитивної оцінки, що вказує на наявність потенціалу для згуртування групи.

Високу позитивну оцінку атмосфері в класі надали 43,3% досліджуваних учнів павлоградської гімназії. Ці підлітки відчують значну підтримку з боку однокласників, довіряють своїм друзям та відзначають спільність інтересів і цілей у колективі. У таких групах панує атмосфера безпеки, що є надзвичайно важливим фактором для нівелювання тривоги в умовах воєнного стану. Для цієї категорії респондентів клас є «безпечною гаванню», де вони можуть відкрито виражати свої почуття без страху бути знеціненими.

Негативну оцінку психологічному клімату дали лише 10% підлітків, що є позитивною тенденцією для вибірки загалом. У цих випадках атмосфера сприймається як конфліктна, закрита та ворожа, що суттєво перешкоджає

формуванню міжособистісної довіри. Учні, які потрапили до цієї групи, часто почуваються ізольованими та не відчують приналежності до спільноти однокласників. Така суб'єктивна оцінка може бути пов'язана як із реальною напругою в групі, так і з високим рівнем особистісної тривожності самого підлітка.

Статевий аналіз виявив, що дівчата схильні оцінювати атмосферу в класі дещо позитивніше ($M = 35,4$), ніж хлопці ($M = 38,2$). Серед дівчат вищий відсоток тих, хто виявив високий рівень задоволеності колективом (46,7% проти 40% у хлопців). Це може пояснюватися тим, що дівчата більше інвестують зусиль у побудову емоційних зв'язків та частіше звертаються до однокласниць за психологічною підтримкою. Хлопці ж частіше займають позицію спостерігачів, що відбивається на їхній схильності до середніх, більш нейтральних оцінок клімату.

Розгляд відповідей за парами ознак Методики «Психологічна атмосфера у колективі» А. Фідлера показав, що найвищі бали отримали показники «дружелюбність» та «взаємовиручка». Водночас показники, що стосуються «продуктивності» та «спільності інтересів», виявилися дещо нижчими, особливо в групах із нейтральним кліматом. Це вказує на те, що емоційна складова стосунків у підлітків розвинена краще, ніж ділова чи ціннісно-орієнтована. Підлітки цінують можливість бути почутими, навіть якщо колектив не завжди має єдину стратегію діяльності.

Таким чином, результати вивчення психологічної атмосфери свідчать про те, що шкільне середовище залишається відносно стабільним ресурсом для підлітків. Більшість учнів сприймають свій клас як простір, де можлива довіра та взаємодія, хоча рівень цієї довіри часто є помірним. Отримані дані підкреслюють важливість групової підтримки як чинника, що може посилювати або послаблювати індивідуальну відкритість підлітка до світу.

Наступний етап нашого аналізу присвячений дослідженню емпатії як конструкту, що виступає внутрішнім інструментом налагодження довірливих стосунків. Використання Багатофакторного опитувальника емпатії (IRI)

Е. Девіса дозволило нам детально розглянути як когнітивні, так і афективні компоненти емпатичного відгуку підлітків. В умовах війни здатність розуміти іншого та емоційно реагувати на його стан набуває особливого значення для збереження людяності та соціальної згуртованості. Ми зосередилися на аналізі чотирьох специфічних аспектів, що відображають глибину та спрямованість емпатії у досліджуваних учнів Павлоградської гімназії.

Оскільки дана методика не передбачає жорсткого поділу на рівні, ми проаналізували середні значення за кожною з чотирьох шкал, що дозволяє виявити домінуючі тенденції у вибірці. У табл. 2.4 представлено статистичні показники, які ілюструють вираженість різних граней емпатії окремо для хлопців та дівчат.

Таблиця 2.4

Показники багатфакторної структури емпатії у підлітків (за опитувальником IRI Е. Девіса в адаптації Т. Корягіної), n=60

Назви шкал опитувальника	Хлопці (n=30), M±SD	Дівчата (n=30), M±SD	Загальний показник M
1. Децентрація (прийняття точки зору)	16,4 ± 3,2	17,8 ± 2,9	17,1
2. Фантазія (уявне перенесення)	15,2 ± 4,1	19,5 ± 3,5	17,3
3. Емпатична турбота (співчуття)	17,6 ± 3,4	21,2 ± 2,7	19,4
4. Емпатичний дистрес (власна тривога)	12,8 ± 3,8	16,4 ± 3,1	14,6

Аналіз результатів за шкалою «Децентрація» (табл. 2.4) свідчить про достатній рівень здатності підлітків до інтелектуального прийняття точки зору іншої людини. Середній бал у дівчат (M = 17,8) дещо вищий, ніж у хлопців (M = 16,4), що вказує на їхню більшу схильність аналізувати ситуацію з позиції опонента або співрозмовника. Ця когнітивна навичка є фундаментом для формування міжособистісної довіри, оскільки дозволяє дитині зрозуміти мотиви поведінки іншого. Уміння «стати на місце іншого» допомагає

підліткам уникати зайвої конфліктності та знаходити компроміси у повсякденній комунікації в межах класу.

Шкала «Фантазія» виявила найбільш суттєву різницю між статями: дівчата демонструють значно вищий рівень уявного перенесення ($M = 19,5$), ніж хлопці ($M = 15,2$). Для дівчат характерною є схильність ідентифікувати себе з героями книг або фільмів, глибоко проживаючи їхні вигадані долі. Ця здатність до емоційної імажинації збагачує внутрішній світ підлітка, проте може посилювати загальну чутливість до подій реального життя. У хлопців цей показник помірний, що свідчить про більш реалістичне сприйняття дійсності та певне дистанціювання від надмірного занурення в ірреальні переживання.

Найвищі показники у всій вибірці зафіксовано за шкалою «Емпатична турбота», де середній бал сягнув 19,4. Це вказує на те, що підлітки, незважаючи на об'єктивні труднощі війни, зберігають високу здатність до щирого співчуття та бажання допомогти тим, хто опинився в біді. Дівчата виявилися більш емоційно відгукливими ($M = 21,2$), демонструючи теплоту та турботу як базові реакції на страждання оточуючих. Високий рівень турботи є потужним ресурсом для відновлення довіри, оскільки він стимулює просоціальну поведінку та зміцнює горизонтальні зв'язки в учнівському колективі.

Шкала «Емпатичний дистрес» відображає рівень власної тривоги підлітка, що виникає при спостереженні за напруженими ситуаціями інших людей. Показник дівчат ($M = 16,4$) суттєво перевищує показник хлопців ($M = 12,8$), що підтверджує вищу вразливість жіночої нервової системи до стресових подразників. Високий дистрес може ставати перешкодою для ефективної допомоги, оскільки підліток концентрується на власних неприємних відчуттях, а не на потребах іншого. Ми припускаємо, що такий стан є прямим наслідком загальної соціальної напруги, яка виснажує емоційні ресурси особистості та робить її більш вразливою.

Порівняльний аналіз структури емпатії показав, що емоційний відгук у підлітків домінує над когнітивним аналізом. Хлопці демонструють більш збалансовану, хоча й менш інтенсивну емпатичну картину, що може бути способом самозбереження в умовах війни. Дівчата ж характеризуються високою емоційною залученістю, яка приносить як користь у вигляді глибоких стосунків, так і ризик швидкого психологічного вигорання через «зараження» чужим болем. Такі відмінності мають бути враховані при побудові моделей безпечної комунікації, де баланс між турботою та саморегуляцією є ключовим.

Результати за Багатофакторним опитувальником емпатії (IRI) Е. Девіса підтверджують складний характер емоційної сфери підлітків гімназії № 11 м. Павлограда. Ми бачимо, що здатність до співчуття залишається високою, проте вона супроводжується значним рівнем особистої тривоги. Виявлені закономірності дозволяють стверджувати, що емпатія є тим живим механізмом, який підтримує міжособистісну довіру навіть у дестабілізованому світі.

Після завершення кількісного та якісного аналізу результатів за кожною окремою методикою, ми перейшли до центрального етапу нашого дослідження – статистичної перевірки висунутої гіпотези. Нам необхідно встановити наявність та характер зв'язків між міжособистісною довірою, показниками емпатії, самодовірою та сприйняттям психологічного клімату в групі, а також визначити наявність значущих розбіжностей між підлітками різної статі.

Для виявлення та оцінки взаємозв'язків між досліджуваними ознаками було використано коефіцієнт лінійної кореляції r Пірсона. Вибір даного критерію математичної статистики дозволяє визначити силу та напрямок лінійної залежності між психологічними компонентами, що інтегровані у структуру міжособистісних взаємин підлітків в умовах воєнного стану. Для глибокого аналізу структури досліджуваних феноменів кореляційний аналіз було проведено диференційовано: окремо у вибірці хлопців ($n=30$) та дівчат

($n=30$). До матриць лінійної кореляції було залучено всі шкали задіяного діагностичного інструментарію.

З метою оптимізації сприйняття та структурування отриманих даних, статистичні результати лінійної кореляції за Пірсоном представлено у вигляді двох зведених матриць (табл. 2.5 та табл. 2.6).

Таблиця 2.5

Матриця кореляційних зв'язків показників довіри, емпатії та психологічної атмосфери у хлопців-підлітків (за коефіцієнтом r Пірсона, $N=30$)

Показники та методики	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Міжособистісна довіра (Дж. Роттер)	1,00	0,51**	0,38*	0,34	0,22	0,18	0,46**	- 0,26	- 0,48**
2. Довіра до себе (А. Купрейченко)	0,51**	1,00	0,42*	0,31	0,25	0,15	0,30*	- 0,12	-0,29*
3. Довіра до інших (А. Купрейченко)	0,38*	0,42*	1,00	0,49**	0,19	0,11	0,35*	- 0,16	-0,36*
4. Довіра до світу (А. Купрейченко)	0,34	0,31	0,49**	1,00	0,12	0,08	0,27	- 0,20	-0,33*
5. Децентрація (IRI Е. Девіс)	0,22	0,25	0,19	0,12	1,00	0,36*	0,41*	0,24	-0,21
6. Фантазія (IRI Е. Девіс)	0,18	0,15	0,11	0,08	0,36*	1,00	0,29	0,31	-0,14
7. Емпатична турбота (IRI Е. Девіс)	0,46**	0,30*	0,35*	0,27	0,41*	0,29	1,00	0,28	-0,40*
8. Емпатичний дистрес (IRI Е. Девіс)	-0,26	-0,12	-0,16	-0,20	0,24	0,31	0,28	1,00	0,11
9. Атмосфера в класі (А. Фідлер)	- 0,48**	-0,29*	-0,36*	-0,33*	-0,21	-0,14	-0,40*	0,11	1,00

*Примітка: * — значущість при $p \leq 0,05$ (для $n=30$, $r_{\text{крит}} = 0,36$); — значущість при $p \leq 0,01$ (для $n=30$, $r_{\text{крит}} = 0,46$). Від'ємна кореляція з атмосферою за А. Фідлером свідчить про позитивний клімат, оскільки низький тестовий бал відповідає сприятливій атмосфері.*

Таблиця 2.6

Матриця кореляційних зв'язків показників довіри, емпатії та психологічної атмосфери у дівчат-підлітків (за коефіцієнтом r Пірсона, $N=30$)

Показники та методики	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Міжособистісна довіра (Дж. Роттер)	1,00	0,55**	0,44*	0,39*	0,31	0,24	0,50**	-0,15	- 0,53**
2. Довіра до себе (А. Купрейченко)	0,55**	1,00	0,35*	0,28	0,29	0,18	0,33*	-0,08	-0,27
3. Довіра до інших (А. Купрейченко)	0,44*	0,35*	1,00	0,52**	0,26	0,13	0,39*	-0,19	-0,41*
4. Довіра до світу (А. Купрейченко)	0,39*	0,28	0,52**	1,00	0,17	0,10	0,31	-0,22	-0,38*
5. Децентрація (IRI Е. Девіс)	0,31	0,29	0,26	0,17	1,00	0,42*	0,48**	0,33*	-0,31
6. Фантазія (IRI Е. Девіс)	0,24	0,18	0,13	0,10	0,42*	1,00	0,35*	0,38*	-0,19
7. Емпатична турбота (IRI Е. Девіс)	0,50**	0,33*	0,39*	0,31	0,48**	0,35*	1,00	0,22	- 0,44**
8. Емпатичний дистрес (IRI Е. Девіс)	-0,15	-0,08	-0,19	-0,22	0,33*	0,38*	0,22	1,00	0,18
9. Атмосфера в класі (А. Фідлер)	- 0,53**	-0,27	-0,41*	-0,38*	-0,31	-0,19	- 0,44**	0,18	1,00

Примітка: ** — значущість при $p \leq 0,05$; * — значущість при $p \leq 0,01$.

Аналіз представлених кореляційних матриць дозволяє стверджувати, що висунута нами гіпотеза знайшла своє повне емпіричне підтвердження як у групі хлопців, так і в групі дівчат. Разом з тим, диференційований розрахунок коефіцієнтів Пірсона виявив певну специфіку інтеграції психологічних шкал залежно від статі підлітків.

Найбільш тісний прямий зв'язок в обох групах зафіксовано між показником міжособистісної довіри за Дж. Роттером та шкалою довіри до себе за А. Купрейченко ($r = 0,51$ у хлопців та $r = 0,55$ у дівчат при $p \leq 0,01$). Це фундаментальне положення доводить, що підлітки, які впевнені у власних

силах та адекватно оцінюють свої внутрішні ресурси, демонструють значно вищу готовність довіряти найближчому оточенню. Внутрішня опора на себе виступає базовим психологічним щитом, що дозволяє мінімізувати прояви соціальної деструктивності, хронічної підозрілості та ізоляції в складних суспільних умовах воєнного часу.

Другий важливий блок зв'язків стосується взаємодії загальної довіри та когнітивно-емоційних шкал емпатії (за опитувальником IRI Е. Девіса). Прямий зв'язок між міжособистісною довірою та емпатичною турботою є високозначущим в обох підгрупах ($r = 0,46$ у хлопців та $r = 0,50$ у дівчат при $p \leq 0,01$). Це переконливо свідчить, що здатність до щирого співчуття, емоційного відгуку та альтруїстичної спрямованості посилює відкритість особистості підлітка. Коли дитина здатна емоційно відгукнутися на стан іншого, вона підсвідомо приписує соціуму більшу надійність та безпечність.

При цьому у дівчат зафіксовано також тенденцію до позитивного зв'язку міжособистісної довіри зі шкалою «Децентрація» ($r = 0,31$), що вказує на помітну роль когнітивного компонента емпатії (здатності прийняти точку зору іншого) у формуванні довірливих стосунків. У хлопців цей зв'язок дещо слабший ($r = 0,22$). Шкала «Емпатичний дистрес» (власна тривога) демонструє слабкі від'ємні кореляції з показниками довіри у представників обох статей, що відображає тенденцію до зниження довіри на тлі зростання егоцентричної особистісної тривожності.

Зв'язок між показниками довіри та оцінкою психологічного клімату в класі за А. Фідлером виявився статистично значущим і зворотним (від'ємним). Кореляція міжособистісної довіри з показником атмосфери становить $r = -0,48$ у хлопців та $r = -0,53$ у дівчат при $p \leq 0,01$. Зважаючи на інверсивну шкалу методики А. Фідлера, цей результат констатує: сприятливий, безпечний та психологічно комфортний клімат у класі безпосередньо зумовлює зростання індивідуального рівня міжособистісної довіри учнів. У згуртованих колективах, де панує підтримка, підлітки почуваються захищеними та менш схильними до очікування зради чи обману. Окрім того, показник «Атмосфера

в класі» значущо корелює зі шкалами «Довіра до інших» ($r = -0,36$ у хлопців; $r = -0,41$ у дівчат) та «Довіра до світу» ($r = -0,33$ у хлопців; $r = -0,38$ у дівчат). Це доводить, що зовнішнє освітнє середовище є потужним регулятором загальних соціально-психологічних установок підлітка під час війни.

Також було підтверджено положення гіпотези про роль самодовіри як внутрішнього адаптивного ресурсу. Виявлено значущий зв'язок між довірою до себе та сприйняттям колективу у хлопців ($r = -0,29$, $p \leq 0,05$), тоді як у дівчат цей коефіцієнт наближається до критичного значення, але залишається на рівні тенденції ($r = -0,27$). Підлітки з високою самодовірою схильні сприймати мікросередовище як більш гармонійне, оскільки вони менше залежать від дрібних групових конфліктів і здатні виявляти гнучкість у комунікації.

Цікавим є кореляційний зв'язок між емпатичною турботою та оцінкою клімату за А. Фідлером ($r = -0,40$ у хлопців та $r = -0,44$ у дівчат при $p \leq 0,01$, $p \leq 0,05$), що вказує на взаємозалежність емоційної культури учнів гімназії №11 м. Павлограда та атмосфери в групі. Високий рівень емпатії безпосередньо пов'язаний із позитивним сприйняттям колективу як єдиного цілого. Розрахунок коефіцієнта Пірсона дозволив довести, що довіра, емпатія та клімат утворюють єдину систему психологічної безпеки підлітка.

Наступним кроком нашого математико-статистичного аналізу стало порівняння середніх значень досліджуваних показників у групах хлопців та дівчат. Це дало змогу виявити, чи існують достовірні розбіжності у рівнях вираженості шкал довіри та емпатії залежно від гендерного чинника. Перевірка здійснювалася за допомогою t-критерію Стьюдента для незалежних вибірок (табл. 2.7).

Таблиця 2.7

Порівняльний аналіз показників довіри, емпатії та психологічної атмосфери у хлопців та дівчат (за t-критерієм Стьюдента, $N_1=30$, $N_2=30$)

Назви шкал та методик	Хлопці ($M \pm SD$)	Дівчата ($M \pm SD$)	Значення t- критерію	Рівень значущості (p)
Міжособистісна довіра (Дж. Роттер)	72,4 $\pm$ 11,2	78,9 $\pm$ 10,5	-2,32	$p \leq 0,05$

Довіра до себе (А. Купрейченко)	25,8 ± 2,4	24,2 ± 2,9	2,33	$p \leq 0,05$
Довіра до інших (А. Купрейченко)	7,1 ± 1,5	8,4 ± 1,2	-3,71	$p \leq 0,01$
Довіра до світу (А. Купрейченко)	8,6 ± 1,8	9,2 ± 1,6	-1,36	$p > 0,05$ (н/з)
Децентрація (IRI Е. Девіс)	16,4 ± 3,2	17,8 ± 2,9	-1,78	$p > 0,05$ (н/з)
Фантазія (IRI Е. Девіс)	15,2 ± 4,1	19,5 ± 3,5	-4,37	$p \leq 0,01$
Емпатична турбота (IRI Е. Девіс)	17,6 ± 3,4	21,2 ± 2,7	-4,54	$p \leq 0,01$
Емпатичний дистрес (IRI Е. Девіс)	12,8 ± 3,8	16,4 ± 3,1	-4,02	$p \leq 0,01$
Атмосфера в класі (А. Фідлер)	38,2 ± 7,6	35,4 ± 6,9	1,49	$p > 0,05$ (н/з)

Примітка: критичні значення t-критерію Стьюдента становлять: $t_{крит} = 2,00$ ($p \leq 0,05$); $t_{крит} = 2,66$ ($p \leq 0,01$). Символом «н/з» позначено статистично незначущі розбіжності.

Аналіз результатів порівняння за t-критерієм Стьюдента (табл. 2.7) виявив глибоку гендерну специфіку емоційної та інтерактивної сфери підлітків. Дівчата демонструють статистично вищі показники міжособистісної довіри за Дж. Роттером ($t = -2,32$, $p \leq 0,05$) та довіри до інших людей за А. Купрейченко ($t = -3,71$, $p \leq 0,01$). Це свідчить про вищу соціальну інтегрованість дівчат, їхню первинну орієнтацію на встановлення близьких, відкритих стосунків та більшу готовність делегувати довіру партнерам по спілкуванню, попри стресові чинники війни. Натомість хлопці виявилися більш стриманими, вибірковими та обережними у своїх міжособистісних установах.

Водночас у хлопців зафіксовано достовірно вищий рівень шкали «Довіра до себе» ($t = 2,33$, $p \leq 0,05$). Даний факт відображає прагнення юнаків спиратися переважно на власні сили, автономні рішення та індивідуальні ресурси, що відповідає традиційним паттернам маскулінної соціалізації, яка активізується під час кризових ситуацій. За шкалою довіри до навколишнього світу та оцінкою психологічної атмосфери в класі за А. Фідлером статистично значущих розбіжностей не виявлено ($p > 0,05$). Це вказує на те, що воєнна дійсність та загальний шкільний простір сприймаються підлітками обох статей

відносно ідентично: вони однаково гостро відчують нестабільність макросоціуму та мають подібні оцінки мікроклімату у своєму класі ($M = 38,2$ бали у хлопців та $M = 35,4$ бали у дівчат, що відповідає середньому/нейтральному рівню атмосфери).

Найбільш виражені та високозначущі розбіжності за t -критерієм виявлено за шкалами багатofакторної структури емпатії (IRI Е. Девіса). Дівчата вірогідно випереджають хлопців за рівнями «Фантазії» ($t = -4,37$, $p \leq 0,01$), «Емпатичної турботи» ($t = -4,54$, $p \leq 0,01$) та «Емпатичного дистресу» ($t = -4,02$, $p \leq 0,01$). Отримані дані підтверджують класичні психологічні концепції про вищу емоційну сенситивність жіночої статі. Дівчата глибше співпереживають іншим, гостріше реагують на чужий біль, проте водночас є більш вразливими до деструктивного впливу стресу, на що вказує високий рівень емпатичного дистресу (власної тривоги за стан іншого). Хлопці демонструють нижчу емоційну експресивність, що може виступати як захисним механізмом психіки проти психотравмувальних чинників зовнішнього середовища, так і ознакою стриманості у виявленні почуттів.

Отже, на основі проведеного емпіричного дослідження було здійснено комплексний математико-статистичний аналіз результатів за чотирма психодіагностичними методиками (Дж. Роттера, А. Купрейченко, А. Фідлера та Е. Девіса), що дозволило детально описати й кількісно охарактеризувати структуру міжособистісної довіри підлітків гімназії № 11 м. Павлограда в умовах війни.

Застосування коефіцієнта лінійної кореляції r Пірсона дозволило встановити систему значущих взаємозв'язків між параметрами довіри особистості, її емпатичною культурою та сприйняттям групового простору. Розрахунки довели, що міжособистісна довіра підлітків безпосередньо пов'язана зі здатністю до емпатичного співпереживання ($r = 0,46$ у хлопців; $r = 0,50$ у дівчат) та позитивним мікрокліматом в учнівському колективі ($r = -0,48$ та $r = -0,53$ відповідно). Роль внутрішнього базису формування соціальної відкритості виконує довіра до себе, яка виступає внутрішнім ресурсом

стабілізації особистості під час тривалого екстремального стресу. Отже, висунута нами дослідницька гіпотеза отримала повне емпіричне підтвердження.

Завдяки використанню t-критерію Стюдента було виявлено глибоку гендерну специфіку прояву досліджуваних феноменів. Доведено, що дівчата-підлітки характеризуються вищим рівнем міжособистісної довіри ($t = -2,32$) та розгалуженою емпатичною структурою, яка супроводжується значною емоційною вразливістю (високий емпатичний дистрес, $t = -4,02$). Натомість хлопці демонструють значно вищу довіру до себе ($t = 2,33$), схильність спиратися на автономні ресурси та виявляють емоційну стриманість, що має захисний характер в умовах воєнного стану. Отримані результати підкреслюють необхідність диференційованого підходу до розробки програм психологічної підтримки та відновлення довіри молоді.

2.3. Психологічні рекомендації щодо відновлення довіри та побудови безпечної комунікації підлітків в умовах війни

На основі виявлених у ході емпіричного дослідження особливостей міжособистісної довіри підлітків ми вважаємо за необхідне розробити та надати змістовні психологічні рекомендації. Наші дані підтвердили, що відновлення довіри підлітків потребує комплексного впливу на внутрішню впевненість особистості, розвиток емпатичних навичок та покращення соціального клімату. Запропоновані поради спрямовані на те, щоб допомогти підліткам вийти зі стану захисної підозрілості та почати вибудовувати безпечну комунікацію в умовах воєнної дестабілізації. Впровадження цих кроків дозволить фахівцям та батькам ефективніше підтримувати ментальне здоров'я молоді, спираючись на виявлені кореляційні зв'язки.

Першочерговою нашою рекомендацією є робота над зміцненням довіри до себе, яка в нашому дослідженні виявилася базовим ресурсом для побудови зовнішніх контактів. Психологам варто проводити тренінги, спрямовані на

підвищення самооцінки та розвиток навичок саморегуляції, що допоможе підліткам відчувати внутрішню опору. Коли дитина усвідомлює власну здатність справлятися з викликами, її страх перед навколишнім світом зменшується, а готовність до діалогу зростає. Важливо акцентувати увагу на минулих успіхах підлітка, формуючи у нього образ компетентної особистості, здатної надійно захистити власні інтереси.

Для покращення загального рівня міжособистісної довіри необхідно створювати ситуації контрольованого позитивного досвіду взаємодії з оточуючими. Вчителям та вихователям рекомендується організовувати спільну проектну діяльність, де успіх кожного безпосередньо залежить від чесності та надійності партнерів по групі. Такі вправи дозволяють підліткам на практиці переконатися, що співпраця приносить кращі результати, ніж ізоляція чи підозріле ставлення. Поступове розширення кола довірених осіб у безпечному шкільному середовищі стане містком до відновлення базової довіри до соціуму в цілому.

Окрему увагу слід приділити розвитку емпатичної турботи, яка, за результатами нашої діагностики, є ключовим стимулом для відкритості підлітка. Психологічні вправи на розпізнавання емоцій та активне слухання допоможуть учням краще розуміти стан однокласників, нівелюючи виявлений у дослідженні «емпатичний дистрес». Важливо вчити підлітків переходити від власної тривоги до конструктивного співчуття, що значно знижує рівень напруги в міжособистісному спілкуванні. Розвинена емпатія дозволяє бачити в іншому не потенційну загрозу, а людину зі схожими переживаннями, що є критично важливим в умовах війни.

З огляду на підтверджений нами зв'язок між кліматом у класі та довірою, ми рекомендуємо впроваджувати регулярні години психологічного розвантаження в колективі гімназії. Створення атмосфери «безпечного простору», де кожен учень може відкрито висловити свої думки без ризику засудження, сприятиме згуртуванню групи. Психологу слід використовувати методики командоутворення (тімблдингу), щоб трансформувати виявлений

нами «нейтральний» клімат у стійко позитивний. Дружня атмосфера в класі автоматично знижує рівень підозрілості, дозволяючи підліткам почуватися частиною надійної спільноти, яка захищає від зовнішнього стресу.

Батькам підлітків рекомендується переглянути стиль сімейної комунікації, роблячи акцент на передбачуваності та дотриманні спільних домовленостей. Оскільки довіра до світу в умовах війни підірвана, сім'я має стати тим місцем, де слово дорослого завжди підкріплюється ділом. Необхідно уникати надмірного контролю, який може сприйматися підлітком як недовіра до його самостійності, що руйнує виявлений нами ресурс самодовіри. Відкрите обговорення сімейних планів та спільне подолання побутових труднощів допоможе дитині зберегти віру в надійність близьких людей та стабільність стосунків.

Важливою рекомендацією є навчання підлітків навичкам децентрації, тобто здатності приймати точку зору іншої людини без втрати власної позиції. Використання рольових ігор, де учні міняються місцями у конфліктних ситуаціях, дозволить знизити рівень суб'єктивної ворожості у колективі. Це допоможе підліткам зрозуміти, що закритість або агресія однокласників часто є лише способом захисту від стресу, а не особистою неприязню. Когнітивне розуміння мотивів поведінки інших людей робить соціальний світ більш прогнозованим, а отже – менш загрозливим для вразливої психіки.

Психологам закладів освіти варто звернути увагу на гендерні особливості прояву довіри, виявлені під час нашого емпіричного вивчення. Робота з хлопцями має бути спрямована на подолання емоційного відчуження та розвиток навичок вербалізації своїх переживань, щоб зменшити їхню схильність до ізоляції. У роботі з дівчатами акцент слід робити на зниженні рівня емпатичного дистресу та розвитку критичного мислення, щоб висока відкритість не призводила до емоційного виснаження. Такий диференційований підхід дозволить врахувати специфічні потреби кожної групи підлітків у процесі адаптації до умов воєнного стану.

Для побудови безпечної комунікації необхідно впроваджувати цифрову гігієну, оскільки надмірний потік негативних новин підсилює недовіру до світу та загальну тривожність. Психологічні консультації мають бути спрямовані на навчання підлітків фільтрувати інформацію та довіряти лише перевіреним джерелам. Це допоможе зменшити відчуття хаосу та непередбачуваності, які зараз домінують у сприйнятті навколишньої дійсності підлітками. Зменшення інформаційного шуму дозволяє зосередитися на реальних міжособистісних контактах, які дають значно більше підтримки, ніж віртуальний простір.

Рекомендується розвивати у підлітків навички асертивної поведінки, що дозволяє відкрито заявляти про свої потреби, не порушуючи кордонів іншої людини. Асертивність допомагає будувати стосунки на основі взаємоповаги, де довіра поєднується із захистом власних психологічних інтересів. Підліток, який вміє ввічливо сказати «ні», почувається більш впевнено у соціальних контактах, оскільки знає, що може контролювати ситуацію. Це зміцнює довіру до себе як до суб'єкта спілкування, що, як ми довели, є фундаментом для довіри до оточуючих.

Шкільним педагогам варто запровадити елементи медіації для вирішення міжособистісних конфліктів у класі замість адміністративного тиску. Медіація передбачає добровільний діалог сторін за допомогою посередника, що сприяє відновленню зруйнованих зв'язків та пошуку порозуміння. Такий підхід демонструє підліткам, що будь-який конфлікт можна розв'язати мирним шляхом через відкритість та взаємні кроки назустріч. Досвід успішного виходу з конфліктної ситуації суттєво зміцнює віру в те, що безпечна комунікація можлива навіть у складних обставинах.

Необхідно стимулювати волонтерську діяльність або соціальні ініціативи серед учнівської молоді, що дає відчуття приналежності до великої та надійної спільноти. Участь у спільній допомозі іншим дозволяє підлітку побачити кращі риси в собі та своїх ровесниках, що є потужним антидотом до підозрілості. Досвід взаємовиручки у значущих справах швидко перетворює

теоретичну довіру на реальну практику щоденної взаємодії. Це дозволяє компенсувати дефіцит безпеки у світі через створення локальних зон активної доброти та взаємної підтримки.

Останньою рекомендацією є забезпечення регулярної психологічної підтримки самих педагогів та батьків, оскільки вони є головними моделями поведінки для підлітків. Дорослий, який демонструє спокій, надійність та готовність до діалогу, створює навколо дитини ауру безпеки, яка сприяє формуванню довіри. Якщо дитина бачить, що значущі дорослі продовжують довіряти один одному в часи кризи, вона легше засвоює цю модель як життєву стратегію.

Отже, нами було розроблено та представлено ґрунтовні психологічні рекомендації, що охоплюють особистісний, груповий та сімейний рівні функціонування підлітка. Запропоновані заходи спрямовані на практичну допомогу практичним психологам, педагогам та батькам у подоланні наслідків соціальної напруги воєнного часу. Реалізація цих порад дозволить не лише відновити міжособистісну довіру учнів, а й перетворити її на внутрішній ресурс для стійкого розвитку особистості. Ми впевнені, що системний підхід до побудови безпечної комунікації допоможе підліткам зберегти психологічне благополуччя та віру в надійність людських стосунків.

Висновки до другого розділу

Емпіричне дослідження було проведене на базі гімназії № 11 м Павлограда серед 60 учнів підліткового віку (30 хлопців та 30 дівчат), що дозволило забезпечити репрезентативність отриманих даних. Для перевірки гіпотези про взаємозв'язок міжособистісної довіри, емпатії та психологічного клімату було обрано комплекс із чотирьох валідних методик Дж. Роттера, А. Купрейченко, А. Фідлера та Е. Девіса. Висунута гіпотеза ґрунтувалася на припущенні, що внутрішня довіра до себе є фундаментом для формування відкритих стосунків підлітка з оточуючими в умовах воєнного стану.

У ході дослідження проведено кількісний та якісний аналіз результатів, який виявив переважання адаптивного рівня довіри при одночасному зниженні відчуття безпеки щодо навколишнього світу. Для статистичної перевірки припущень було застосовано коефіцієнт лінійної кореляції r Пірсона (диференційовано за статтю) та t -критерій Студента для порівняння груп. Розрахунки повністю підтвердили висунуту гіпотезу, зафіксувавши щільний прямий зв'язок міжособистісної довіри із довірою до себе ($r = 0,51$ у хлопців та $r = 0,55$ у дівчат, $p \leq 0,01$) та емпатичною турботою ($r = 0,46$ та $r = 0,50$ відповідно, $p \leq 0,01$). Зворотний зв'язок із показником атмосфери в класі ($r = -0,48$ у хлопців та $r = -0,53$ у дівчат, $p \leq 0,01$) довів, що комфортне середовище стимулює відкритість підлітків. Окрім того, за допомогою t -критерію виявлено гендерну специфіку: дівчата мають вищу міжособистісну довіру ($t = -2,32$, $p \leq 0,05$) та рівень емпатичної турботи ($t = -4,54$, $p \leq 0,01$), тоді як хлопці сильніше спираються на довіру до себе ($t = 2,33$, $p \leq 0,05$).

На основі виявлених закономірностей нами було розроблено психологічні рекомендації, спрямовані на зміцнення внутрішніх опор особистості та покращення групової динаміки в учнівських колективах. Ці поради мають на меті допомогти педагогам, психологам та батькам у створенні безпечного комунікативного простору для підлітків, що постраждали від соціальної дестабілізації. Впровадження запропонованих заходів сприятиме відновленню базової довіри та розвитку емоційної стійкості підростаючого покоління.

Отже, результати свідчать про те, що довіра підлітків в умовах війни є системою, яка потребує цілеспрямованої підтримки через розвиток емпатії та згуртованості. Нам вдалося довести, що попри зовнішні загрози, внутрішній ресурс особистості залишається надійним підґрунтям для розбудови конструктивної взаємодії. Отримані емпіричні дані становлять наукову основу для подальшого впровадження програм психологічної реабілітації та супроводу підлітків у закладах освіти.

ВИСНОВКИ

Результати проведеної роботи дозволяють сформулювати підсумкові положення відповідно до визначених завдань та мети дослідження. Кожен етап аналізу сприяв комплексному розумінню психологічної природи довіри у підлітковому віці в умовах війни.

1. У межах виконання першого завдання було з'ясовано, що довіра в сучасній науці трактується як фундаментальний механізм, що забезпечує стабільність соціальної взаємодії та внутрішню безпеку особистості. Ми встановили, що цей феномен має трикомпонентну структуру, яка охоплює інтелектуальну оцінку надійності об'єкта, емоційне прийняття та готовність до відкритої поведінки. Функціонально довіра мінімізує соціальну напругу, дозволяючи індивіду адаптуватися до невизначеності навколишнього середовища без надмірних енергетичних витрат. На основі аналізу було запропоновано авторське визначення довіри як інтегрального психологічного утворення, що базується на внутрішній впевненості у доброзичливості світу. Таким чином, довіра виступає не просто емоційним станом, а стратегічним ресурсом життєдіяльності людини.

2. Під час реалізації другого завдання проаналізовано розвиток довіри в онтогенезі, де ключовим етапом визначено формування базової довіри у ранньому дитинстві за теорією Е. Еріксона. З'ясовано, що з віком довіра трансформується з неусвідомленого відчуття безпеки у диференційовану тріаду: ставлення до себе, до інших та до світу. Головними чинниками її становлення є якість дитячо-батьківських стосунків, характер прив'язаності та досвід успішної комунікації з однолітками. Встановлено, що самодовіра стає фундаментом, на якому вибудовується вибіркова довіра до оточення у більш зрілому віці. Такий онтогенетичний шлях дозволяє підлітку поступово переходити від абсолютної залежності до свідомого та відповідального партнерства.

3. У результаті виконання третього завдання було охарактеризовано трансформацію довіри підлітків під впливом воєнного стану, що проявляється у різкому зростанні пильності та вибірковості контактів. Війна руйнує звичне почуття безпеки, змушуючи молодь переоцінювати свої смисложиттєві цінності та шукати нові точки опори в умовах постійного стресу. Ми виявили, що в цей період довіра до медіа та сторонніх осіб часто поступається місцем глибокій довірі до «своїх» – родини та перевірених друзів. Проте травматичний досвід може спричиняти емоційне відсторонення, що вимагає активації ресурсів резильєнтності та саморегуляції. Здатність зберігати довіру до себе у цей час стає вирішальним чинником збереження ментального здоров'я підлітка.

4. У межах четвертого завдання було проведено емпіричне дослідження на базі 60 учнів, результати якого підтвердили висунуту гіпотезу про взаємозв'язок міжособистісної довіри та емпатії. Для статистичної перевірки припущень було застосовано коефіцієнт лінійної кореляції r Пірсона (диференційовано за статтю) та t -критерій Стюдента для порівняння груп. Розрахунки повністю підтвердили висунуту гіпотезу, зафіксувавши щільний прямий зв'язок міжособистісної довіри із довірою до себе ($r = 0,51$ у хлопців та $r = 0,55$ у дівчат, $p \leq 0,01$) та емпатичною турботою ($r = 0,46$ та $r = 0,50$ відповідно, $p \leq 0,01$). Зворотний зв'язок із показником атмосфери в класі ($r = -0,48$ у хлопців та $r = -0,53$ у дівчат, $p \leq 0,01$) довів, що комфортне середовище стимулює відкритість підлітків. Окрім того, за допомогою t -критерію виявлено гендерну специфіку: дівчата мають вищу міжособистісну довіру ($t = -2,32$, $p \leq 0,05$) та рівень емпатичної турботи ($t = -4,54$, $p \leq 0,01$), тоді як хлопці сильніше спираються на довіру до себе ($t = 2,33$, $p \leq 0,05$).

5. Виконуючи п'яте завдання, ми розробили практичні рекомендації, що спрямовані на зміцнення тріади довіри через розвиток саморегуляції та підтримку безпечної комунікації. Рекомендації включають вправи на підвищення самооцінки, техніки активного слухання та методи налагодження відкритого діалогу в системі «батьки-підлітки». Особливу увагу приділено

створенню «зон безпеки» у шкільному колективі, де кожен учень може висловити свої переживання без ризику бути знеціненим. Запропоновані підходи орієнтовані на використання цифрових ресурсів та спільну діяльність для подолання соціальної ізоляції. Впровадження цих заходів сприятиме швидшій адаптації підлітків та відновленню їхньої віри у надійне майбутнє.

Отже, довіра підлітків в умовах війни є системою, яка потребує постійної підтримки. Проведене дослідження довело, що розвиток емпатії та створення сприятливого клімату в колективі є ключовими інструментами відновлення базового почуття безпеки. Самодовіра підтвердила свою роль як внутрішній стрижень, що дозволяє молодій людині протистояти зовнішнім викликам та травмам. Вивчення та підтримка феномену довіри є необхідною умовою для формування психологічно стійкого та соціально активного майбутнього покоління.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агапченко І. В. Дослідження категорії довіри у міждисциплінарному підході. *Вісник Одеського національного університету. Психологія*. 2018. Т. 23. Вип. 1 (47). С. 13–24.
2. Білецька О. Егоцентризм як чинник низького рівня довіри в контексті міжособистісних стосунків у період ранньої юності. *Психологія: реальність і перспективи : зб. наук. праць РДГУ*. 2021. Вип. 16. С. 12–17.
3. Бондаревська І. О., Михайленко В. О. Довіра новинним медіа, національна ідентичність та громадянська активність опору серед підлітків. *Проблеми сучасної психології*. 2019. № 1 (15). С. 16–22.
4. Горпинюк В. П. Соціально свідоме становлення особистості молодшого підлітка в системі довіра–недовіра. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2014. № 18 (1). С. 161–169.
5. Гриджук В. Д. Ресурси енеаграми для формування у підлітків довірливих стосунків у віртуальному середовищі. *Актуальні проблеми науки, освіти і технологій в ХХІ столітті: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Полтава, 19 червня 2025 р.)*. Полтава: ЦФЕНД, 2025. С. 110–115.
6. Губа Н. О. Міжособистісна довіра: сутність, види та функції. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія*. 2024. № 1. С. 33–37.
7. Гурлева Т. С. Довіра до себе як читача у контексті протидії негативним медіавпливам. *Актуальні проблеми психологічної протидії негативним інформаційним впливам на особистість в умовах сучасних викликів : матеріали методологічного семінару НАПН України (8 квітня 2021 р.)*. Київ, 2021. С. 170–177.
8. Гурлева Т. С., Журавльова Н. Ю. Довіра до себе як важливий атрибут стресостійкості особистості в умовах інформаційної війни: взаємозв'язок понять. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Т. 33 (72), № 4. С. 76–82.

9. Дідковська Л. І. Психологічні особливості стилів поведінки підлітків у міжособистісній взаємодії. *Теорія і практика сучасної психології*. 2016. № 1. С. 50–55.
10. Докорова Д. Теоретичні підходи до розуміння поняття довіра. *Соціологічні студії*. 2014. № 1. С. 50–62.
11. Єсип М. З., Михайлюк І. В. Схильність до девіантної поведінки підлітків з низьким рівнем довіри до себе. *Психологія і особистість*. 2016. № 2 (1). С. 71–82.
12. Журба К. Війна як чинник впливу на смисложиттєву сферу сучасних підлітків. *New pedagogical thought*. 2022. № 110 (2). С. 105–109.
13. Журба К. О. Смисложиттєві цінності підлітків в умовах війни. *Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал*: матеріали звіт. наук.-практ. конф. Ін-ту проблем виховання НАПН України за 2021 рік (Вип. 10). Івано-Франківськ: НАІР, 2022. С. 61–65.
14. Кожем'якіна О. М. Довіра як ціннісна основа соціальної взаємодії : дис. ... д-ра філос. наук : 09.00.03. Київ, 2020. 472 с.
15. Кравців В. В. Рівень міжособистісної довіри серед осіб різних вікових категорій. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2025. Т. 36 (75), № 5. С. 103–109.
16. Кравців В. В., Тавровецька Н. І. Теоретична модель розвитку міжособистісної довіри. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2024. № 1. С. 10–17.
17. Кравченко В. Категоріальний апарат у конструюванні дефініції довіра: психологічний дискурс. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. 2014. Вип. 19 (1). С. 94–101.
18. Крива Н. Л. Проблема довіри у сучасній психології. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 5. С. 128–130.
19. Крюкова О. В. Дослідження довіри до людей і соціальної толерантності як складових соціального розвитку особистості у ранній юності. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 23. С. 308–322.

20. Кузікова С. Б., Лукомська С. О. Психологічні особливості адаптації та девіантної поведінки підлітків в умовах війни. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія*. 2025. № 1. С. 66–70.
21. Кузьмич О. Психологічні чинники формування довіри до себе: теоретичний аспект. *Scientific Collection «InterConf»*. 2023. № 145. С. 239–242.
22. Куліш І. Д. Розвиток довірливого ставлення дітей до дорослих в ранньому онтогенезі. *Молодий вчений*. 2017. № 6. С. 239–242.
23. Лагун М. В. Психологічні чинники розвитку альтруїстичної спрямованості особистості : дис. ... д-ра філос. : 053 / наук. керівник Л. З. Сердюк ; Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2025. 273 с.
24. Левицька М. І. Міжособистісна довіра : теоретичний аспект. *Педагогічний альманах. Актуальні проблеми дошкільної освіти : теорія та практика* : матеріали II Всеукр. конф. здобувачів вищої освіти і молодих учених (04 листопада 2022 р.). Одеса : Лерадрук, 2022. Вип. 2. С. 189–194.
25. Лисенко Д. П. Довіра як соціально-психологічний феномен. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 3. С. 123–126.
26. Лисенко Д. П. Психологічні особливості формування довіри в міжособистісних відносинах. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 4. Т. 1. С. 135–139.
27. Назарук О. Довіра як передумова формування позитивного соціального досвіду особистості. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2010. Вип. 12. С. 216–224.
28. Нерубасська А. Вплив соціальних мереж на взаємодію підлітків і батьків: зміни в комунікації та довірі. *Пріоритетні напрями розвитку наукової думки в XXI столітті: Збірник наукових праць за матеріалами VII Міжн. наук.-практ. конф. до Дня науки України (16 травня, 2025 р., м. Одеса) / наук. ред.: О. Кузнєцова, І. Жуховський, З. Шарлович. Ломжа: MANS, 2025. С. 175–179.*
29. Нечипорук Л. Особливості соціалізації підлітків в умовах воєнного стану в Україні. *Інноватика у вихованні*. 2024. № 20. С. 89–95.

30. Петровська І. Р. Психологія становлення громадянської ідентичності особистості : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.11. Київ, 2023. 464 с.
31. Савченко О. В., Петренко В. В., Тімакова А. В. «Методика довіри/недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе» (А. Купрейченко): україномовна адаптація, валідизація та стандартизація. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. Вип. 5. С. 16–22.
32. Ситнік С. В., Пивоварчик І. М. Довіра до людей та її прояв у міжособистісній взаємодії. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2021. № 5. С. 59–65.
33. Сичинська М. Батьківсько-дитячі взаємини як чинник формування резильєнтності підлітків: емпіричні виміри. *Bulletin of Postgraduate education: Ser. «Social and Behavioral Sciences; Management and Administration»*. 2025. № 32 (61). С. 161–176.
34. Стеценко Т. О. Довіра як соціальний ресурс: від теоретичної концептуалізації до пошуку механізмів практичного управління. *Грані : науково-теоретичний альманах*. Дніпро, 2018. Т. 21, № 7. С. 44–52.
35. Супрунець Т. А. Особливості формування і функціонування довіри та недовіри: мисленнєвий аспект. *Український соціум*. 2015. № 3 (54). С. 48–55.
36. Циганенко Г. В. Довіра в просторі особистості та групової взаємодії: розуміння, тенденції дослідження. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2012. Вип. 30. С. 139–148.
37. Чайка Г. В. Довіра як ключовий компонент психічного здоров'я. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Т. 33 (72). С. 31–36.
38. Чайка Г. В. Формування і підтримка базової довіри у часи війни та післявоєнного відновлення. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2023. Т. 34 (73). № 1. С. 29–34.

39. Чайка Г. Вплив базової довіри на психологічне здоров'я людини. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія*. 2023. № 1 (57). С. 46–51.
40. Чуйко Г. В., Чаплак Я. В. Міжособистісна довіра як передумова партнерських стосунків між людьми. *Психологічний часопис*. 2020. № 1. Вип. 6. С. 29–39.
41. Шевченко Н. Ф., Цигика О. Є. Аналіз явища довіри в різних напрямках наукового знання. *Проблеми сучасної психології*. 2017. № 1. С. 95–100.
42. Яцина О. Ф. Вплив війни на психічне здоров'я: ознаки травматизації психіки дітей та підлітків. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія»)*. 2022. № 7 (25). С. 554–567.
43. Erikson E. Theory of identity development. Identity and the life cycle. Nueva York : International Universities Press, 1959. P. 42–57.
44. Fukuyama F., Lotterman E. Trust: The social virtues and the creation of prosperity. *International Journal on World Peace*. 1997. Vol. 14 (1). P. 84–87.
45. Levy T. M., Orlans M. Attachment, Trauma, and Healing: Understanding and Treating Attachment Disorder in Children and Families. 2nd ed. Jessica Kingsley Publishers, 2014. 480 p.
46. Miething A., Almquist Y. B., Edling Ch., Rydgren J. Friendship trust and psychological well-being from late adolescence to early adulthood: A structural equation modelling approach. *Scand J Public Health*. 2017. Vol. 45 (3). P. 244–252.
47. Rempel J. K., Holmes J. G., Zanna M. P. Trust in close relationships. *Journal of personality and social psychology*. 1985. Vol. 49 (1). P. 95–112.
48. Seligman A. Trust and Civil Society. *Trust and Civil Society* / Eds. F. Tonkiss et al. London, 2000. P. 12–30.
49. Uslaner E. M. Trust as a moral value. *The Handbook of Social Capital* / Ed. D. Castiglione et al. Oxford University Press, 2008. P. 101–121.
50. Yamagishi T., Akutsu S., Cho K., Inoue Y., Li Y., Matsumoto Y. Two-component model of general trust: Predicting behavioral trust from attitudinal trust. *Social Cognition*. 2015. Vol. 33 (5). P. 436–458.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Методика діагностики міжособистісної довіри (Дж. Роттер)

Інструкція: Нижче наведено ряд тверджень, що стосуються вашої думки про різні суспільні явища та стосунки між людьми. Прочитайте кожне твердження і оцініть ступінь вашої згоди з ним за 5-бальною шкалою:

- 5 — повністю згоден;
- 4 — згоден;
- 3 — важко відповісти (нейтрально);
- 2 — не згоден;
- 1 — абсолютно не згоден.

Текст опитувальника

1. У наш час у засобах масової інформації (газети, ТБ, інтернет-новини) частіше подають об'єктивні факти, ніж вигадки.
2. Більшість людей, які дають обіцянки, щиро мають намір їх виконати.
3. Більшість політиків зазвичай говорять правду під час передвиборчих кампаній.
4. Якщо ви довіряєте людям, яких погано знаєте, ви ризикуєте створити собі проблеми.
5. Більшість людей, які займаються бізнесом, є чесними у своїх справах.
6. Більшості успішних людей не довелося робити нічого незаконного чи аморального для досягнення успіху.
7. Батьки зазвичай виконують обіцянки, дані своїм дітям.
8. Світ став би набагато кращим, якби люди більше довіряли один одному.
9. Більшість людей, з якими ви стикаєтеся у житті, заслуговують на довіру.
10. Люди, які займають державні посади, зазвичай чесні.
11. Судді та юристи зазвичай діють справедливо та об'єктивно.
12. Більшість людей схильні перебільшувати свої нещастя, щоб викликати співчуття.
13. Навіть якщо ви не знаєте людину особисто, варто вірити в її порядність, поки вона не довела зворотне.
14. У наш час багато людей готові піти на обман заради власної вигоди.
15. Більшість людей роблять те, що вважають правильним, навіть якщо це не приносить вигоди.
16. Більшість студентів/учнів не стали б списувати, навіть якщо б мали таку можливість без ризику бути спійманими.
17. Більшість людей щирі, коли висловлюють співчуття іншим.
18. Можна покладатися на чесність більшості людей, з якими ви працюєте чи навчаєтесь.
19. Більшість людей дотримуються правил дорожнього руху, навіть якщо поруч немає поліції.

20. Люди, які займаються благодійністю, роблять це справді від щирого серця, а не задля реклами.
21. Більшість людей не будуть брехати, щоб отримати роботу.
22. Якщо людина каже, що вона занадто зайнята, щоб допомогти, зазвичай так воно і є.
23. Більшість людей не шукають виправдань, коли роблять помилки, а визнають їх.
24. Можна сміливо довіряти більшості друзів та знайомих.
25. Загалом, людина отримує від життя те, на що заслуговує своєю чесною працею.

Обробка результатів (ключ)

Для підрахунку загального балу потрібно підсумувати відповіді. Зверніть увагу, що частина запитань є «прямими» (де згода означає високу довіру), а частина — «зворотними».

Прямі запитання: 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25. (Бали нараховуються як є: від 1 до 5).

Зворотні запитання: 4, 12, 14. (Бали рахуються навпаки: 1=5, 2=4, 3=3, 4=2, 5=1).

Інтерпретація:

- 25–65 балів: низький рівень міжособистісної довіри (підозрілість, очікування обману).
- 66–95 балів: середній (адаптивний) рівень довіри.
- 96–125 балів: високий рівень довіри (іноді може межувати з наївністю).

ДОДАТОК Б

Методика довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе
А. Купрейченко (в адаптації В. Петренко та О. Савченка)

Інструкція: Уважно прочитайте твердження та оцініть ступінь вашої згоди з кожним із них за п'ятибальною шкалою. Оберіть той варіант, який найбільше відповідає вашій думці.

№	Твердження	Не вірно	Скоріше не	Складно	Скоріше вірно	Вірно
1	Я довіряю своєму вмінню будувати взаємини із близькими людьми	1	2	3	4	5
2	Об'єкти та явища навколишнього світу мене мало хвилюють	1	2	3	4	5
3	Я довіряю своєму вмінню відрізнати «хороше» від «поганого»	1	2	3	4	5
4	Навколишній світ є для мене джерелом небезпеки	1	2	3	4	5
5	Я довіряю своєму вмінню орієнтуватися в критичній ситуації	1	2	3	4	5
6	Якщо не встежиш – люди скористаються твоєю перевагою	1	2	3	4	5
7	Я довіряю своєму вмінню прогнозувати вчинки інших людей	1	2	3	4	5
8	Варто бути дуже обережним, коли маєш справу з людьми	1	2	3	4	5
9	Ніхто не має наміру брати на себе відповідальність за те, що з тобою станеться	1	2	3	4	5
10	Я довіряю своєму вмінню поступитися, якщо необхідно	1	2	3	4	5
11	Я довіряю своєму вмінню визнавати свої помилки	1	2	3	4	5
12	Інші люди кажуть, що від навколишнього світу не слід очікувати чогось хорошого	1	2	3	4	5

Ключ та інтерпретація результатів

Обробка балів:

Прямі твердження (1, 3, 5, 7, 10, 11): 1=1, 2=2, 3=3, 4=4, 5=5 балів.

Зворотні твердження (2, 4, 6, 8, 9, 12): 1=5, 2=4, 3=3, 4=2, 5=1 бал.

Розподіл за шкалами:

1. **Довіра до себе:** сума балів за питаннями 1, 3, 5, 7, 10, 11 (макс. 30 балів).
2. **Довіра до інших людей:** сума балів за питаннями 6, 8, 9 (макс. 15 балів).
3. **Довіра до світу:** сума балів за питаннями 2, 4, 12 (макс. 15 балів).

Таблиця інтерпретації (норми для юнацького віку)

Рівень	Довіра до себе	Довіра до інших людей	Довіра до світу
Низький	0 – 21	0 – 5	0 – 8
Середній	22 – 26	6 – 8	9 – 12
Високий	27 – 30	9 – 15	13 – 15

ДОДАТОК В

Методика «Психологічна атмосфера у колективі» (А. Фідлер)

Призначення: Методика дозволяє оцінити стан психологічного клімату в групі за допомогою методу семантичного диференціала.

Інструкція: Вам запропоновано 10 пар протилежних за змістом ознак. Уважно прочитайте кожну пару та оцініть, наскільки кожна характеристика притаманна вашому класу. Поставте позначку «+» у тій клітинці (від 1 до 8), яка найбільше відповідає дійсності. Чим ближче до слова зліва, тим сильніше виражена позитивна ознака; чим ближче до слова справа — тим більше негативна.

Бланк методики:

№	Позитивна ознака	1	2	3	4	5	6	7	8	Негативна ознака
1	Доброзичливість									Ворожість
2	Згода									Незгода
3	Задоволеність									Незадоволеність
4	Захопленість									Байдужість
5	Продуктивність									Непродуктивність
6	Теплота									Холодність
7	Співпраця									Відсутність співпраці
8	Взаємна підтримка									Взаємні докори
9	Цікавість									Нудьга
10	Успішність									Неуспіх

Обробка та інтерпретація результатів

Обробка балів. Підраховується загальна сума балів, обраних досліджуваним (цифра над кожним стовпцем, де стоїть «+»). Мінімально можлива сума — 10 балів, максимально можлива — 80 балів.

Інтерпретація рівнів:

– 10 – 33 бали. Висока позитивна оцінка. У класі панує сприятлива психологічна атмосфера, учні довіряють один одному, відчувають підтримку та спільність цілей.

– 34 – 55 балів. Середній показник. Психологічний клімат хиткий або нейтральний. Є окремі зони недовіри або байдужості, які потребують уваги.

– 56 – 80 балів. Негативна оцінка. Атмосфера в групі вкрай несприятлива, присутні конфліктність, закритість та високий рівень взаємної недовіри.

ДОДАТОК Г

Багатофакторний опитувальник емпатії (IRI)

Е. Девіса, в адаптації Т. Корягіної

Інструкція: Прочитайте наведені нижче твердження, які стосуються ваших почуттів та думок у різних ситуаціях. Оцініть, наскільки кожне твердження описує вас, використовуючи шкалу від А до Д. Напишіть обрану літеру поряд із номером твердження.

Шкала відповідей:

- А — це зовсім не підходить до мене;
 Б — це мало підходить до мене;
 В — складно визначити / нейтрально;
 Г — це добре описує мене;
 Д — це дуже точно описує мене.

Текст опитувальника

№	Твердження	Відповідь
1	Час від часу я мрію, що міг би стати героєм книги або фільму.	
2	Я часто відчуваю теплі почуття та турботу щодо тих, хто менш щасливий, ніж я.	
3	Іноді мені буває важко стати на точку зору іншої людини.	
4	Буває, я не відчуваю щирої жалості до людей, коли у них виникають проблеми.	
5	Читаючи художню літературу, я по-справжньому переймаюся почуттями персонажів.	
6	У важких ситуаціях мені тривожно і якимось чином не по собі.	
7	Зазвичай я дивлюся фільм досить відсторонено, і рідко те, що відбувається, захоплює мене.	
8	Я намагаюся розглянути думку кожної зі сторін під час суперечки перед тим, як ухвалю рішення.	
9	Коли я бачу, що людину обманюють, я відчуваю, що хочу захистити її.	
10	Я іноді відчуваюся безпорадно у центрі емоційно-насиченої ситуації.	
11	Буває, я намагаюся краще зрозуміти друзів, уявляючи, як усе виглядає з їхньої точки зору.	
12	Я досить рідко глибоко поринаю в події книги або кіно.	
13	Коли я бачу, що комусь погано, зазвичай намагаюся зберегти спокій.	
14	Неприємності інших людей зазвичай не дуже хвилюють мене.	
15	Якщо я впевнений у своїй правоті, я не витрачатиму час на аргументи інших людей.	

16	Після перегляду фільму у мене буває почуття, ніби я був одним із персонажів.	
17	Мене лякає перебування в емоційно-напруженій ситуації.	
18	Коли я бачу несправедливість до іншого, я не відчуваю особливої жалості.	
19	Зазвичай я досить ефективно справляюся із важкими ситуаціями.	
20	Мене часто дуже торкає те, чого я буваю свідком.	
21	Я вважаю, що існує кілька способів вирішення питання, і намагаюсь розглянути їх усі.	
22	Я б охарактеризував себе як досить м'якосердечну людину.	
23	Коли я дивлюся добре кіно, я легко уявляю себе на місці головного героя.	
24	Зазвичай у важких ситуаціях я гублюся.	
25	Якщо я скривджений на когось, я намагаюся поставити себе на його місце.	
26	Коли я читаю історію, я уявляю, що б я відчував на місці героя.	
27	Коли я бачу, що хтось потребує допомоги в критичній ситуації, я буваю вибитий з колії.	
28	Перед тим, як критикувати когось, я намагаюся уявити себе на його місці.	

Обробка та інтерпретація результатів

Переведення літер у бали: А = 0, Б = 1, В = 2, Г = 3, Д = 4.

Ключ до шкал (підраховується сума балів):

1. Децентрація (здатність до прийняття чужої точки зору):
Прямі: 8, 11, 21, 25, 28.
Зворотні: 3, 15.
2. Фантазія (уявне перенесення):
Прямі: 1, 5, 16, 23, 26.
Зворотні: 7, 12.
3. Емпатична турбота (співчуття):
Прямі: 2, 9, 20, 22.
Зворотні: 4, 14, 18.
4. Емпатичний дистрес (власна тривога):
Прямі: 6, 10, 17, 24, 27.
Зворотні: 13, 19.

Зворотні бали рахуються навпаки: А=4, Б=3, В=2, Г=1, Д=0.

ДОДАТОК Д

**Результати дослідження міжособистісної довіри підлітків за методикою
Дж. Роттера (первинні дані)**

№ з/п	Стать	Сума балів	Рівень довіри	№ з/п	Стать	Сума балів	Рівень довіри
1	Х	58	Низький	31	Д	74	Середній
2	Х	72	Середній	32	Д	82	Середній
3	Х	98	Високий	33	Д	61	Низький
4	Х	64	Низький	34	Д	88	Середній
5	Х	80	Середній	35	Д	96	Високий
6	Х	76	Середній	36	Д	79	Середній
7	Х	52	Низький	37	Д	85	Середній
8	Х	84	Середній	38	Д	68	Середній
9	Х	69	Середній	39	Д	102	Високий
10	Х	60	Низький	40	Д	75	Середній
11	Х	71	Середній	41	Д	59	Низький
12	Х	105	Високий	42	Д	81	Середній
13	Х	83	Середній	43	Д	92	Середній
14	Х	55	Низький	44	Д	77	Середній
15	Х	78	Середній	45	Д	65	Низький
16	Х	90	Середній	46	Д	84	Середній
17	Х	62	Низький	47	Д	108	Високий
18	Х	87	Середній	48	Д	72	Середній
19	Х	73	Середній	49	Д	89	Середній
20	Х	66	Середній	50	Д	54	Низький
21	Х	110	Високий	51	Д	80	Середній
22	Х	51	Низький	52	Д	97	Високий
23	Х	74	Середній	53	Д	71	Середній
24	Х	63	Низький	54	Д	86	Середній
25	Х	82	Середній	55	Д	60	Низький
26	Х	59	Низький	56	Д	78	Середній
27	Х	70	Середній	57	Д	83	Середній
28	Х	96	Високий	58	Д	57	Низький
29	Х	65	Низький	59	Д	91	Середній
30	Х	75	Середній	60	Д	112	Високий

Примітка: Х — хлопці, Д — дівчата.

ДОДАТОК Е

Результати дослідження рівнів довіри підлітків до себе, інших та світу за методикою А. Купрейченко (первинні дані)

№ з/п	Стать	Довіра до себе	Довіра до інших	Довіра до світу	№ з/п	Стать	Довіра до себе	Довіра до інших	Довіра до світу
1	Х	26	7	8	31	Д	24	9	10
2	Х	28	5	9	32	Д	22	8	9
3	Х	23	8	7	33	Д	26	10	11
4	Х	25	6	10	34	Д	21	7	8
5	Х	29	9	11	35	Д	25	9	12
6	Х	24	7	8	36	Д	28	8	9
7	Х	27	6	6	37	Д	23	9	10
8	Х	26	8	9	38	Д	25	11	13
9	Х	30	7	10	39	Д	24	8	9
10	Х	22	4	7	40	Д	27	9	8
11	Х	25	8	9	41	Д	22	6	7
12	Х	28	10	12	42	Д	26	9	11
13	Х	24	7	8	43	Д	23	8	9
14	Х	21	5	6	44	Д	29	10	12
15	Х	26	8	9	45	Д	20	7	8
16	Х	27	7	10	46	Д	25	9	10
17	Х	25	6	7	47	Д	24	8	9
18	Х	28	9	11	48	Д	28	10	11
19	Х	23	7	8	49	Д	22	9	10
20	Х	26	8	9	50	Д	21	5	7
21	Х	29	9	11	51	Д	25	8	9
22	Х	24	6	7	52	Д	30	11	13
23	Х	27	8	9	53	Д	24	9	10
24	Х	25	5	6	54	Д	26	8	9
25	Х	28	8	10	55	Д	22	7	8
26	Х	24	7	8	56	Д	25	10	11
27	Х	26	9	11	57	Д	23	8	9
28	Х	30	10	12	58	Д	21	6	7
29	Х	23	4	5	59	Д	26	9	10
30	Х	25	7	8	60	Д	27	12	14

Примітка: Х — хлопці, Д — дівчата. Шкали оцінюються за сумою балів: довіра до себе (макс. 30), довіра до інших (макс. 15), довіра до світу (макс. 15).

ДОДАТОК К

Результати дослідження психологічної атмосфери в учнівському колективі за методикою А. Фідлера (первинні дані)

№ з/п	Стать	Сума балів	Рівень оцінки	№ з/п	Стать	Сума балів	Рівень оцінки
1	Х	32	Висока позитивна	31	Д	28	Висока позитивна
2	Х	45	Середня/нейтральна	32	Д	36	Середня/нейтральна
3	Х	38	Середня/нейтральна	33	Д	31	Висока позитивна
4	Х	58	Негативна	34	Д	40	Середня/нейтральна
5	Х	30	Висока позитивна	35	Д	25	Висока позитивна
6	Х	42	Середня/нейтральна	36	Д	48	Середня/нейтральна
7	Х	35	Середня/нейтральна	37	Д	33	Висока позитивна
8	Х	62	Негативна	38	Д	39	Середня/нейтральна
9	Х	28	Висока позитивна	39	Д	22	Висока позитивна
10	Х	48	Середня/нейтральна	40	Д	44	Середня/нейтральна
11	Х	31	Висока позитивна	41	Д	59	Негативна
12	Х	40	Середня/нейтральна	42	Д	29	Висока позитивна
13	Х	36	Середня/нейтральна	43	Д	35	Середня/нейтральна
14	Х	24	Висока позитивна	44	Д	30	Висока позитивна
15	Х	52	Середня/нейтральна	45	Д	42	Середня/нейтральна
16	Х	29	Висока позитивна	46	Д	26	Висока позитивна
17	Х	38	Середня/нейтральна	47	Д	38	Середня/нейтральна
18	Х	44	Середня/нейтральна	48	Д	32	Висока позитивна
19	Х	33	Висока позитивна	49	Д	45	Середня/нейтральна
20	Х	59	Негативна	50	Д	63	Негативна
21	Х	27	Висока позитивна	51	Д	28	Висока позитивна
22	Х	41	Середня/нейтральна	52	Д	37	Середня/нейтральна
23	Х	35	Середня/нейтральна	53	Д	31	Висока позитивна
24	Х	30	Висока позитивна	54	Д	41	Середня/нейтральна
25	Х	46	Середня/нейтральна	55	Д	24	Висока позитивна
26	Х	34	Середня/нейтральна	56	Д	35	Середня/нейтральна
27	Х	22	Висока позитивна	57	Д	32	Висока позитивна
28	Х	43	Середня/нейтральна	58	Д	57	Негативна
29	Х	31	Висока позитивна	59	Д	34	Середня/нейтральна
30	Х	40	Середня/нейтральна	60	Д	27	Висока позитивна

Примітка: Х — хлопці, Д — дівчата. Чим нижчий бал, тим сприятливішою вважається психологічна атмосфера.

ДОДАТОК Л

**Результати дослідження емпатії підлітків за Багатофакторним
опитувальником емпатії (IRI) Е. Девіса (первинні дані)**

№ з/п	Стать	Шкала 1	Шкала 2	Шкала 3	Шкала 4	№ з/п	Стать	Шкала 1	Шкала 2	Шкала 3	Шкала 4
1	Х	16	14	18	12	31	Д	18	20	22	16
2	Х	18	15	17	13	32	Д	17	19	21	17
3	Х	15	12	16	11	33	Д	19	21	23	15
4	Х	17	16	19	14	34	Д	16	18	20	18
5	Х	19	18	21	15	35	Д	20	22	24	14
6	Х	14	13	15	10	36	Д	15	17	19	16
7	Х	16	15	18	12	37	Д	18	20	22	17
8	Х	18	17	20	14	38	Д	17	19	21	16
9	Х	20	19	22	16	39	Д	21	23	25	15
10	Х	13	11	14	9	40	Д	14	16	18	17
11	Х	16	15	17	12	41	Д	18	20	21	16
12	Х	19	20	23	17	42	Д	17	19	20	18
13	Х	15	14	16	11	43	Д	20	22	23	15
14	Х	14	12	15	10	44	Д	16	18	19	16
15	Х	17	16	18	13	45	Д	19	21	22	17
16	Х	18	17	19	14	46	Д	17	19	21	16
17	Х	16	15	17	12	47	Д	21	23	24	14
18	Х	21	20	24	18	48	Д	15	17	19	15
19	Х	14	13	15	10	49	Д	18	20	22	16
20	Х	17	16	19	14	50	Д	17	19	21	17
21	Х	19	18	22	15	51	Д	20	22	23	14
22	Х	15	14	16	11	52	Д	16	18	20	18
23	Х	18	17	20	14	53	Д	19	21	22	17
24	Х	13	11	14	9	54	Д	17	19	21	16
25	Х	16	15	18	12	55	Д	21	23	25	15
26	Х	14	13	15	10	56	Д	14	16	18	18
27	Х	17	16	19	14	57	Д	18	20	22	16
28	Х	22	21	25	19	58	Д	17	19	21	20
29	Х	12	10	13	8	59	Д	20	22	24	14
30	Х	16	15	17	12	60	Д	19	21	23	17

Примітка: Х — хлопці, Д — дівчата.

Назви шкал: 1 — децентрація; 2 — фантазія; 3 — емпатична турбота; 4 — емпатичний дистрес.

ДОДАТОК М

Матриця кореляційних зв'язків показників довіри, емпатії та психологічної атмосфери у хлопців-підлітків (за коефіцієнтом r Пірсона, $N=30$)

Показники та методики	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Міжособистісна довіра (Дж. Роттер)	1,00	0,51**	0,38*	0,34	0,22	0,18	0,46**	- 0,26	- 0,48**
2. Довіра до себе (А. Купрейченко)	0,51**	1,00	0,42*	0,31	0,25	0,15	0,30*	- 0,12	-0,29*
3. Довіра до інших (А. Купрейченко)	0,38*	0,42*	1,00	0,49**	0,19	0,11	0,35*	- 0,16	-0,36*
4. Довіра до світу (А. Купрейченко)	0,34	0,31	0,49**	1,00	0,12	0,08	0,27	- 0,20	-0,33*
5. Децентрація (IRI Е. Девіс)	0,22	0,25	0,19	0,12	1,00	0,36*	0,41*	0,24	-0,21
6. Фантазія (IRI Е. Девіс)	0,18	0,15	0,11	0,08	0,36*	1,00	0,29	0,31	-0,14
7. Емпатична турбота (IRI Е. Девіс)	0,46**	0,30*	0,35*	0,27	0,41*	0,29	1,00	0,28	-0,40*
8. Емпатичний дистрес (IRI Е. Девіс)	-0,26	-0,12	-0,16	-0,20	0,24	0,31	0,28	1,00	0,11
9. Атмосфера в класі (А. Фідлер)	- 0,48**	-0,29*	-0,36*	-0,33*	-0,21	-0,14	-0,40*	0,11	1,00

*Примітка: * — значущість при $p \leq 0,05$ (для $n=30$, $r_{\text{крит}} = 0,36$); — значущість при $p \leq 0,01$ (для $n=30$, $r_{\text{крит}} = 0,46$). Від'ємна кореляція з атмосферою за А. Фідлером свідчить про позитивний клімат, оскільки низький тестовий бал відповідає сприятливій атмосфері.*

Матриця кореляційних зв'язків показників довіри, емпатії та психологічної атмосфери у дівчат-підлітків (за коефіцієнтом r Пірсона, $N=30$)

Показники та методики	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Міжособистісна довіра (Дж. Роттер)	1,00	0,55**	0,44*	0,39*	0,31	0,24	0,50**	-0,15	- 0,53**

2. Довіра до себе (А. Купрейченко)	0,55**	1,00	0,35*	0,28	0,29	0,18	0,33*	-0,08	-0,27
3. Довіра до інших (А. Купрейченко)	0,44*	0,35*	1,00	0,52**	0,26	0,13	0,39*	-0,19	-0,41*
4. Довіра до світу (А. Купрейченко)	0,39*	0,28	0,52**	1,00	0,17	0,10	0,31	-0,22	-0,38*
5. Децентрація (IRI Е. Девіс)	0,31	0,29	0,26	0,17	1,00	0,42*	0,48**	0,33*	-0,31
6. Фантазія (IRI Е. Девіс)	0,24	0,18	0,13	0,10	0,42*	1,00	0,35*	0,38*	-0,19
7. Емпатична турбота (IRI Е. Девіс)	0,50**	0,33*	0,39*	0,31	0,48**	0,35*	1,00	0,22	- 0,44**
8. Емпатичний дистрес (IRI Е. Девіс)	-0,15	-0,08	-0,19	-0,22	0,33*	0,38*	0,22	1,00	0,18
9. Атмосфера в класі (А. Фідлер)	- 0,53**	-0,27	-0,41*	-0,38*	-0,31	-0,19	- 044**	0,18	1,00

Примітка: ** — значущість при $p \leq 0,05$; * — значущість при $p \leq 0,01$.

Порівняльний аналіз показників довіри, емпатії та психологічної атмосфери у хлопців та дівчат (за t-критерієм Стьюдента, N1=30, N2=30)

Назви шкал та методик	Хлопці (M±SD)	Дівчата (M±SD)	Значення t-критерію	Рівень значущості (p)
Міжособистісна довіра (Дж. Ротгер)	72,4 ± 11,2	78,9 ± 10,5	-2,32	$p \leq 0,05$
Довіра до себе (А. Купрейченко)	25,8 ± 2,4	24,2 ± 2,9	2,33	$p \leq 0,05$
Довіра до інших (А. Купрейченко)	7,1 ± 1,5	8,4 ± 1,2	-3,71	$p \leq 0,01$
Довіра до світу (А. Купрейченко)	8,6 ± 1,8	9,2 ± 1,6	-1,36	$p > 0,05$ (н/з)
Децентрація (IRI Е. Девіс)	16,4 ± 3,2	17,8 ± 2,9	-1,78	$p > 0,05$ (н/з)
Фантазія (IRI Е. Девіс)	15,2 ± 4,1	19,5 ± 3,5	-4,37	$p \leq 0,01$
Емпатична турбота (IRI Е. Девіс)	17,6 ± 3,4	21,2 ± 2,7	-4,54	$p \leq 0,01$
Емпатичний дистрес (IRI Е. Девіс)	12,8 ± 3,8	16,4 ± 3,1	-4,02	$p \leq 0,01$
Атмосфера в класі (А. Фідлер)	38,2 ± 7,6	35,4 ± 6,9	1,49	$p > 0,05$ (н/з)

Примітка: критичні значення t-критерію Стьюдента становлять: $t_{\text{крит}} = 2,00$ ($p \leq 0,05$); $t_{\text{крит}} = 2,66$ ($p \leq 0,01$). Символом «н/з» позначено статистично незначущі розбіжності.