

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
Факультет психології та соціальної роботи
Кафедра загальної психології та психологічного консультування

**Кваліфікаційна робота
на здобуття рівня вищої освіти «магістр»**

на тему:

**«Особливості взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними
уподобаннями в період ранньої молодості»**

**«Peculiarities of the relationship between emotional reactions and musical
preferences in early youth»**

Виконала: студентка заочної форми
навчання спеціальності 053 Психологія

Марценко Катерина Ігорівна

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук, доцент

Мартинюк Юлія Олександрівна

Рецензент:
кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та
диференціальної психології ПНПУ імені К.Д. Ушинського

Ульянова Тетяна Юріївна

Рекомендовано до захисту:
Протокол засідання кафедри
№ 4 від 26.11 2025 р.

Захищено на засіданні ЕК № ____
Протокол № ____ від ____ 2025 р.
Оцінка ____/____/____

Завідувач кафедри
____ Кіреєва З. О.

Голова ЕК

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМА ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНИХ РЕАКЦІЙ ТА МУЗИЧНИХ УПОДОБАНЬ В ПЕРІОД РАННЬОЇ МОЛОДОСТІ.....	6
1.1. Теоретичні засади дослідження емоційних реакцій в психологічній науці.....	6
1.2. Психологічні особливості періоду ранньої молодості.....	14
1.3. Поняття «музичні уподобання».....	22
Висновки до першого розділу	30
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ І МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ ЕМОЦІЙНИМИ РЕАКЦІЯМИ ТА МУЗИЧНИМИ УПОДОБАННЯМИ В ПЕРІОД РАННЬОЇ МОЛОДОСТІ.....	31
2.1. Організація дослідження особливостей взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості	30
2.2. Методи дослідження особливостей взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості.....	35
Висновки до другого розділу	43
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ ЕМОЦІЙНИМИ РЕАКЦІЯМИ ТА МУЗИЧНИМИ УПОДОБАННЯМИ В ПЕРІОД РАННЬОЇ МОЛОДОСТІ.....	44
3.1. Аналіз результатів дослідження емоційних реакцій в період ранньої молодості.....	44
3.2. Аналіз результатів дослідження музичних уподобань в період ранньої молодості.....	57
3.3. Особливості взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості.....	62
Висновки до третього розділу	68
ВИСНОВКИ.....	70
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	73

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасних умовах стрімких соціокультурних змін та зростання ролі масової культури музика посідає провідне місце в житті молодого покоління, виступаючи одним із найважливіших каналів емоційної саморегуляції та самовираження. Рання молодість характеризується інтенсивним становленням особистісної ідентичності, розвитком емоційної сфери, формуванням світогляду та соціальних орієнтирів, що підвищує значущість дослідження тих чинників, які впливають на емоційний стан і поведінкові реакції молодих людей. Музичні вподобання у цей період часто стають маркерами соціальної приналежності, інструментом емоційного відреагування та способом конструювання внутрішнього світу особистості.

Науковий інтерес до взаємозв'язку між музикою та емоційною сферою зумовлений необхідністю глибшого розуміння механізмів впливу звукових стимулів на психоемоційні реакції людини. Музика здатна як посилювати інтенсивність переживань, так і слугувати засобом їх гармонізації, що робить її важливим психологічним чинником у процесі становлення молодої особистості. Вивчення характеру цього впливу дозволяє окреслити специфіку музичних виборів як прояву емоційних потреб, темпераменту та індивідуального стилю переживання.

У період ранньої молодості музичні уподобання особливо чутливо відображають внутрішні конфлікти, емоційні запити та процеси самовизначення, що робить їх цінним джерелом для психологічного аналізу. Розуміння того, як саме емоційні реакції корелюють із жанрами, темпом, стилістикою чи смисловим навантаженням музики, сприятиме глибшому вивченню закономірностей емоційного розвитку молоді та специфіки їхніх адаптаційних стратегій. Це має важливе значення як для теорії музичної психології, так і для суміжних галузей – педагогіки, соціальної психології, культурології.

Дослідження емоційних реакцій та емоційної сфери займалися як

українські вчені (Н. В. Артюхіна, О. Б. Белова, М. Й. Варій, О. С. Волосяк, Н. С. Дмитріюк, А. А. Зарицька, З. О. Кіреєва, У. В. Кемінь, Н. М. Кологривова, О. І. Кононенко, М. А. Кузнєцов, І. О. Лелет, Ю. О. Мартинюк, Н. В. Підбуцька, Н. В. Родіна, Л. О. Сіпко, Г. О. Хомич, І. В. Чухрій, А. А. Шиліна, І. Є. Штученко), так і зарубіжні науковці (R. Fathalla, M. González-Arias, Y. Huang, M. Lafregeyre, N. Muxammadieva, L. Sander). В свою чергу, протягом останніх років питанням музичних уподобань цікавились як українські вчені (І. С. Денисюк, М. А. Домащенко, Н. І. Євстігнєєва, Л. М. Закопєць, Л. О. Заря, Ж. Ю. Карташова, О. А. Комаровська, О. М. Лазаревська, Н. І. Левус, А. В. Ніколенко, І. С. Райт, О. І. Стріхар, О. В. Ходаківська, Р. Б. Чорпіта, М. Л. Яковенко), так і зарубіжні дослідники (G. Abdieva, A. Clark, S. Kausar, P. Rentfrow, P. Rentfrow, J. Soares-Quadros, E. Vella). Попри наявність наукових напрацювань, зазначена проблематика все ще досліджена недостатньо й потребує подальшого глибшого вивчення.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження особливостей взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості.

Для досягнення поставленої мети в кваліфікаційні роботі необхідно вирішити наступні **завдання**:

1. Проведення теоретичного аналізу проблеми емоційних реакцій та музичних уподобань в період ранньої молодості.
2. Виявити особливості емоційних реакцій та музичних уподобань в період ранньої молодості.
3. Встановити особливості взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості.

Об'єкт дослідження: емоційні реакції та музичні уподобання.

Предмет дослідження: особливості взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості.

Методи дослідження: теоретичні – аналіз психологічної літератури, синтез отриманих знань, індукція, дедукція, порівняння, групування, метод

ключових понять, наукова абстракція, узагальнення; емпіричні – методика «Діагностика типу емоційної реакції на вплив стимулів оточення», методика «Самооцінка емоційних станів», методика «Шкала диференціальних емоцій», методика «Музична крамниця» та методика «Музичні вподобання особистості»; статистичні – описова статистика та кореляційний аналіз.

Організація і база проведення емпіричної роботи. Дослідження проводилося на базі ОНУ імені І.І. Мечникова факультету психології та соціальної роботи, в якому взяли участь 30 молодих людей віком від 18 до 25 років.

Практичне значення роботи. Отримані результати можуть бути використані для підвищення ефективності психологічної підтримки молоді в період ранньої молодості, застосовуватися у практичній психології для розробки програм корекції та розвитку емоційної сфери. Результати роботи можуть бути корисними для педагогів і вихователів у процесі організації освітньо-виховної діяльності, орієнтованої на гармонізацію емоційного стану студентів. Крім того, висновки дослідження можуть бути використані в наукових дослідженнях у сфері психології музики, емоційного розвитку та особистісного формування молоді.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, 8 таблиць, 6 рисунків, висновків, списку використаних літературних джерел, що включає 70 найменувань. Загальна частина роботи складає 79 сторінок, з них основна частина включає 72 сторінки.

РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМА ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНИХ РЕАКЦІЙ ТА МУЗИЧНИХ УПОДОБАНЬ В ПЕРІОД РАННЬОЇ МОЛОДОСТІ

1.1. Теоретичні засади дослідження емоційних реакцій в психологічній науці

Поняття «емоційні реакції» ґрунтується на поєднанні двох основних категорій: «емоції» та «реакції». Кожен індивід має унікальний емоційний склад, який визначається генетичними, психологічними, соціальними та культурними чинниками. Це проявляється в тому, як людина схильна переживати різні емоційні стани, а також у способах її реакцій на зовнішні та внутрішні стимули. Емоційний склад кожної особистості не є статичним, а змінюється під впливом різних обставин, досвіду та взаємодії з навколишнім середовищем. Різниця у тому, як різні люди переживають ті самі ситуації, може бути результатом їх індивідуальних особливостей, а також соціокультурних норм, в яких вони виростили.

Для більш детального розуміння емоційних реакцій важливо звернутися до змістовного трактування термінів «емоції» та «реакції» з погляду психології.

Так, згідно з думкою В. Б. Шапар, емоція є психічним відображенням, яке проявляється через негайне та суб'єктивне переживання змісту подій і ситуацій, що зумовлене взаємозв'язком об'єктивних характеристик цих явищ з потребами індивіда [50].

Дослідники І. Є. Штученко та Ю. О. Картавікіна зазначають, що емоції є однією з форм відображення реального світу свідомістю. Проте емоції не просто відображають самі предмети та явища, а акцентують увагу на їхній значущості для індивіда, на їхньому зв'язку з його потребами. З одного боку, емоції визначаються зовнішніми обставинами, а з іншого – внутрішніми потребами і мотивами людини. Вони є переживаннями, що набувають забарвлення позитивних або негативних емоцій, пов'язаних із задоволенням

чи незадоволенням основних життєвих потреб. Емоції виступають основними регуляторами психічної діяльності і виникають практично в будь-якому процесі діяльності людини [53].

На думку Н. Підбуцької, емоції є психологічними станами, що можуть проявлятися у вигляді приємних або неприємних переживань, почуттів, задоволень або незадоволень людини. Вони виконують важливу роль у процесі оцінки навколишнього світу, зокрема людей, предметів, явищ та подій [31].

Науковець У. В. Кемінь визначає емоцію як почуття, яке мотивує, організовує і спрямовує мислення та поведінку. Вчена виділяє десять основних базових емоцій: інтерес, радість, здивування, горе, гнів, відраза, презирство, страх, сором і провина [15].

В свою чергу А. А. Зарицька та А. О. Зарицький визначають емоції як психофізіологічний стан організму, що має чітко виражену суб'єктивну забарвленість і охоплює всі типи відчуттів та переживань людини – від болючих травмуючих відчуттів до найвищих форм радості та соціального відчуття життя. Емоції відображають не лише переживання, пов'язані з діяльністю, а й ставлення до себе та навколишнього середовища. Їх особливістю є вибірковість і наявність конкретних об'єктів, осіб чи процесів, до яких вони спрямовані [12].

З точки зору Н. І. Левус та Н. І. Тимків, емоція є загальною активною формою переживання організмом своєї життєдіяльності. Важливою рисою емоцій є те, що вони охоплюють особистість у цілому. Завдяки швидкому об'єднанню всіх функцій організму в єдине ціле, емоції сигналізують про наявність корисних або шкідливих впливів на організм, що робить їх універсальними для життєдіяльності. Емоції включають всі види переживань людини – від болючих страждань до високих форм радості і соціального відчуття життя. Вони можуть бути як позитивними, підвищуючи активність організму, так і негативними, знижуючи функціонування всіх його систем. Дослідження показали, що емоції, особливо хронічні негативні переживання

(страх, страждання від болю тощо), мають значний вплив на розвиток неврогенних захворювань [21].

Щодо поняття «реакція», то Дж. Уотсон розглядав реакції як відповідь організму на зміни в його зовнішньому чи внутрішньому середовищі. Це може охоплювати широкий спектр явищ – від біохімічних реакцій в окремих клітинах до умовних рефлексів [50].

В. В. Синявський та О. П. Сергєєнков зазначають, що психічні реакції є результатом психічного реагування на певні стимули. Визначають різні види психічних реакцій, серед яких: мнемічні, мислительні, мовні, емоційні, психомоторні тощо. Кожна психічна реакція характеризується трьома основними властивостями: латентним періодом, тривалістю (часом, необхідним для реагування) та точністю (адекватністю до впливу) [40].

Далі розглянемо наукові підходи до розуміння сутності емоційних реакцій з психологічної точки зору. Так, з точки зору У. В. Кемінь, в широкому розумінні емоційними реакціями є комплекс проявів почуттів та емоцій суб'єкта, або ж їх посилення та збільшення інтенсивності [15].

І. О. Лелет трактує «емоційні реакції» як одну з характеристик темпераменту. Показник емоційності особистості визначається як її здатність до переживання емоційного збудження (враховуючи особливості цього збудження). Під емоційними реакціями вчений розуміє великий спектр якостей та рис, які описують особливості появи, розвитку та припинення різноманітних емоцій, афектів та настроїв. Отже, емоційні реакції виступають як психологічна риса індивіда, що проявляється в способах вираження емоцій, є ознакою здатності особистості переживати емоції, надавати певний емоційний відтінок своїм вчинкам, почуттям і виражати їх [22].

О. П. Саннікова розглядає емоційні реакції в рамках континуально-ієрархічної концепції особистості як емоційне явище та як одну з характеристик особистості. Вчена зазначає, що емоційні реакції відображають взаємодію індивіда з навколишнім світом. Водночас, вони не стільки відображають самі об'єкти та явища (як у процесі пізнання), скільки

демонструють суб'єктивне ставлення особистості до них. Саме ці суб'єктивні переживання становлять психічну сутність емоційних реакцій. Отже, емоційні реакції являють собою єдність двох складових: змісту об'єкта, який відображається, та власне емоційного переживання. Емоційні реакції як характеристика індивідуальності є початковим етапом реагування на емоціогенні ситуації. Відмінності у переживанні актуальних (ситуативних) емоцій можна пояснити індивідуальними особливостями емоційного реагування, яке є стійкою рисою особистості. Ці відмінності проявляються у якості та інтенсивності емоційних переживань, які виникають у різних людей в однакових ситуаціях, тобто в умовах схожої емоціогенності [37].

О. П. Саннікова в рамках макроструктури емоційних реакцій виділяє комплекс властивостей, до якого входить:

1. Формально-динамічний рівень емоційного реагування, що включає параметри, які описують емоційну збудливість, силу, інтенсивність, тривалість, швидкість виникнення, перебіг і зміну емоційних переживань, а також особливості зовнішніх проявів цих характеристик. Це виявляється у виразі емоцій (ступінь виразності емоцій на зовнішньому рівні), загальній рухливості індивіда, яскравості і енергійності його рухів, легкості їх виникнення, жвавості міміки та пантоміміки, паралінгвістичних характеристик тощо.

2. Змістово-особистісний рівень емоційного реагування. Елементи емоційності на цьому рівні відображають явища та ситуації, що мають особливе значення для індивіда. Ці характеристики тісно пов'язані з основними рисами особистості, такими як спрямованість мотиваційної сфери, ціннісні орієнтації, установки, світогляд тощо. На цьому рівні як емоційний стан, так і емоційна реакція як властивість особистості виступають як важливі цінності.

3. Соціально-імперативний рівень емоційного реагування. Компоненти емоційності на цьому рівні обумовлені участю індивіда в різноманітних соціальних зв'язках і відображають вплив таких факторів, як загальнолюдська

культура, національні традиції, релігія, професія, соціальне середовище тощо. Соціально-імперативний рівень емоційних реакцій проявляється в особливостях експресії, властивих представникам різних культур. У цьому контексті зовнішні прояви стійких емоційних переживань (радість, гнів, страх, сум, спокій) та характер експресії, як емоційні сигнали особистості, вказують на її приналежність до конкретної культурної, національної, релігійної чи професійної групи [37].

Психолог Н. С. Дмитріюк підкреслює, що емоційні реакції сприяють формуванню, перетворенню та розвитку особистості через взаємодію з важливими об'єктами, явищами та іншими людьми. Отже, через емоційні реакції навколишнє середовище набуває значення для особистості, що має ключовий вплив на її загальний психічний розвиток [8].

Науковець Ю. О. Мартинюк вважає, що емоційні реакції залишають відбиток на житті, діяльності, вчинках і поведінці людини, при цьому емоції переважно визначають зовнішні прояви поведінки та психічної діяльності, тоді як почуття впливають на зміст і внутрішню суть переживань, зумовлених духовними потребами індивіда [26].

В свою чергу, Л. О. Сіпко розглядає емоційну реакцію як різновид психічного стану, що відображає цілісну діяльність, включаючи різні рівні функціонування фізіологічних процесів і психічної діяльності. Зміна емоційних станів пов'язана з відповідними змінами в психічних процесах та фізіології [42].

В психологічній літературі зазначається, що під час інтенсивних емоційних реакцій та емоційної напруженості зона нервової тканини, де знаходиться вогнище збудження, стає домінуючою. Це призводить до тимчасового гальмування інших впливів, оскільки пануюча домінанта перешкоджає їх реалізації. Такий стан триває, поки не вичерпається емоційна активність домінуючого вогнища. Коли емоційна реакція припиняється, відновлюється здатність до об'єктивної оцінки інформації [64].

З точки зору Г. О. Хомич та О. В. Войтенко, позитивні емоційні реакції

є важливим чинником, що сприяє підвищенню стресостійкості та готовності до подолання депривуючих ситуацій. Під впливом певних умов емоційне реагування може набувати чітко визначеної модальності, яка відображатиме ставлення до конкретної особи чи дій, часто з фіксованою, нерідко некритичною та необґрунтованою оцінкою. Саме через це виникають конфлікти «без причин і змісту», які спрямовані на вивільнення накопичених негативних емоцій [47].

Емоційні реакції, які не підкріплені чіткими уявленнями і знаннями, можуть швидко призвести до розчарувань і непередбачених ситуацій, що, в свою чергу, погіршує настрій і забирає енергію, необхідну для подолання труднощів чи життєвих негараздів. Якщо такі ситуації стають регулярними, у людини можуть почати розвиватися невротичні реакції, а депресивні стани стають звичними [59].

Професор Н. В. Родіна підкреслює, що емоції та емоційні реакції є ситуативно зумовленими і мають соціальний аспект. Вчена зазначає, що виражений фізіологічний дискомфорт або почуття тривоги в ситуаціях ізоляції або агресії (наприклад, наслідки війни) можуть призвести до розчарування, фантазійного чи псевдологічного емоційного реагування та до неможливості прийняти реальні обставини [35].

Далі вважаємо доречним розглянути наукові підходи щодо класифікації емоційних реакцій.

М. Й. Варій проводить класифікацію емоційних реакцій за біологічними і психологічними аспектами. У цьому підході акцент робиться на різних механізмах, які лежать в основі емоційних реакцій. Виходячи з цього, виділяють:

1. Первинні емоційні реакції – це емоції, що мають еволюційне походження і є універсальними для людей та навіть для деяких тварин. Це інстинктивні реакції на загрози або можливості, наприклад, страх, гнів, радість, здивування. Вони активуються автоматично внаслідок фізіологічних змін.

2. Вторинні емоційні реакції – більш складні та когнітивно оброблені, які виникають після оцінки ситуації і залежать від соціокультурних норм, особистісного досвіду та усвідомлення себе в конкретній ситуації. Наприклад, сором, гордість, співчуття [4].

О. Б. Белова класифікує емоційні реакції за впливом на організм на стенічні та астенічні:

1. Стенічні реакції спричиняють збудження нервових процесів, стимулюючи активність, рухливість, та активізуючи як розумову, так і фізичну діяльність. До них відносяться емоції радості, тріумфу, захоплення, бадьорості, гніву, страху тощо.

2. Астенічні емоції є пасивними, вони гальмують активність і викликають відчуття слабкості, апатії, що пригнічують і ослаблюють організм. Серед них – сум, розчарування, страждання, зневіра [2].

А. А. Шиліна, з огляду на складність завдань, вважає неможливим створення єдиної всеосяжної класифікації емоційних реакцій, тому поділяє емоції залежно від потреб на такі категорії:

1. Альтруїстичні – емоції співпереживання та бажання допомогти іншим, такі як відданість, співчуття, жалість, ніжність тощо;

2. Комунікативні – емоції, що виникають у процесі спілкування, коли люди прагнуть ділитися думками та слухати одне одного (симпатія, повага, вдячність тощо);

3. Глоричні – емоції, пов'язані із самоствердженням і прагненням до визнання або слави, наприклад, самолюбство, егоїзм, гордість, перевага тощо;

4. Практичні – емоції, спрямовані на досягнення результату в діяльності, такі як захопленість роботою, задоволення від досягнутих результатів тощо);

5. Підвищено-авантюрні – характеризуються потребою в змаганнях і подоланні перешкод, захопленням небезпекою, ризиком, азартом тощо;

6. Романтичні – емоції, пов'язані з чимось недосяжним, незвичайним, особистим, таємничим і невідомим;

7. Пізнавальні – спрямовані на здобуття знань у результаті проблемної

ситуації або створення єдиної системи (здивування, розуміння, невиразність тощо);

8. Естетичні – емоції, що виникають від сприйняття мистецтва та краси, такі як замисленість, смуток, зворушеність, самотність, насолода;

9. Гедоністичні – задоволення від оточуючого світу, включаючи їжу, сонце, тепло (ейфорія, безтурботність);

10. Колекціонерські – емоції радості, пов'язані з придбанням нових речей, збільшенням колекції або приємними відчуттями від огляду своїх накопичень [52].

М. Й. Варій емоційні реакції поділяє на позитивні та негативні. До позитивних емоційних реакцій відносяться: інтерес – сприяє мотивації до навчання та розвитку вмінь і навичок; подив – реакція на несподівану ситуацію, яка активує всі пізнавальні процеси; радість – відчуття впевненості в собі, відчуття власної значущості та здатності подолати труднощі; сором – оцінка власних вчинків, що не відповідають очікуванням, та спричиняють осуд з боку оточуючих; провина – виникає через усвідомлення власної неправоти в ситуаціях, за які людина несе відповідальність.

Негативні емоційні реакції включають: горе – емоційний стан, який виникає внаслідок певної втрати; страх – стан, що з'являється у відповідь на загрозу, може призводити до пригніченості; відраза – реакція на те, що суперечить естетичним або моральним принципам; гнів – емоційна реакція, що виникає при виникненні перешкоди на шляху до задоволення потреб; презирство – відчуття певної переваги або зневаги щодо іншої людини [60].

З точки зору О. С. Волосюк, негативні емоційні реакції можна класифікувати таким чином:

1. Афекти – інтенсивні емоційні реакції на екстремальні обставини, коли людина втрачає здатність до самоконтролю;

2. Стреси – реакції на незадоволення важливих життєвих потреб, що вимагають мобілізації всіх зусиль;

3. Фрустрації – реакції на ситуації, що перешкоджають досягненню

мети, що проявляються у тимчасових порушеннях взаємозв'язку між свідомістю та діяльністю. [5].

Таким чином, емоційні реакції є важливою складовою психічного функціонування людини, виконуючи адаптивні, захисні та регуляційні функції, які допомагають адаптуватися до змінюваних умов навколишнього середовища, регулюючи поведінку відповідно до внутрішніх потреб та зовнішніх вимог.

1.2. Психологічні особливості періоду ранньої молодості

Період ранньої молодості є однією з найбільш обговорюваних тем у віковій психології. Дата початку і завершення цього етапу, психологічний зміст основної діяльності, перелік новоутворень – всі ці питання мають різні трактування серед вітчизняних та зарубіжних психологів. Спільною думкою є лише те, що цей період є часом найбільш інтенсивного розвитку особистості.

І. І. Романов підкреслює, що рання молодість в психології розглядається як період, коли відбувається перехід до самостійності, самовизначення, а також формування психічної, ідейної та громадянської зрілості, світогляду, моральної свідомості і самосвідомості [36].

Т. О. Костіна зазначає, що рання молодість є одним із ключових і відповідальних етапів у розвитку особистості. Це час, коли людина здійснює перехід до самостійного дорослого життя. У цей період активно розвивається процес усвідомлення себе, інтенсивно формується Я-концепція, ієрархія мотивів і визначаються основні життєві перспективи [17].

Л. В. Помиткіна, досліджуючи особливості періоду ранньої молодості, підкреслює, що основним афективним центром життя молодих людей є спрямованість у майбутнє, створення життєвих планів і перспектив, як у особистісному, так і в професійному самовизначенні. Особливістю цього віку є інтенсивний розвиток спеціальних здібностей, часто пов'язаних з обраною професією. У цей період продовжується розвиток самосвідомості, відкриття

себе як унікальної особистості, що тісно пов'язано з пізнанням соціального світу, в якому людина планує жити. Запитання, що виникають під час самоаналізу і рефлексії, мають світоглядний характер і стають частиною особистісного самовизначення. Тому головним новоутворенням цього періоду вчена вважає готовність до особистісного та життєвого самовизначення, а також формування ідентичності [32].

Дослідники Л. М. Співак та Д. В. Співак стверджують, що рання молодість є етапом «формальної» дорослості особистості, який виявляється через кілька основних ознак: право вибирати і здобувати конкретну професію у вищому навчальному закладі, участь у суспільних процесах, зокрема на виборах, створення сім'ї, а також досягнення фізичної, моральної та особистісної зрілості. На цьому етапі особистість стикається з необхідністю вирішення низки важливих питань щодо свого майбутнього. Основними завданнями цього періоду є: пошук сенсу життя, вибір життєвої стратегії, навчально-професійного шляху, партнера для створення сім'ї; утворення сім'ї, народження дітей і самореалізація у новому статусі – чоловіка чи дружини, батька чи матері; створення особистої системи цінностей, формування ціннісних орієнтацій, становлення світогляду; успішна інтеграція в суспільство і великі соціальні групи; самовизначення та самореалізація в особистісному, професійному і суспільному плані. Ці завдання залишаються актуальними для молодшої людини незалежно від часу; однак для різних поколінь може змінюватися їхня ціннісна ієрархія. Під час вирішення цих завдань молода людина намагається довести своїй особистості та оточуючим свою здатність до самостійного життя [43].

Рання молодість є періодом активного формування ціннісних орієнтацій, які мають значний вплив на розвиток характеру та особистості молодшої людини в цілому [62].

Н. П. Берегова, Л. М. Джигун та О. Б. Ігумнова зазначають, що для цього вікового етапу характерна певна ієрархія груп цінностей: цінності особистого життя, такі як здоров'я, любов, вірні друзі, щасливе сімейне життя тощо;

індивідуальні цінності, до яких належать матеріальне забезпечення, самостійність, краса, високі прагнення, сміливість, рішучість, нетерпимість до недоліків, життєрадісність тощо; етичні цінності, такі як вихованість, чуйність, чесність, милосердя та інші; цінності професійної орієнтації, серед яких цікава робота, суспільне визнання, впевненість у собі, освіченість, раціоналізм, самоконтроль, відповідальність, ефективність у виконанні завдань тощо; цінності розвитку та пізнання, що включають прагнення до розвитку, творчість, активне й діяльне життя тощо) [1].

Соціальна ситуація розвитку в період ранньої молодості визначається, перш за все, необхідністю для молодих людей вирішити, чи продовжувати навчання у вищому навчальному закладі, чи вступити на трудову діяльність, а також знайти своє місце в суспільстві. Це вимагає зміни соціальних вимог і умов, в яких відбувається їх особистісне становлення: вони повинні бути готові до праці, саморозвитку, професійного навчання, сімейного життя та виконання громадянських обов'язків. Рання молодість – це період вибору життєвого шляху, навчання в університеті, роботи за обраною спеціальністю та створення сім'ї. Багато молодих людей починають трудову діяльність, обираючи професію і навчання за відповідною спеціальністю [65].

Основною діяльністю в період ранньої молодості є учбово-професійна. Соціальні мотиви, що пов'язані з майбутнім, починають активно стимулювати до навчальної діяльності, з'являється велика вибірковість щодо предметів, а головним мотивом пізнавальної діяльності стає прагнення здобути професію, що має соціальну значущість.

У зв'язку з цим, О. М. Грінцова підкреслює, що вибір майбутньої професії молодими людьми супроводжується глибокими емоційними переживаннями, пов'язаними з усвідомленням її впливу на майбутнє, прагненням до реалізації певної кар'єрної траєкторії та відчуттям неможливості повністю контролювати цей процес. Також виникає потреба узгодження найближчих і віддалених життєвих перспектив, цінностей і смислів «життя для себе» та «життя для інших» [6]

Науковець Я. Г. Невідома стверджує, що основою професійного самовизначення в період ранньої молодості є соціальна потреба зайняти позицію дорослої людини, усвідомити свою роль як члена суспільства, визначити своє місце у світі, тобто зрозуміти себе, свої можливості та своє призначення в житті [29].

Іншим важливим фактором, який формує психологічну основу професійного самовизначення та сприяє готовності молодих людей до вступу в нове «доросле» життя, є наявність здібностей і потреб, що дають змогу максимально реалізувати себе в суспільному житті, праці та майбутньому сімейному житті. По-перше, це потреба в спілкуванні та вміння будувати взаємодію з іншими. По-друге, розвиток теоретичного мислення та здатність орієнтуватися в різних формах теоретичного пізнання (науковому, художньому, етичному, правовому), що складають основу наукового та громадянського світогляду, а також розвиток рефлексії, яка забезпечує свідоме та критичне ставлення до себе. По-третє, це потреба в праці та здатність набувати трудових навичок, що дозволяють активно включатися у виробничу діяльність на творчих засадах [57].

Т. І. Сватенкова зазначає, що загальні світоглядні пошуки молодих людей набувають конкретних форм у їхніх життєвих планах. Зі зростанням віку у юнаків та дівчат стає все більш актуальною потреба у виборі напрямку розвитку. З множини абстрактних можливостей починають «випливати» кілька найбільш реальних і здійснених варіантів, з яких потрібно обрати. Однією з найважливіших, невідкладних та складних завдань для молоді є вибір професії. Оскільки молоді люди психологічно орієнтовані на майбутнє і схильні «перестрибувати» через не завершені етапи, вони усвідомлюють, що від правильного вибору професії залежатиме зміст їхнього майбутнього життя [38].

У період ранньої молодості відіграє ключову роль у розвитку особистості і спілкування, оскільки для молодих людей важливі не лише самі взаємодії, але й їхні якісні характеристики. Згідно з думкою О. Г. Лосієвської

та Н. С. Здоровець, молода людина продовжує процес самоствердження, розпочатий у підлітковому віці, активно формуючи свою особистість, свідомо конструюючи методи спілкування і вдосконалюючи ті якості, які для неї є важливими в цей період. У прагненні до самоідентифікації молода людина через рефлексію продовжує досліджувати свою внутрішню сутність. Міжособистісна комунікація на цьому етапі розвитку вимагає взаєморозуміння, близькості та відкритості. Вона ґрунтується на ставленні до іншого як до самого себе, і саме в такому спілкуванні розкривається справжнє «Я» молодої людини. Спілкування відіграє важливу роль у розвитку соціального потенціалу, підтримує самоповагу та сприяє більш глибокому самоприйняттю [24].

І. І. Брецько та В. В. Біжко зазначають, що на сприйняття світу в період ранньої молодості значний вплив має соціальний простір (як мікро-, так і макросоціум), у якому живуть молоді люди. Сім'я залишає за собою роль того мікросоціуму, де молодь почувається найбільш комфортно та впевнено. Перспективи майбутнього, зокрема професійні, часто обговорюються з батьками, викладачами, дорослими знайомими, чиї поради мають важливе значення, а також з однолітками. У період ранньої молодості спілкування з однолітками стає важливим каналом інформації, специфічним типом міжособистісних взаємодій та формою емоційного контакту. В цей час поступово зникає психологічна залежність від дорослих, характерна для попередніх етапів психоонтогенезу, і відбувається утвердження соціально-психологічної самостійності особистості, що значною мірою зумовлено активною комунікацією з однолітками. У стосунках з ними, на фоні збереження колективних форм спілкування, починає збільшуватися значення індивідуальних контактів та уподобань [3].

У період ранньої молодості посилюється пошук супутників життя та однопумців, зростає потреба у співпраці з іншими людьми, зміцнюються зв'язки з соціальною групою, з'являється відчуття інтимності в стосунках з деякими людьми. Дружба в юнацькому віці є унікальним явищем, яке займає

особливе місце серед інших форм прив'язаності. У цей період зростають вимоги до вибору друзів, складнішають критерії дружби. Ранню молодість можна вважати «віком дружби», однак самі молоді люди часто сприймають справжню дружбу як рідкісне явище. Емоційна напруженість дружніх стосунків знижується, коли в житті з'являється кохання.

Згідно з думкою Н. В. Лазаревої, для періоду ранньої молодості характерна закоханість, а також досвід близьких інтимних стосунків, що супроводжується формуванням очікувань щодо майбутнього сімейного життя. Закоханість у юнацькому віці зазвичай має більший ступінь інтимності, ніж дружба, і, можна сказати, включає її в себе [20].

Я. Г. Невідома стверджує, що у період ранньої молодості зростає потреба в новому досвіді, з одного боку, та визнанні, захищеності й емоційній інтимності – з іншого. Це визначає підвищену потребу молодих людей у спілкуванні з іншими, прагнення бути прийнятими суспільством. Іншою важливою тенденцією цього віку є психологічна схильність до індивідуалізації та соціального відокремлення. Це проявляється у чіткішому розмежуванні молодими людьми характеру своїх взаємин з оточуючими, вищій вибірковості у дружніх зв'язках і інколи в максимальних вимогах до спілкування у близьких відносинах. Прагнення до відокремлення полягає в бажанні захистити свій унікальний світ від впливу сторонніх осіб, а інколи навіть від близьких людей, щоб зміцнити відчуття власної особистості, зберегти індивідуальність і реалізувати прагнення до визнання. Відмежування, як засіб підтримки психологічної дистанції у взаємодії з іншими, дозволяє молодим людям «зберігати свою сутність» як на емоційному, так і на раціональному рівнях спілкування [29].

Розглядаючи психологічні потреби в уподібненні та відмежуванні в період ранньої молодості, слід врахувати, що розвиток особистості молодих людей можна сприймати як двосторонній процес. З одного боку, це процес уподібнення себе до інших через взаємодію (соціально-психологічна ідентифікація), а з іншого – «відокремлення» себе від інших у певних аспектах

через відмежування. У процесі спілкування ці два механізми – уподібнення і відмежування – взаємопов’язані і протікають одночасно.

Науковець А. М. Лукіяничук зазначає, що психічні новоутворення, характерні для періоду ранньої молодості, мають виражену вікову психофілогенетичну специфіку і залежатимуть від індивідуальних особливостей. Рання молодість є завершальним етапом психологічного процесу «персоналізації» – періоду здобуття самоідентичності. Основними психічними новоутвореннями цього періоду є глибока рефлексія, усвідомлення власної індивідуальності, формування життєвих планів, готовність до професійного самовизначення, прагнення до свідомого будування власного життя, інтеграція в різні сфери діяльності, розвиток самосвідомості та активне формування світогляду [25].

В цей період активно формуються пізнавальні та професійні інтереси, виникає потреба в праці, здатність планувати своє майбутнє, а також зростає соціальна орієнтація особистості. Формування стабільної самосвідомості та чітко окресленого «образу Я» є, ймовірно, основним психологічним новоутворенням в період ранньої молодості. У цей час повністю завершується становлення уявлень людини про себе, з’являється загальне сприйняття власної особистості, яке, незалежно від того, є воно точним чи ні, стає психологічною реальністю, що визначає поведінку і породжує відповідні емоції. Крім того, в процесі самосвідомості з’являється важливий психологічний аспект часу – молода людина починає орієнтуватися на своє майбутнє [29].

Основним акцентом у всіх світоглядних пошуках у період ранньої молодості є питання сенсу життя. Молоді люди прагнуть знайти універсальні та глобальні формулювання для свого самовираження, такі як «служити людям», «пізнавати інших», «пізнавати себе», що свідчить про наявність психологічної орієнтації на сенс життя. Цьому віковому етапу притаманні складні рефлексії та глибокий самоаналіз. Процес самовизначення, як в особистісному, так і в професійному плані, є характерною ознакою ранньої

молодості. Вибір професії стає тим, що організовує і систематизує численні мотиваційні напрямки, як із безпосередніх інтересів особистості, так і з різноманітних соціально-професійних чинників.

М. А. Кузнєцов та Я. В. Козуб стверджують, що інтелектуальний розвиток у період ранньої молодості має свої характерні особливості:

1. Молоді люди демонструють високу схильність до самоаналізу, мають потребу систематизувати та узагальнювати свої знання про себе, аналізувати свій характер, емоції, дії та вчинки.

2. В загальному житті, а також у навчальній діяльності, проявляється прагнення співвіднести себе з певним ідеалом, що сприяє активізації процесу самовиховання.

3. Мислення набуває особистісного емоційного забарвлення. Виникає певна пізнавальна пристрастність до теоретичних та світоглядних питань. Інтелектуальні емоції активно розвиваються, і емоційність проявляється в переживаннях, що стосуються власних здібностей, можливостей і особистісних характеристик (це відображається в інтелектуальній самооцінці).

4. З'являється схильність до узагальнень, пошуку закономірностей і принципів, які стоять за окремими фактами. Самостійно зроблені узагальнення набувають особливої емоційної привабливості.

5. У цей період активно розвивається абстрактно-логічне мислення, що дозволяє молодим людям самостійно аналізувати складні, багатогранні питання. Мислення стає більш структурованим і критичним. Водночас когнітивні процеси людей ще значною мірою залежать від емоцій та почуттів (вони шукають аргументацію та докази для почутого від викладачів або однокурсників, охоче беруть участь у дискусіях, захоплюються дотепними висловами, красивими фразами та оригінальними способами вираження своїх думок) [18].

Пізнавальна активність у період ранньої молодості є важливою рисою самостійної особистості. У цей час вона орієнтована на галузі знань, які найбільше захоплюють індивіда, що мотивує молодих людей до творчих

пошуків. Саме в цей період відбувається складний процес розвитку інтелектуальних емоцій, тісно пов'язаний з формуванням особистості в цілому.

Таким чином, можна стверджувати, що психологічні особливості періоду ранньої молодості характеризуються інтенсивними внутрішніми змінами, орієнтованими на створення і утвердження особистісної ідентичності, розвитку емоційної зрілості та соціальної інтеграції. Водночас цей етап є часом пошуку життєвих орієнтирів, що визначатимуть подальший хід розвитку особистості та її соціальну реалізацію.

1.3. Поняття «музичні уподобання»

Музика є постійним супутником життя сучасної людини, а для молоді прослуховування улюбленої музики має величезне значення, що підтверджується багатьма соціологічними та психологічними дослідженнями. Виходячи з цього, можна припустити, що відповідно до цінностей та інформації, а також ідеалів і зразків поведінки, які пропагує і несе в собі музика, яку слухає молода людина, цілком ймовірно, що ними будуть засвоєні і закріплені на особистісному рівні відповідні погляди, принципи та переконання, хоча й не завжди позитивні [58].

Слід погодитись з думкою А. В. Ніколенко та В. Д. Солодова, що для сучасної молоді музика є засобом осмислення власного «Я», засобом самовираження і спілкування, а також проявом «себе», своєї особистості. Крім того, музичні уподобання дають змогу визначати належність до конкретної молодіжної спільноти та розпізнавати «своїх» і «чужих» [30].

Необхідно відзначити, що в психологічній науці існують різні точки зору щодо поняття «музичні уподобання». Так, наприклад, І. С. Райт вважає, що музичні уподобання – це відбір музичних творів, які відповідають очікуванням особистості, високо нею оцінюються і в майбутньому саме їм віддається перевага. Також вибір може залежати від постійних естетичних

уподобань слухача або контексту ситуації [34].

К. Л. Мілютіна та С. Ю. Пащенко визначають музичні уподобання як вибір творів, який відповідає очікуванням слухача. Специфічними ознаками таких уподобань є неодноразове прослуховування певних композицій, їх висока оцінка та бажання слухати їх знову. Повторне прослуховування улюблених творів призводить до їх більш глибокого розуміння та вищої оцінки, порівняно з першим враженням. Уподобання можна розглядати як вибір, який може бути обумовлений стійкими естетичними перевагами суб'єкта, або ж бути ситуативним [28].

О. А. Комаровська визначає музичні уподобання як змінну форму ставлення людей до музичної діяльності, що відображає їх особисті художні досягнення, набуті під час сприйняття, осмислення музики та участі у виконавському і творчому процесах [16].

Згідно з думкою Лінь Ваньї, музичні уподобання є здатністю естетично оцінювати красиві музичні твори, формувати стабільне емоційно-оцінне ставлення до музичної творчості через призму ідеалів та цінностей музики [23].

Л. М. Закопєць трактує музичні уподобання як певний етап естетичного розвитку, який дозволяє оцінювати та розуміти красу музики, зокрема її ідейну та змістову глибину, щирість і правдивість емоцій, яскравість і переконливість музичних образів і всіх виразних засобів твору. Завдяки цим навичкам активного сприймання і першої критичної оцінки формується значний інтерес і задоволення від справжньої художньої музики у всіх її проявах, включаючи як образи народної творчості, так і доступні твори великих композиторів минулого, а також різноманітні за жанром, але високо якісні твори сучасних авторів [11].

Ж. Ю. Карташова вважає, що музичне уподобання є об'єктивно існуючою суб'єктивною психосоматичною характеристикою слухача, яка визначає його вибірковість у музиці, зумовлену віковими особливостями та відповідністю музичних творів певним соціальним і педагогічним умовам

[14].

О. І. Стріхар трактує музичне уподобання як здатність насолоджуватися музичною красою, переживати зміст твору, вміти оцінювати твори музичного мистецтва, обирати найцінніше та відкидати все, що є потворним [45, с. 471].

Р. Б. Чорпіта визначає музичне уподобання як здатність людини правильно сприймати, оцінювати й обирати музичні твори. Воно зумовлюється індивідуальними особливостями особистості, її спроможністю відчувати художні цінності, що передаються через музику. Сформоване музичне уподобання проявляється у вмінні отримувати естетичне задоволення від високохудожніх творів, а його рівень визначається тим, яку музику обирає людина та наскільки глибоко вона її переживає. Формування музичних уподобань відбувається в процесі музичної діяльності – сприйняття й оцінювання творів, коли індивід більш-менш усвідомлено віддає перевагу певним композиціям. У музичних уподобаннях взаємодіють емоційний і раціональний компоненти, вони не є вродженими, а набуваються з досвідом. Саме через сприйняття музики поступово виникає інтерес до неї, формуються еталони естетичного й музичного смаку [48].

З точки зору О. М. Лазаревської, музичне уподобання є складною духовною потребою, що включає три основні аспекти: бажання слухати музичні твори, потребу в музичній виконавчій діяльності (або відтворенні), а також прагнення до створення музики. Музично розвинена особистість відзначається поєднанням цих аспектів або хоча б двох з них. Музичні уподобання формуються паралельно з розвитком особистості, тобто вони мають специфічні особливості в різні етапи її становлення [19].

Лань Сін Цзюнь зазначає, що музичне уподобання виникає, коли музичний твір здатен вплинути на емоційну сферу людини, викликаючи враження як цінності та збуджуючи її свідомість. Емоції не лише повідомляють про характер цієї цінності (позитивну чи негативну), а й відображають її значущість. Чуттєві оцінки людини виражаються через мовні форми, інтелектуалізуючи ці емоції за допомогою суджень та понять. Вони

впливають на розум і волю, стимулюючи чи гальмуючи розумові й вольові процеси. У результаті початкові думки, наміри та рішення можуть бути як підтримані, так і ослаблені. Відображаючи об'єктивну реальність, емоції стають основою для будь-яких уподобань, зокрема й музичних [41].

Л. О. Заря визначає музичне уподобання як напрямок взаємопов'язаних психофізіологічних процесів, що ґрунтуються на індивідуальних рисах особистості, музичному досвіді, природній допитливості та потребі в естетичних переживаннях. Музичне уподобання характеризується вибірковістю психофізіологічних реакцій, які викликають потребу в естетичних враженнях, активізують уяву, емоції та почуття, а також стимулюють творчі процеси мислення. Специфіка музичного уподобання полягає в його почуттєвому сприйнятті, яке безпосередньо пов'язане з емоціями, а не з когнітивною інформацією. Музичне уподобання, з точки зору чуттєвого пізнання, невід'ємно пов'язане з процесами мислення і має мотиваційну орієнтацію, що супроводжується емоційним відгуком. Воно включає порівняння і співвіднесення конкретного музичного твору з еталонами, що зберігаються в пам'яті. Знайомі музичні твори сприймаються автоматично, на основі стереотипів, що дозволяє легко і впевнено їх впізнавати (як букви в алфавіті). Водночас, малознайомі твори сприймаються більш детально і послідовно, що дозволяє глибше їх осмислювати. Усвідомлення музичної потреби проявляється через музичне уподобання, яке виступає як важливий чинник для подальшого вибору музики [13].

Ж. Ю. Карташова виділяє кілька складових музичних уподобань: здатність повноцінно і адекватно сприймати музичні твори; вміння оцінювати музичний твір; наявність естетичних і художніх знань; художнє чуття; рівень інтелектуального розвитку та теоретичне мислення; почуття міри у мистецтві та естетиці; інтерес до творів мистецтва; здатність отримувати естетичне задоволення; асоціативне мислення; уявлення та погляди в естетичній і художній сфері; музично-естетична готовність; музично-естетична потреба [14].

Дослідники підкреслюють, що лише та музика, яка відповідає емоційно-чуттєвим особливостям конкретної людини, здатна пробудити в ній тонке сприйняття музичної структури та стимулювати її до музичної діяльності. Якщо музичний твір не зачіпає внутрішній емоційний стан індивіда, він лишається для нього непомітним і не справляє помітного впливу на психіку. Мотивація до прослуховування музики формується тоді, коли музика має для особистості позитивне значення та чинить сильний емоційний вплив [67].

О. М. Лазаревська зазначає, що процес формування музичних уподобань проходить через кілька етапів:

1. На першому етапі відбувається індивідуалізація засобів художньої виразності музики. У цей період слухачі більше орієнтуються на «позамузичні» асоціації, пов'язані з їхнім життєвим досвідом. Музика сприймається як звукова ілюстрація суб'єктивних образів, а її виразові та зображальні засоби реалізуються через індивідуальний життєвий досвід слухача, що і робить її привабливою для особистості.

2. На другому етапі формування музичних уподобань у слухача відбувається встановлення міцних зв'язків між музичними засобами та зовнішніми спостереженнями або особистими переживаннями різних аспектів життя. У цей період індивід активно вивчає виразові та зображальні можливості музики. Музичне сприйняття переходить на рівень художнього узагальнення, що дозволяє пізнавати та розуміти відображений у мистецькій формі психічний світ іншої людини.

3. Останній третій етап відображає зміну основних зв'язків між комунікацією та пізнанням у процесі організації музичної перцепції. На цьому етапі потреба слухача в музиці набуває творчої спрямованості, а сам процес музичного сприйняття стає більш відповідним до структури соціально-предметної діяльності. Музичний твір стає самостійним об'єктом діяльності та художнього сприйняття, що визначає основний чинник у процесі перцепції [19].

Н. І. Євстігнєєва вважає, що на когнітивному рівні виникнення музичних

уподобань, як результат оцінки музики як приємної або неприємної, відбувається через відповідність музичних когнітивних схем тим ідеям, що закладені в композиції автором. Вона стверджує, що емоція, виражена в музиці, завжди пов'язана з конкретною ідеєю і несе певний настрій. Завдяки внутрішній подібності між ідеями, певні з них викликають у нас відповідні афекти, які, в свою чергу, призводять до виникнення відповідних ідей [10].

І. С. Денисюк зазначає, що кожна особистість по-своєму виявляє інтерес до музичного мистецтва, обираючи певний жанр, композитора або конкретний твір, ґрунтуючись на своєму досвіді слухання. Тобто, смак і зацікавленість до художньої творчості формуються на основі попереднього слухацького досвіду. Уподобання виникає завдяки здатності до гнучкості, адаптивності та динамічних змін у сприйнятті музики [7].

Теоретичний аналіз літератури дозволяє зробити висновок, що музичні уподобання виконують функцію соціальної ідентифікації та залежать від різноманітних об'єктивних і суб'єктивних факторів, таких як стать, вік, гендер, місце проживання, рівень освіти, особистий музичний досвід, ступінь музичної підготовки, мода, привабливість емоційних станів, спричинених конкретною музикою, а також від особистісних особливостей [69].

Так, люди, що належать до старшої вікової групи, надають перевагу музиці з більш спокійним змістом, тоді як для молоді характерна перевага більш танцювальної, іноді агресивної музики. Деякі дослідники виділяють три категорії людей залежно від їх ставлення до музики та вибору музичного стилю: байдужі до будь-якого музичного стилю, прихильники мейнстріму та ті, хто віддає перевагу важкому року [9].

Водночас особливості музичної діяльності в умовах інформаційного суспільства визначають контекст, який впливає на формування музичних уподобань серед молоді, зокрема студентів. Наприклад, соціологічні дослідження, проведені серед студентів Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля щодо вивчення їх музичних вподобань, виявили різні орієнтації на класичну, масову та народну музику. За

результатами дослідження, яке проводилося за допомогою анкети (опитано 481 респондента в трьох етапах), були отримані наступні дані:

1. У відповіді на запитання анкети щодо побудови музично-жанрової ієрархії та ранжування запропонованих музичних напрямків, серед яких були рок, джаз, реп, самодіяльна (бардівська пісня), шансон, фольклор, класика, було виявлено, що естрада та естрадна пісня посідають перше місце в усіх дослідженнях. У пілотажному етапі дослідження естраду на першому місці вказали 86% респондентів, у другому та третьому – 66% і 68% відповідно. Результати анкетування показали, що вибір студентами естрадного жанру (масової естрадної пісні) як основного музичного напрямку відображає вплив масової культури в умовах інформаційного суспільства.

2. На другому місці серед музичних напрямків у першому та третьому дослідженнях опинилася рок-музика (36% і 59% відповідно), а в другому – класична музика (51%). Це свідчить про значний інтерес студентів до рок-музики, що підкреслює її високу популярність серед молоді. Також це відображає стабільність музичних уподобань і інтересів молодого покоління, а також продовження традиції вибору рок-музики, що виникла ще в 60-х роках ХХ століття під час студентських революцій.

3. Вибір класичної музики серед улюблених музичних напрямків (кожен другий респондент у другому дослідженні відніс класичне мистецтво до трьох пріоритетних стилів) виявився несподіваним і, ймовірно, зумовлений феноменом «правильних відповідей». Це явище спостерігається в дослідженнях, коли респонденти обирають соціально прийнятні варіанти відповідей, в даному випадку – класичну музику. За даними досліджень, справжніми прихильниками класичної музики є лише 3–7% опитаних.

4. Розподіл відповідей респондентів щодо інших музичних жанрів, таких як джаз, реп, шансон, бардівська пісня та фольклор, свідчить про нестабільність музичних уподобань студентів. В усіх трьох опитуваннях ці напрямки мали різні рейтинги, займаючи позиції від третьої до дев'ятої. Наприклад, фольклорна музика посідала останні місця, охоплюючи лише 4%

респондентів у першому дослідженні, 2% – у другому та 7% – у третьому. Ці результати можна пояснити відсутністю інтересу до сільських народних пісень серед студентів, які живуть у міському середовищі [54].

Дослідження музично-стильових уподобань української молоді демонструють їхню залежність від особливостей вибірки молоді, популярності тих чи інших жанрів, домінуючих форм дозвілля. Рок, хіп-хоп, клубна музика є «молодіжними» напрямками, широко популяризованими серед цієї аудиторії насамперед завдяки музичним телевізійним каналам, клубам, Інтернету та гаджетам [55].

Молоді люди іноді слухають класичну музику, у тому числі в сучасній обробці; рідше – панк-музику і майже не слухають джаз, латину та іншу етнічну музику, шансон, бардівську пісню, авангард у класичній музиці. Ймовірно, вибір класики пов'язаний із вихованням, освітою та музичним досвідом, тоді як інші напрямки витісняються більш модними жанрами, такими як хіп-хоп, реп та рок з їх різноманітними піджанрами, розрахованими на різну молодіжну аудиторію [66].

Таким чином, музичні уподобання – це складне і багатогранне явище, яке включає в себе індивідуальні переваги щодо певних музичних стилів, жанрів, творів чи виконавців. Музичні уподобання є результатом взаємодії різноманітних компонентів: емоційних переживань, когнітивних оцінок, соціального контексту і культурних традицій, які впливають на сприйняття і вибір музики.

Висновки до першого розділу

1. Емоційні реакції – це психічні прояви, що виникають у відповідь на впливи внутрішнього чи зовнішнього середовища і відображають індивідуальне ставлення особистості до подій або явищ. Вони є складними і змінними, залежно від внутрішніх потреб людини, її соціокультурного контексту та індивідуальних особливостей. Особливістю емоційних реакцій є їхня здатність швидко адаптувати поведінку до змінюваних умов, регулюючи

психічний стан та взаємодію з навколишнім світом.

2. Рання молодість – це важливий етап психологічного розвитку особистості, що супроводжується інтенсивними внутрішніми змінами та формуванням основ життєвих орієнтирів. Цей період визначається активним процесом самовизначення, коли молоді люди шукають своє місце у світі, формують свої уподобання, визначають кар'єрні та особистісні пріоритети, а також формують свою світоглядну та ціннісну систему. Важливими новоутвореннями цього віку є готовність до професійного та соціального самовизначення, а також рефлексія щодо свого майбутнього. Однак цей період також включає численні кризи, пов'язані з вибором професії, зміною залежності від родини та входженням у доросле життя.

3. Музичні уподобання – це індивідуальний вибір та схильність людини до певних жанрів, стилів, творів або виконавців музики, що відображає її емоційно-естетичні, соціальні та культурні потреби. Це комплексне явище, яке формуються під впливом різноманітних факторів, таких як емоційний досвід, культурні традиції, соціальне оточення, вікові особливості, рівень освіти, а також індивідуальні психологічні характеристики. Музичні уподобання тісно пов'язані з процесами емоційного сприйняття та оцінки музичних творів, що можуть викликати різні емоційні реакції, від задоволення і захоплення до байдужості чи навіть відторгнення.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ І МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ ЕМОЦІЙНИМИ РЕАКЦІЯМИ ТА МУЗИЧНИМИ УПОДОБАННЯМИ В ПЕРІОД РАННЬОЇ МОЛОДОСТІ

2.1. Організація дослідження особливостей взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості

У період ранньої молодості формуються світогляд, система цінностей, самосвідомість і емоційна стабільність. Музика в цей час є важливим засобом самовираження, ідентифікації з певною групою та емоційної регуляції, тому аналіз взаємозв'язку між емоціями та музичними смаками дозволяє глибше зрозуміти психологічний розвиток особистості в цьому віці.

Дослідження особливостей взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості – це психологічне дослідження, метою якого є вивчення того, як емоційні особливості молодої людини (її емоційна чутливість, настрої, здатність до емпатії, рівень тривожності тощо) впливають на формування, динаміку та вибір музичних уподобань, а також як прослуховування певної музики, у свою чергу, відбивається на емоційному стані.

Науковими принципами організації такого дослідження є:

1. Принцип наукової об'єктивності. Дослідження спирається на перевірені методи збору й аналізу даних (анкетування, психодіагностичні тести, експеримент, контент-аналіз музичних жанрів). Усі висновки базуються на емпіричних фактах.

2. Принцип детермінізму. Емоційні реакції та музичні уподобання розглядаються як закономірно зумовлені внутрішніми (психологічними, фізіологічними) та зовнішніми (соціокультурними) чинниками.

3. Принцип єдності свідомості та діяльності. Музичні вподобання

відображають внутрішній емоційний стан особистості, а також виступають формою активної діяльності – вибору, слухання, створення чи обговорення музики.

4. Принцип розвитку (онтогенетичний підхід). Враховується, що в ранній молодості відбуваються зміни у сфері емоційної регуляції, самооцінки, смаків, тому музичні переваги можуть бути нестабільними, але показовими для етапу становлення особистості.

5. Принцип комплексності. Вивчення взаємозв'язку здійснюється з урахуванням біологічних, психологічних і соціальних аспектів.

6. Принцип гуманізму та етичності. Дослідження проводиться з повагою до особистості учасників, добровільною участю, конфіденційністю результатів і відсутністю психологічного тиску.

Проведення дослідження взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості здійснювалося поетапно (підготовчий, емпіричний, аналітичний), причому кожен етап мав самостійне науково-методичне значення та сприяв забезпеченню комплексності, обґрунтованості й достовірності отриманих результатів.

Підготовчий етап був ключовим, оскільки саме він забезпечив концептуальне, методологічне й організаційне підґрунтя для подальшої емпіричної роботи. Його зміст охоплює кілька взаємопов'язаних напрямів, серед яких центральне місце посідають теоретичний аналіз проблеми та добір психодіагностичного інструментарію.

Теоретичний аналіз проблеми був спрямований на всебічне осмислення феномену взаємозв'язку емоційних реакцій і музичних уподобань у контексті психології ранньої молодості. Було здійснене комплексне опрацювання наукової літератури, що висвітлює основні підходи до розуміння емоцій як регуляторів поведінки, засобів внутрішнього самовираження та чинників естетичного переживання. Особливу увагу приділено концепціям, які розкривають вплив музики на емоційну сферу особистості, механізми емоційного відгуку на музичні стимули та роль музичних уподобань у

формуванні ідентичності в юнацькому віці. Теоретичний аналіз також охоплював вивчення вікових закономірностей психічного розвитку на етапі ранньої молодості – періоду, що характеризується активним становленням емоційної чутливості, рефлексивності, індивідуальних смаків та цінностей. На основі узагальнення наукових джерел було визначено суперечності та недостатньо досліджені аспекти проблеми, сформульовано мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження, що відображали очікувані закономірності взаємозв'язку між емоційними характеристиками особистості та її музичними смаками.

Наступним кроком підготовчого етапу став ретельний добір психодіагностичного інструментарію, що забезпечує комплексне дослідження обох складових проблеми – емоційної та музично-естетичної. Основними критеріями добору виступали наукова валідність, надійність, стандартизованість методик, а також їхня відповідність віковим особливостям респондентів. Для діагностики емоційної сфери молодих людей було три методики, а саме: методика «Діагностика типу емоційної реакції на вплив стимулів оточення» (В. В. Бойко), методика «Самооцінка емоційних станів» (А. Уессман, Д. Рікс) та методика «Шкала диференціальних емоцій» (К. Ізард). Паралельно підбиралися інструменти для вивчення музичних уподобань, що дозволяють визначити переважні музичні жанри, емоційні реакції на різні види музики та функціональні аспекти її сприйняття (наприклад, як засобу релаксації, самовираження чи емоційної компенсації). Для цих цілей було обрані дві методики – «Музична крамниця» та «Музичні вподобання особистості». Також особлива увага приділялася розробці зрозумілих інструкцій, послідовності пред'явлення завдань і створенню умов, що сприяють щирим і достовірним відповідям респондентів.

Емпіричний етап включав формування вибірки дослідження, до якої увійшли студенти факультету психології та соціальної роботи Одеського національного університету імені І. І. Мечникова. Вибірку склали студенти-психологи віком 18-25 років (20 дівчат та 10 юнаків) Вибір саме цієї категорії

респондентів був зумовлений відповідністю їхнього віку (періоду ранньої молодості) завданням дослідження, а також високим рівнем рефлексивності, емоційної виразності та соціальної активності, притаманним студентській молоді. Ці характеристики роблять дану вибірку репрезентативною для вивчення особливостей емоційного реагування та формування музичних уподобань у період становлення особистісної та ціннісної системи молодої людини. Крім того, обрання студентів-психологів дозволило забезпечити більш свідоме ставлення до процесу дослідження та підвищити достовірність отриманих результатів.

Завершальним елементом емпіричного етапу стала систематизація та фіксація отриманих даних, що передбачала впорядкування, узагальнення й підготовку інформації до подальшої статистичної та якісної обробки. Одночасно здійснювалася якісна інтерпретація отриманих даних, яка дозволяла простежити індивідуальні особливості емоційного реагування на музичні стимули та специфіку музичних смаків у представників ранньої молодості. Систематизація результатів на цьому етапі створила підґрунтя для подальшого аналітичного осмислення виявлених закономірностей і формулювання узагальнених висновків щодо характеру взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями молодих людей.

Аналітичний етап організації дослідження особливостей взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості мав вирішальне значення для узагальнення та інтерпретації отриманих емпіричних даних. На основі узагальнення кількісних і якісних показників було здійснено характеристику емоційної сфери респондентів, визначено домінуючі типи емоційного реагування, рівень емоційної стійкості, інтенсивність переживань і специфіку вираження емоцій у соціально значущих ситуаціях. Особлива увага приділялася тому, як представники ранньої молодості переживають позитивні та негативні емоції, як вони контролюють їхню інтенсивність і які способи використовують для емоційної саморегуляції. Другим напрямом став аналіз результатів дослідження

музичних уподобань респондентів ранньої молодості. На цьому етапі вивчалася структура музичних смаків, визначалися пріоритетні жанри, стилі, естетичні орієнтири та мотиви звернення до музики. Завершальним аспектом аналітичного етапу стало виявлення особливостей взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями осіб ранньої молодості. Порівняльний і кореляційний аналіз отриманих показників дозволив виявити закономірності, що відображають вплив емоційної сфери на музичні вподобання та навпаки. Отже, аналітичний етап дослідження дав змогу глибше зрозуміти психологічну природу взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями, підтвердивши, що музика виступає важливим чинником емоційного розвитку, самовираження та гармонізації внутрішнього світу особистості в молодому віці.

Таким чином, організація дослідження включала комплекс взаємопов'язаних етапів – від теоретичного обґрунтування проблеми до емпіричного вивчення та аналітичного осмислення отриманих даних, що забезпечило цілісність і наукову достовірність роботи.

2.2. Методи дослідження особливостей взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості

Для вивчення взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості було застосовано низку психодіагностичних методик, спрямованих на виявлення емоційних особливостей особистості та з'ясування їхнього впливу на формування музичних смаків і переваг. Розглянемо ці методики більш детально.

1. Методика «Діагностика типу емоційної реакції на вплив стимулів оточення» (автор В. В. Бойко). Вона спрямована на діагностику переважного емоційного реагування особистості на різні зовнішні стимули та визначення типу емоційної реактивності, що дозволяє оцінити чутливість до позитивних і

негативних подразників у повсякденному житті.

Респондентам пропонується 39 описів емоційних реакцій на типові життєві ситуації, з яких потрібно вибрати або оцінити ті, що найбільше відповідають їх реальній поведінці. У процесі опрацювання результатів дослідження враховуються дві ключові характеристики емоційної реактивності особистості. Перша з них стосується спрямованості емоційної активності, яка може проявлятися у трьох формах:

1) ейфорійна активність назовні (варіант відповіді «а») відображає позитивний емоційний підйом, спрямований на зовнішню взаємодію, схильність ділитися хорошим настроєм із оточенням;

2) рефракторна активність усередину (варіант відповіді «b») характеризується зануренням у власні переживання, стриманістю або емоційною замкнутістю;

3) дисфорична активність назовні (варіант відповіді «с») виражається у зовнішньому виливі негативних емоцій, таких як роздратування, агресивність або критичність щодо оточення.

Другою важливою ознакою виступає емоційна валентність стимулів, тобто якісний характер ситуацій чи явищ, які викликають емоційний відгук. Виділяють три типи стимулів:

1) позитивні стимули (питання 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39) – це ті, що мають приємний або соціально схвальний зміст (приємні погодні умови, стан внутрішньої радості, отримання похвали чи компліментів, дотепний гумор);

2) амбівалентні або нейтральні стимули (питання 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29, 32, 35, 38), які можуть сприйматися як позитивні або негативні залежно від індивідуальних установок людини. До них належать новий знайомий або партнер, перегляд телепередачі, сумнівні ідеї, повсякденне робоче середовище чи навіть саме життя в цілому;

3) негативні стимули (питання 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31, 34, 37), що мають виражене обтяжливе значення (почуття фізичної чи психічної

втоми, небажання виконувати інтелектуальне завдання, складні або кризові життєві обставини).

Обробка результатів здійснюється наступним чином. Для кожного з питань тесту проставляється 1 бал на обране твердження. Потім підраховується загальну кількість відповідей «а», «b» та «с», на основі чого визначається домінуюча форма спрямованості емоційної активності.

Таким чином, інтерпретація результатів методики «Діагностика типу емоційної реакції на вплив стимулів оточення» ґрунтується на поєднанні аналізу того, як людина реагує (активність назовні чи всередину, позитивна чи негативна) і на що саме спрямована її емоційна відповідь (характер стимулу), що дозволяє визначити домінуючий тип емоційної регуляції.

2. Методика «Самооцінка емоційних станів» (автори А. Уессман та Д. Рікс). Вона призначена для вимірювання суб'єктивного емоційного стану індивіда в момент обстеження, тобто дозволяє оцінити рівень активності, напруженості, задоволеності, тривожності та загального тону, що робить його придатним як для клінічної діагностики, так і для досліджень у сфері психічного здоров'я, стресостійкості та настроєвих коливань.

Методика складається з чотирьох блоків тверджень (шкал). Кожна шкала містить 10 тверджень. Твердження в межах шкал розташовані у спадному порядку – від полюса позитивного емоційного стану до полюса негативного емоційного стану. Респонденту пропонується оцінити свій емоційний стан, обравши відповідне твердження. Порядковий номер обраного твердження відповідає кількості балів, набраних за шкалою. Обробка результатів: твердження оцінюються респондентом в межах від 10 балів до 1 балу, де сумарна оцінка (S) розраховується за формулою: $S = CT + EY + PP + UB$. Цей показник відображає вираженість, ступінь емоційного підйому чи виснаження респондента.

3. Методика «Шкала диференціальних емоцій» (Differential Emotions Scale, DES) (автор К. Ізард). Вона призначена для вимірювання інтенсивності та частоти переживання базових емоцій. Вона ґрунтується на концепції 10

фундаментальних емоцій:

- 1) інтерес – емоційний стан зосередженості та пізнавальної активності, що спонукає до дослідження й навчання;
- 2) радість – позитивне переживання задоволення і благополуччя, яке підсилює соціальну взаємодію та мотивацію;
- 3) здивування – короткочасна реакція на несподівану подію, що тимчасово зупиняє поточну діяльність для переробки нової інформації;
- 4) горе – стан глибокого емоційного болю через втрату або розчарування, який сприяє адаптації до змін;
- 5) гнів – реакція на перешкоду або несправедливість, спрямована на подолання загрози та відстоювання меж;
- 6) відраза – емоція захисного характеру, пов'язана з бажанням уникнути небезпечних або неприйнятних стимулів;
- 7) презирство – почуття моральної переваги над іншою людиною через її поведінку або якості;
- 8) страх – емоційна відповідь на передбачувану небезпеку, що мобілізує організм до уникнення загрози;
- 9) сором – внутрішньо спрямована негативна емоція, що виникає при оцінці власної невідповідності очікуванням інших;
- 10) провина – переживання відповідальності за заподіяну шкоду, яке стимулює до спокути або виправлення дій.

Методика DES складається з 30 окремих однополюсних шкал, представлених прикметниками, які відображають різноманітні варіації емоційних станів. Учасникам пропонується оцінити частоту або інтенсивність переживання кожної з наведених емоцій протягом певного проміжку часу (наприклад, за сьогодні або за минулий тиждень). Обробка результатів: вимірювання здійснюється за п'ятибальною шкалою, де:

- 1 бал – емоція зовсім не проявлялася;
- 2 бали – емоційне переживання було слабо виражене;
- 3 бали – емоційний стан проявлявся на середньому рівні;

4 бали – емоція відчувалася інтенсивно;

5 балів – емоційний прояв досягав максимальної сили.

У процесі опрацювання даних, отриманих за методикою DES, підраховується загальний бал окремо для кожної з десяти фундаментальних емоцій, причому показник кожної з них може коливатися в межах від 3 до 15 балів. На основі цих значень формується індивідуальний «емоційний профіль», який зазвичай подається у графічній формі, наприклад, у вигляді діаграми.

На наступному етапі здійснюється підрахунок зведених показників для груп емоцій, на основі яких обчислюються такі індекси:

1. Індекс позитивних емоцій – відображає рівень позитивного емоційного ставлення особи до поточної ситуації. Формується шляхом підсумовування балів за шкалами «інтерес», «радість» та «здивування».

2. Індекс гострих негативних емоцій – характеризує загальний ступінь негативного емоційного реагування на ситуацію. Обчислюється як сукупний бал за шкалами «горе», «гнів», «відраза» та «презирство».

3. Індекс тривожно-депресивних емоцій – відображає вираженість відносно стабільних індивідуальних переживань, пов'язаних із тривожно-депресивним станом, які впливають на суб'єктивне сприйняття ситуації. Розраховується як сума балів за шкалами «страх», «сором» і «провина».

При цьому, значення отриманих індексів за методикою DES можуть коливатися в таких межах: для індексу позитивних емоцій – від 9 до 45 балів, для індексу гострих негативних емоцій – від 12 до 60 балів, а для індексу тривожно-депресивних емоцій – від 9 до 45 балів.

Окрім визначення загального рівня прояву базових емоційних переживань у респондентів, можливим є проведення глибшого аналізу окремих емоцій, що дозволяє з'ясувати, яким чином емоційний стан впливає на поточну діяльність особи. З цією метою виділяються основні емоційні показники у сформованому емоційному профілі та розглядаються їх взаємозв'язки з іншими емоційними проявами.

4. Методика «Музична крамниця». Вона спрямована на дослідження практично орієнтованих музичних уподобань особистості та визначення реальних преференцій у виборі музичних жанрів, що дозволяє робити висновки про сформованість її музичних смаків. Вона ґрунтується на принципі вільного вибору, завдяки чому вдається виявити внутрішні естетичні орієнтири респондента. Стимульний матеріал представлений трьома серіями аудіозаписів, кожна з яких містить по вісім музичних фрагментів. Кожен фрагмент репрезентує окремий жанр або напрям музичного мистецтва. Демонстрація зразків здійснюється індивідуально у формі послідовного прослуховування: респондент отримує один аудіофрагмент з кожної серії й має обрати, наскільки він йому імпонує.

До діагностичної вибірки увійшли такі музичні напрями: народна вокально-хорова та інструментальна музика; класична музика академічної традиції; сучасна авангардна класика; сучасна розважальна (масова) музика; духовна, медитативна або терапевтична музика.

Оцінювання здійснюється за принципом ранжування: кожному жанру присвоюється порядковий номер, після чого респондент розставляє їх за мірою особистої привабливості – від найбільш привабливого (5 балів) до найменш бажаного (1 бал). На підставі отриманих результатів визначається рівень сформованості музичних уподобань.

Таким чином, методика «Музична крамниця» не лише дозволяє зафіксувати факт наявності музичних вподобань, але й допомагає оцінити їх глибину, різноманітність і ціннісну спрямованість, що робить її ефективним інструментом у сфері психології мистецтва та музичної педагогіки.

5. Методика «Музичні вподобання особистості». Вона являє собою анкету, призначену для виявлення індивідуальних естетичних преференцій у сфері музичного мистецтва. Її основна мета полягає у визначенні ступеня прихильності респондента до різних музичних жанрів на основі суб'єктивної самооцінки. Для цього учаснику пропонується послідовно оцінити кожен із поданих 14 музичних напрямів за семибальною шкалою, де кожному рівню

відповідає конкретне вербальне формулювання: «Дуже не подобається», «Не подобається», «Скоріше не подобається», «Нейтрально», «Скоріше подобається», «Подобається», «Дуже подобається». Такий формат дозволяє зафіксувати не лише факт симпатії або антипатії, а й її інтенсивність, що забезпечує більш точний кількісний аналіз.

Варто наголосити, що для побудови опитувальника було використано класифікацію музичних жанрів, розроблену дослідниками П. Ренфру та С. Гослінгом [66], яка була апробована у міжкультурних дослідженнях музичних смаків. Запропонований ними перелік із 14 жанрів вважається універсальним набором музичних напрямів, що зустрічаються у різних країнах та культурних середовищах, що робить методику придатною для застосування у багатоетнічних вибірках та компаративних дослідженнях.

Цей перелік включає в себе наступні музичні жанри:

- 1) класична музика – академічний жанр, що ґрунтується на складній композиції та інструментальному виконанні, часто асоціюється з високим естетичним стилем;
- 2) блюз – емоційно насичена музика, що походить з афроамериканської традиції та виражає переживання туги, боротьби або меланхолії;
- 3) кантрі – жанр з американським корінням, який поєднує прості мелодії та оповідальні тексти про повсякденне життя;
- 4) танцювальна електронна музика – ритмічна, енергійна музика, створена переважно за допомогою електронних інструментів для клубів і вечірок;
- 5) фолк (народна музика) – традиційна музична спадщина певного народу, що відображає його культурні звичаї та історію;
- 6) реп (хіп-хоп) – жанр з ритмічним речитативом і сильно вираженим бітом, орієнтований на самовираження та соціальні теми;
- 7) соул (фанк) – емоційна та ритмічна музика з виразним вокалом і характерними грувами, що походить з афроамериканської культури;
- 8) релігійна музика – духовно спрямовані твори, створені для підсилення

релігійних переживань та медитативного стану;

9) альтернативна музика – експериментальний жанр, що виходить за межі традиційної популярної музики та прагне до творчої незалежності;

10) джаз – імпровізаційний жанр із синкопованим ритмом і складною гармонією, що надає великої свободи виконавцю;

11) рок – енергійна музика з домінуванням гітарного звучання та драйвового ритму, часто спрямована на бунтівницьке самовираження;

12) поп-музика – комерційно орієнтований жанр із легко запам'ятовуваними мелодіями та універсальними темами;

13) хеві-метал – агресивна й потужна музика з важкими гітарними рифами та інтенсивною ритмікою;

14) саундтрек – музичний супровід до фільмів, ігор або спектаклів, створений для підсилення емоційного сприйняття сюжету.

Завдяки такій структурі опитувальник не лише фіксує переваги окремих жанрів, а й дозволяє аналізувати широту музичного кругозору особистості, потенційну відкритість до нових стилів, а також виявляти латентні естетичні орієнтири, які можуть бути важливими у контексті психологічної діагностики, освітньої діяльності чи соціокультурних досліджень. Такий поділ дозволяє не лише структурувати музичні вподобання, а й простежити психологічні та соціокультурні закономірності у формуванні музичного смаку особистості.

Таким чином, застосування вищенаведених психодіагностичних інструментів дозволило не лише кількісно оцінити емоційні характеристики респондентів, а й якісно описати емоційно-естетичні механізми сприйняття музики, визначити роль музики як засобу емоційної регуляції, самовираження та психологічної підтримки у період ранньої молодості. Такий підхід забезпечив комплексне розуміння того, як емоційна сфера молодого людини впливає на її музичні вподобання і навпаки – як музика може модулювати її емоційний стан.

Висновки до другого розділу

1. Організація дослідження особливостей взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості охоплювала три основні етапи: підготовчий, емпіричний та аналітичний. На підготовчому етапі було здійснено теоретичне обґрунтування проблеми, визначено мету, завдання та підібрано валідні психодіагностичні методики. Емпіричний етап передбачав практичну реалізацію дослідження, збір та первинну обробку даних, що дозволило отримати фактичний матеріал для подальшого аналізу. Аналітичний етап забезпечив узагальнення результатів і виявлення закономірностей взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями, що підтвердило цілісність, наукову обґрунтованість і достовірність проведеного дослідження.

2. Для дослідження особливостей взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості було обрано п'ять психодіагностичних методик. Методика «Діагностика типу емоційної реакції на вплив стимулів оточення» дозволила визначити домінуючий тип емоційного реагування особистості на різні життєві ситуації. Методика «Самооцінка емоційних станів» дала змогу виявити актуальний емоційний стан респондентів та рівень їх емоційної стабільності. Методика «Шкала диференціальних емоцій» забезпечила вимірювання інтенсивності та частоти переживання базових емоцій. Методика «Музична крамниця» допомогла дослідити практичні музичні уподобання та рівень сформованості музичного смаку. Методика «Музичні вподобання особистості» дозволила оцінити індивідуальні естетичні преференції та широту музичного кругозору. У сукупності ці методики забезпечили комплексне вивчення емоційно-естетичних особливостей молоді та виявлення взаємозв'язків між емоційною сферою й музичними смаками.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ ЕМОЦІЙНИМИ РЕАКЦІЯМИ ТА МУЗИЧНИМИ УПОДОБАННЯМИ В ПЕРІОД РАННЬОЇ МОЛОДОСТІ

3.1. Аналіз результатів дослідження емоційних реакцій в період ранньої молодості

Для дослідження о типу емоційної реакції на вплив стимулів оточення у період ранньої молодості було застосовано методику «Діагностика типу емоційної реакції на вплив стимулів оточення», яка спрямована на визначення домінантних способів реагування на зовнішні подразники. Результати діагностування студентів-психологів за цією методикою представлені в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Результати анкетування за методикою «Діагностика типу емоційної реакції на вплив стимулів оточення»

Тип емоційної реакції	Середнє значення	Стандартна похибка	Медіана	Стандартне відхилення
Ейфорійна активність назовні	4,54	0,11	7,0	0,71
Рефракторна активність усередину	3,26	0,14	5,5	0,86
Дисфорична активність назовні	1,92	0,09	2,5	0,49

Дані таблиці 3.1 показують, що за шкалою «Ейфорійна активність назовні» за середнім значенням 4,54, стандартною похибкою 0,11 та медіаною 7,0 респонденти демонструють такий тип емоційної реакції, як ейфорійна активність назовні. Така форма емоційної реактивності характеризується відкритістю, життєрадісністю та схильністю до активної взаємодії з навколишнім середовищем. Студенти цього типу зазвичай проявляють

емоційний підйом у відповідь на позитивні чи соціально схвальні стимули, такі як сприятливі обставини, почуття внутрішньої радості, отримання похвали чи гумористичні ситуації. Навіть за умов впливу неоднозначних або стресових факторів вони демонструють тенденцію до оптимістичної інтерпретації подій, що може виступати адаптивним механізмом підтримання стабільного емоційного стану.

В таблиці 3.1 показано, що за шкалою «Рефракторна активність усередину» за середнім значенням 3,26, стандартною похибкою 0,14 та медіаною 5,5 для респондентів характерне занурення у внутрішні переживання, емоційна стриманість та певна замкнутість, які проявляються незалежно від характеру впливу зовнішніх стимулів. Для них амбівалентні або нейтральні події можуть набувати різного емоційного значення залежно від індивідуальних особливостей сприйняття. Представники цього типу частіше схильні до накопичення невисловлених переживань, що трансформуються у внутрішню напругу, довготривалі роздуми чи приховану образливість. Емоційна система таких студентів не забезпечує активного зовнішнього реагування, а натомість спрямовує емоційні процеси вглиб особистості, що може позначатися на способах опрацювання життєвих ситуацій та взаємодії з іншими людьми.

Згідно даних таблиці 3.1, за шкалою «Дисфорична активність назовні» за середнім значенням 1,92, стандартною похибкою 0,09 та медіаною 2,5 респонденти проявляють негативні емоції. Цей тип емоційної реакції пов'язаний із зовнішнім проявом негативних емоцій, серед яких домінують роздратування, агресивність чи підвищена критичність. На такі реакції впливають здебільшого негативні стимули, наприклад, фізична або психічна втома, небажання виконувати інтелектуальні завдання або несприятливі життєві обставини. Однак характерною особливістю є й те, що навіть позитивні або нейтральні впливи можуть сприйматися як обтяжливі та провокувати негативні переживання. Такий емоційний тип відображає переважання негативної оцінки ситуацій, що може зумовлювати похмурість

настрою, схильність до конфліктності та труднощі у конструктивній комунікації.

Більш наглядно розподіл вибірки за типом емоційної реакції на вплив стимулів оточення наведений на мал. 3.1.



Рис. 3.1. Розподіл вибірки за типом емоційної реакції на вплив стимулів оточення

На рисунку 3.1 видно, що найчисельнішою виявилася група респондентів з ейфорійною активністю назовні, яку склали 14 осіб, що становить 46,5 % вибірки, тобто переважання цього типу свідчить про домінування позитивного емоційного тону у значної частини студентів.

Другою за поширеністю виявилася рефракторна активність усередину, яка охопила 11 студентів, що становить 37,9 % загальної кількості, тобто дана група студентів-психологів схильна до внутрішньої обробки інформації та емоцій, частково стримана у вираженні емоцій назовні, що може свідчити про рефлексивність і самоконтроль у їхній поведінці.

Найменшу групу сформували студенти з дисфоричною активністю назовні – 5 осіб, що становить 15,6 % вибірки, тобто ці студенти-психологи проявляють переважно негативний емоційний стан у зовнішніх проявах, що може відображати емоційне напруження або невдоволення в навчальному середовищі.

Таким чином, загальний розподіл типів емоційної реакції демонструє переважання позитивної та відкритої емоційної активності серед студентів-психологів, що є сприятливою умовою для формування професійних компетентностей, пов'язаних із міжособистісною взаємодією.

Для вивчення суб'єктивних оцінок актуальних переживань студентів-психологів була використана методика «Самооцінка емоційних станів». Результати дослідження наведені в таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Результати анкетування за методикою «Самооцінка емоційних станів»

Показники	Середнє значення	Стандартна похибка	Медіана	Стандартне відхилення
Спокій	5,76	0,37	5,5	1,01
Енергійність	5,63	0,35	5,5	0,95
Піднесеність	6,23	0,27	6,0	0,48
Почуття впевненості у собі	6,31	0,29	6,0	0,73

Дані таблиці 3.2 показують, що за шкалою «Спокій» за середнім значенням 5,76, стандартною похибкою 0,37 та медіаною 5,5 респонденти демонструють помірний рівень спокою з незначними коливаннями індивідуальних оцінок.

В таблиці 3.2 показано, що за шкалою «Енергійність» за середнім значенням 5,63, стандартною похибкою 0,35 та медіаною 5,5 респонденти характеризуються середнім рівнем енергійності, що свідчить про достатню активність та готовність до дій.

Згідно даних таблиці 3.2, за шкалою «Піднесеність» за середнім значенням 6,23, стандартною похибкою 0,27 та медіаною 6,0 респонденти демонструють високий рівень позитивного емоційного настрою та оптимізму.

Дані таблиці 3.2 показують, що за шкалою «Почуття впевненості у собі» за середнім значенням 6,31, стандартною похибкою 0,29 та медіаною 6,0 респонденти демонструють достатній рівень самовпевненості, що свідчить про впевнене ставлення до власних дій і рішень.

Більш наглядно розподіл вибірки за шкалами емоційного стану особистості наведений на мал. 3.2.

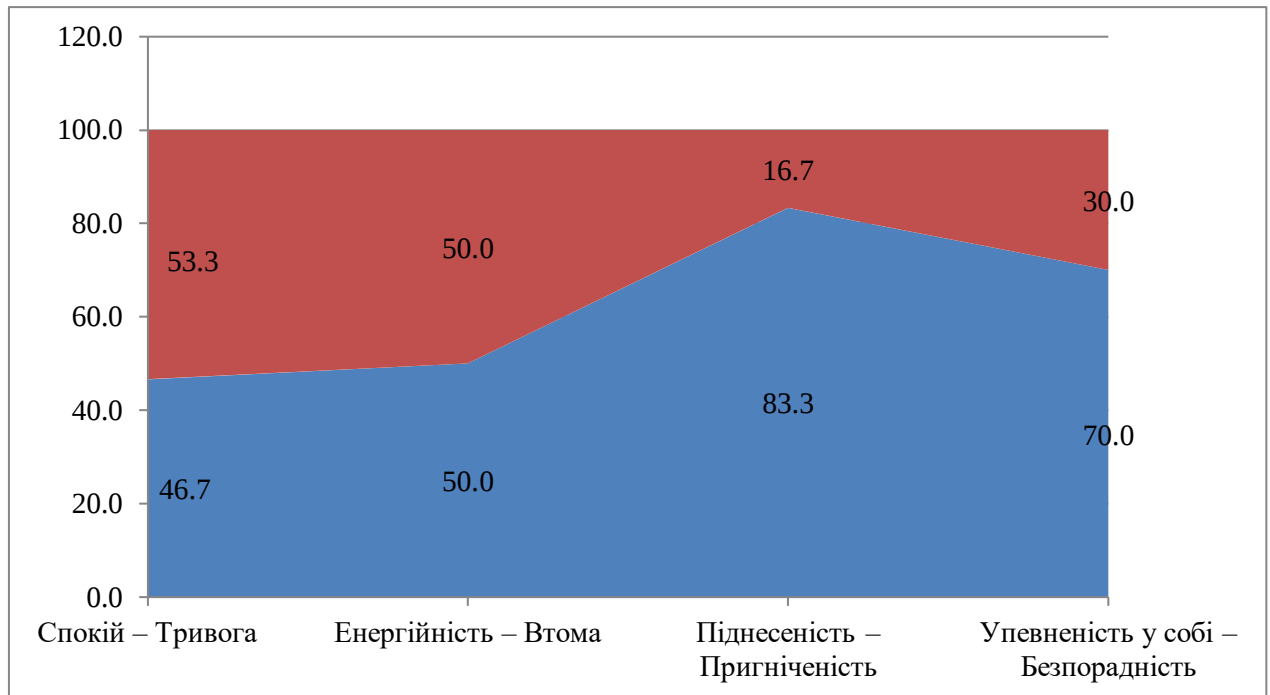


Рис. 3.2. Розподіл вибірки за шкалами емоційного стану особистості

На рисунку 3.2 показано, що стан спокою зафіксовано у 46,7 % вибірки; така помірна частота спокійного емоційного фону свідчить про наявність у значної частини студентів ресурсів внутрішньої стабільності, які сприяють раціональній оцінці ситуацій і адекватному зосередженню під час навчальної та практичної діяльності. Водночас те, що менше ніж половина респондентів відчують стабільний спокій, вказує на потребу у формуванні навичок саморегуляції й технік релаксації в навчальному процесі, аби підвищити стійкість до навчально-професійних навантажень.

В свою чергу, почуття тривожності виявлено у 53,3 % вибірки; цей відносно високий показник демонструє, що понад половина студентів відчуває підвищену тривожну напругу, що може проявлятися у формі занепокоєння, нервозності та неспокою. Така поширеність тривожності може бути зумовлена академічними вимогами, невизначеністю щодо майбутньої професійної ролі або особистісними факторами, і вона має прямий вплив на ризик розвитку соматичних та когнітивних порушень, зниження концентрації уваги й

ефективності навчання.

Рівень енергійності виявився у 50,0 % вибірки, що відображає помірний рівень активності й мотиваційного ресурсу серед респондентів. Така частота свідчить про те, що приблизно половина студентів має достатній енергетичний потенціал для виконання навчально-практичних завдань і для участі в груповій або клієнтській роботі, проте інша половина може відчувати дефіцит енергії, що знижує продуктивність і потребує уваги з боку викладачів та супервізорів. Специфічно поєднання помірної енергійності з наявністю втоми у значної частини вибірки вказує на ризик «виснаження ресурсів» у тих, хто поєднує навчання з додатковими навантаженнями.

При цьому, втома виявлена у 50,0 % вибірки, що корелює з помірним рівнем енергійності й відображає реальний розподіл ресурсів студентів: наявність постійної або періодичної втоми у половини респондентів може вказувати на навантаження, порушення режиму відпочинку чи недостатню адаптацію до навчальних вимог. Такий стан потребує практичних втручань у вигляді гігієнічних рекомендацій, оптимізації навантажень та навчання енергоформувальних технік.

Піднесеність виявлена у 83,3 % вибірки; такий високий показник свідчить про домінування позитивного емоційного забарвлення, здатного сприяти залученню до соціальної взаємодії, ініціативності та творчому підходу в навчанні. Переважання піднесеності може відображати сприятливі міжособистісні умови в групі та мотивацію до професійного самовдосконалення, водночас необхідно враховувати, що надмірна піднесеність у поєднанні з недостатньою рефлексією може призводити до ідеалізації професійних завдань та недооцінки потенційних складнощів практичної діяльності.

В свою чергу, пригніченість зафіксована у 16,7 % вибірки; хоча абсолютна частка пригнічених невелика, її наявність інформує про те, що серед студентів є особи з вираженими негативними афективними проявами, які можуть характеризуватися зниженням інтересу, негативною самооцінкою

та соціальною відчуженістю. Така група потребує підвищеної уваги, скринінгу на депресивні симптоми та, за потреби, направлення на психологічну або психотерапевтичну допомогу.

Почуття впевненості у собі зареєстровано у 70,0 % вибірки; це свідчить про те, що значна частина респондентів відчуває власні компетентності достатньо високими для виконання завдань навчального процесу. Такий рівень самовпевненості є важливим ресурсом у формуванні професійної ідентичності психолога, проте необхідно звернути увагу на якість цієї впевненості: якщо вона не підкріплена рефлексивними компетенціями та об'єктивною оцінкою знань і вмінь, існує ризик рутинного або некритичного підходу до професійних ситуацій.

При цьому, почуття безпорадності відзначили 30,0 % вибірки; цей показник вказує на те, що значна частина студентів іноді відчуває недостатність ресурсів для вирішення задач, що може проявлятися в сумнівах щодо власної компетентності та пасивному уникненні складних завдань. Наявність такого почуття в межах третини вибірки потребує включення в освітній процес елементів розвитку самоефективності, навчання стратегіям вирішення проблем та підтримки менторів.

Загальна картина самооцінки емоційних станів виявляє переважання позитивних афективних проявів поряд із помітною часткою тривожних і втомлених реакцій, що має значення для розуміння їхньої готовності до професійної діяльності та потреб у корекційно-профілактичній роботі.

Для дослідження особливостей диференціаювання емоцій була використана методика «Шкала диференціальних емоцій» (К. Ізард), що забезпечує аналіз структури та інтенсивності базових емоцій. Результати дослідження наведені в таблиці 3.3.

Таблиця 3.3

Показники прояву диференціальних емоцій

Показники	Середнє значення	Стандартна похибка	Медіана	Стандартне відхилення
Інтерес	3,20	0,12	6,5	0,49
Радість	3,07	0,09	7,0	0,37
Здивування	2,44	0,14	3,5	0,41
Горе	2,21	0,17	4,0	0,56
Гнів	1,57	0,15	4,5	0,98
Відраза	1,77	0,19	2,5	0,74
Презирство	1,63	0,16	3,0	0,85
Страх	2,01	0,11	3,5	0,92
Сором	2,54	0,07	2,5	0,79
Провина	2,12	0,14	4,5	0,73

В таблиці 3.3 видно, що за шкалою «Інтерес» за середнім значенням 3,20, стандартною похибкою 0,12 та медіаною 6,5 респонденти мають найвищий середній показник, що свідчить про переважання стану зосередженості та пізнавальної активності, який підтримує дослідницьку мотивацію, сприяє інтелектуальній мобілізації та формує позитивне ставлення до навчального процесу. При цьому за шкалою «Радість» при середньому значенні 3,07, стандартній похибці 0,09 та медіані 7,0 респонденти мають дещо нижчий показник, що демонструє достатній рівень позитивного емоційного фону, який забезпечує відчуття емоційного благополуччя, підсилює соціальну взаємодію та створює ресурси для стресостійкості. Обидві емоції належать до адаптивних і вказують на наявність у вибірці сприятливого емоційного клімату.

Дані таблиці 3.3 показують, що за шкалою «Здивування» за середнім значенням 2,44, стандартною похибкою 0,14 та медіаною 3,5 респонденти демонструють середню силу прояву, що вказує на періодичне переживання короткочасних реакцій на новизну або непередбачуваність подій, необхідних для перерозподілу уваги та швидкого оновлення когнітивних стратегій. Водночас показник сорому за середнім значенням 2,54, стандартною похибкою 0,07 та медіаною 2,5 є сильніше відносно вищих серед негативних емоцій, що демонструє підвищену чутливість студентів до оцінки з боку інших, внутрішнього контролю та соціальних норм. Такий рівень цієї емоції може відображати як конструктивну саморегуляцію поведінки, так і можливу вразливість до зовнішнього оцінювання.

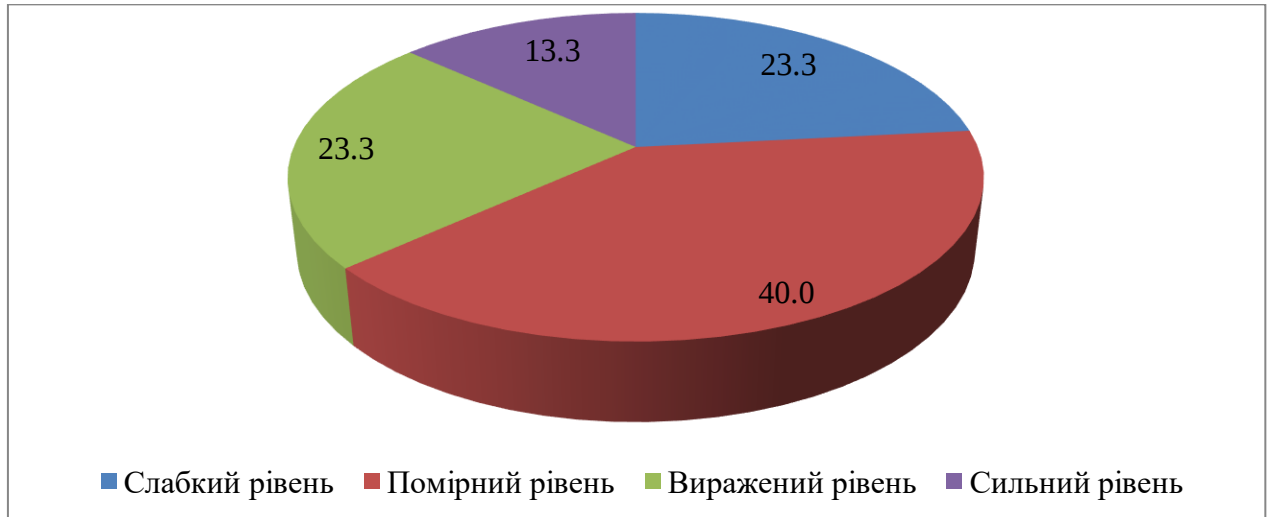
Згідно даних таблиці 3.3, за середнім значенням і стандартною похибкою ($2,12 \pm 0,14$; $2,01 \pm 0,11$; $2,21 \pm 0,17$) та медіаною (4,5; 3,5; 4,0) у респондентів до емоцій середньої інтенсивності належать також провина, страх та горе. Їхні значення вказують на періодичне переживання негативних емоцій, пов'язаних із відповідальністю за власні дії, передбачуваною небезпекою або внутрішніми втратами. Такі показники свідчать про наявність у студентів емоційної чутливості, необхідної для рефлексії, моральної оцінки ситуацій та формування емпатійності, що є важливим у професійній діяльності психолога. Страх проявляється на рівні, що не вказує на домінування тривожності, але демонструє мобілізаційну готовність до реагування на потенційні загрози. Горе представлено як помірний емоційний стан, що відображає адаптаційні реакції на втрати та складні події.

Отримані дані в таблиці 3.3 показують, що за середнім значенням і стандартною похибкою ($1,57 \pm 0,15$; $1,77 \pm 0,19$; $1,63 \pm 0,16$) та медіаною (4,5; 2,5; 3,0) найнижчими виявилися показники емоцій гніву, відрази та презирства. Це свідчить про слабку інтенсивність емоцій, спрямованих на агресивний або відторгувальний тип реагування. Низький рівень гніву демонструє тенденцію до конструктивної поведінки, уникнення конфліктів та стриманість у ситуаціях фрустрації. Невисока інтенсивність відрази вказує на загалом позитивне або нейтральне ставлення до зовнішніх стимулів, що не потребують активного уникнення, а низькі показники презирства відображають відсутність схильності до оцінювальної домінантності або моральної переваги над іншими. Такий профіль негативних соціальних емоцій свідчить про переважання толерантності, емпатійності та гуманістичної налаштованості, що є важливими характеристиками майбутніх фахівців-психологів.

Узагальнюючи, можна констатувати, що емоційний профіль студентів-психологів характеризується домінуванням адаптивних позитивних емоцій та інтересу як центральної пізнавальної мотиваційної складової, збалансованістю базових негативних емоцій середньої інтенсивності та низьким рівнем

агресивно-відторгувальних переживань, що формує сприятливі передумови для їхньої професійної та особистісної ефективності.

Для більш диференційованого аналізу прояву емоцій було обчислено індекси позитивних емоцій. Результати прояву рівнів індексу позитивних емоцій наведені на малюнку 3.3.



Мал. 3.3. Розподіл рівнів індексу позитивних емоцій

На рисунку 3.3 видно, що слабкий рівень позитивних емоцій встановлено у 23,3% вибірки, що свідчить про обмежену інтенсивність емоцій «інтересу», «радості» та «здивування». Такий рівень зазвичай відображає переважання нейтрального або знижено-позитивного емоційного стану, що може бути пов'язано з перевантаженістю, стресовими чинниками або зниженим ресурсним станом, що зменшує здатність до переживання емоційної піднесеності та пізнавальної активності. Помірний рівень емоційного прояву зафіксовано у 40,0% вибірки і є найчисельнішою групою. Такий показник свідчить про збалансований позитивний емоційний фон, який характеризується достатнім, але не надмірним рівнем задіяності базових позитивних емоцій. Помірний рівень свідчить про стабільну емоційну регуляцію та помірний рівень задоволеності поточною ситуацією, що є оптимальним для ефективної діяльності, адекватної мотивації та адаптації до навчальних та міжособистісних вимог. Виразений рівень позитивних емоцій також виявлений у 23,3% респондентів. Цей рівень відображає високу

інтенсивність позитивного емоційного реагування, що включає підвищений інтерес до діяльності, відчуття радості та часті реакції здивування як відповідь на новизну. Такий стан може бути підґрунтям для високої навчальної мотивації, творчої активності та емоційного залучення, що сприяє засвоєнню інформації та розширенню професійного досвіду. Він також може вказувати на сприятливий особистісний фон, що забезпечує стійкість до стресових впливів. Сильний рівень позитивних емоцій виявлено у 13,3% вибірки, і характеризує максимально інтенсивну позитивну емоційну динаміку. Такий рівень свідчить про домінування яскраво виражених позитивних переживань, що можуть слугувати потужним ресурсом для активної діяльності, швидкого навчання та соціальної взаємодії.

Далі розглянемо результати обчислення індексу гострих негативних емоцій на малюнку 3.4.

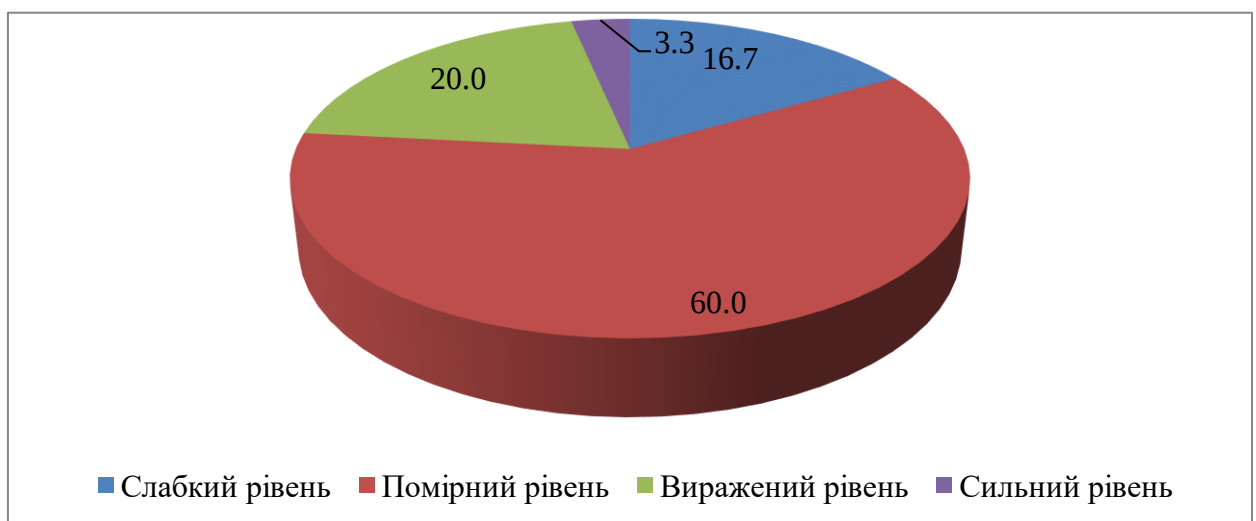
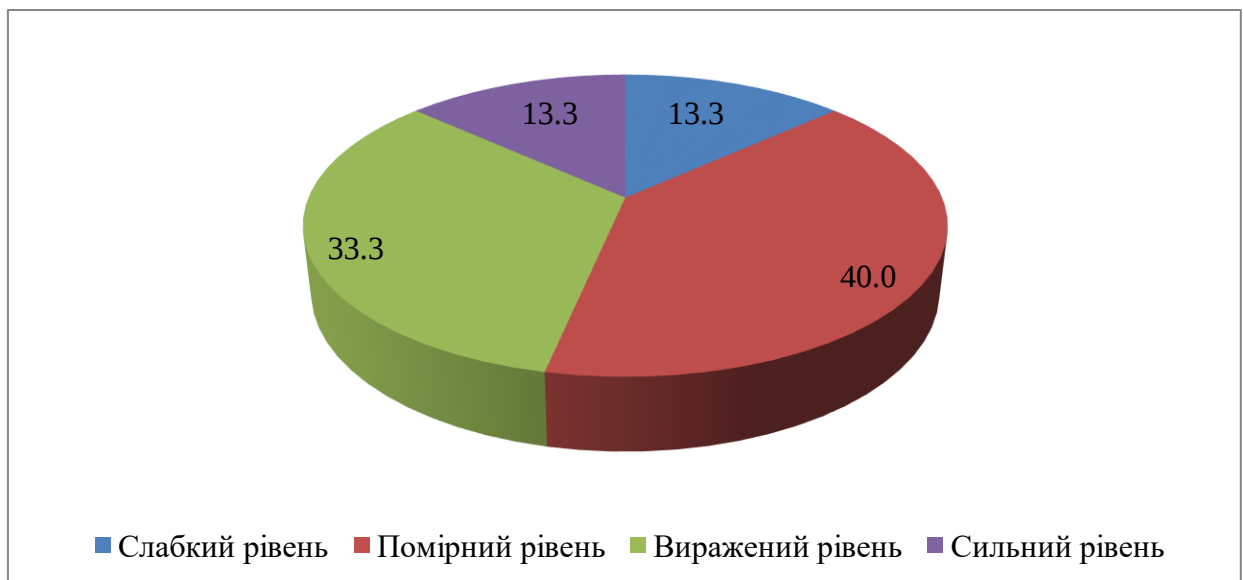


Рис. 3.4. Розподіл рівнів індексу гострих негативних емоцій

На рисунку 3.4 можна побачити, що слабкий рівень гострих негативних переживань виявлено у 16,7% вибірки, що свідчить про мінімальний прояв емоцій «горя», «гніву», «відрази» та «презирства». Для респондентів з таким рівнем характерна адаптивна модель реагування, що забезпечує високі компенсаторні можливості та сприятливі умови для збереження психологічного благополуччя. Помірний рівень гострих негативних емоцій зафіксований у 60,2% вибірки, що є найбільш представленим серед студентів.

Помірні показники вказують на збалансовану емоційну сферу, де переживання гніву, смутку чи відрази не є домінантними, проте дозволяють адекватно реагувати на проблемні ситуації, мобілізуючи адаптивні механізми психологічного захисту та саморегуляції. Виражений рівень негативних емоцій встановлено у 20,0% вибірки, що свідчить про підвищену інтенсивність реакцій, пов'язаних із переживанням гострого смутку, роздратування, неприйняття або морального осуду. Такий емоційний фон може супроводжуватися помітними труднощами у відновленні емоційної рівноваги після стресових впливів, а також більшим ризиком емоційного виснаження за умов тривалого навантаження. Сильний рівень гострих негативних емоцій виявлено лише у 3,3% вибірки, що характеризує максимально інтенсивне емоційне реагування. Такий рівень свідчить про домінування переживань гніву, горя, відрази та презирства, які можуть ставати труднощами для емоційної регуляції та приводити до нестійких реакцій у стресових ситуаціях.

Насамкінець проаналізуємо результати обчислення індексу тривожно-депресивних емоцій на малюнку 3.5.



Мал. 3.5. Розподіл рівнів індексу тривожно-депресивних емоцій

На рисунку 3.5 видно, що слабкий рівень тривожно-депресивних переживань зафіксовано у 13,3% вибірки, що відображає мінімальний прояв страху, сорому та провини. У представників цієї групи відзначається збереження емоційної стабільності навіть за умов тривалої присутності

стресорів війни, таких як інформаційна напруга, можливі загрози безпеці та соціальна нестабільність. Помірний рівень тривожно-депресивних емоцій виявлено у 40% вибірки, і є найбільш поширеним. Для представників цієї групи характерним є баланс між адаптивністю та зростанням емоційного навантаження, яке накопичується внаслідок тривалого впливу воєнних загроз і соціальної нестабільності. Виражений рівень тривожно-депресивних емоцій встановлено у 33,3% вибірки, і свідчить про відчутне емоційне напруження. Підвищені показники за шкалами страху, сорому та провини можуть бути пов'язані з переживанням хронічного стресу, що властивий сучасним умовам, зокрема регулярним новинним повідомленням про небезпеку, втратами, економічними труднощами та особистою тривогою за майбутнє. Сильний рівень тривожно-депресивних емоцій виявлено у 13,3% вибірки. Такі студенти можуть переживати постійне внутрішнє напруження, труднощі у відновленні емоційної рівноваги, відчуття безпорадності чи моральної відповідальності за події, на які вони не можуть вплинути. Подібні емоційні стани можуть бути ознаками ризику розвитку стійких дезадаптивних реакцій, включно з підвищеною тривожністю або елементами депресивних проявів.

Таким чином, дослідження емоційних реакцій студентів-психологів у період ранньої молодості показало переважання позитивних та адаптивних емоцій, зокрема ейфорійної активності назовні та високого рівня піднесеності й самовпевненості. Одночасно виявлено значну частку студентів із помірним рівнем тривожності, втоми та внутрішньо спрямованої рефракторної активності. Рівень негативних емоцій, включно з гострими та тривожно-депресивними проявами, залишався переважно помірним або низьким, що свідчить про загальну психологічну стійкість більшості респондентів.

3.2. Аналіз результатів дослідження музичних уподобань в період ранньої молодості

Для виявлення індивідуальних преференцій щодо музичних жанрів студентів-психологів було використано методику «Музична крамниця».

Результати діагностики за цією методикою наведені в таблиці 3.4.

Таблиця 3.4

Показник уподобань студентів-психологів щодо музичних жанрів

Показник	Середнє значення	Стандартна похибка	Медіана	Стандартне відхилення
Народна вокально-хорова та інструментальна музика	1,92	0,15	2,5	0,73
Класична музика академічної традиції	3,61	0,11	4,0	0,56
Сучасна авангардна класика	3,54	0,13	3,5	0,81
Сучасна розважальна (масова) музика	4,59	0,09	4,5	0,62
Духовна, медитативна або терапевтична музика	3,12	0,08	4,0	0,76

В таблиці 3.4 видно, що за шкалою «Народна вокально-хорова та інструментальна музика» за середнім значенням 1,92, стандартною похибкою 0,15 та медіаною 2,5 респонденти демонструють низький рівень уподобань до цього жанру.

Згідно даних таблиці 3.4, за шкалою «Класична музика академічної традиції» за середнім значенням 3,61, стандартною похибкою 0,11 та медіаною 4,0 у респондентів спостерігається помірний рівень прихильності, що свідчить про середню оцінку значущості цього жанру в їхньому музичному сприйнятті.

Дані таблиці 3.4 показують, що за шкалою «Сучасна авангардна класика» за середнім значенням 3,54, стандартною похибкою 0,13 та медіаною 3,5 респонденти демонструють помірну зацікавленість, відображаючи певну відкритість до експериментальних музичних форм.

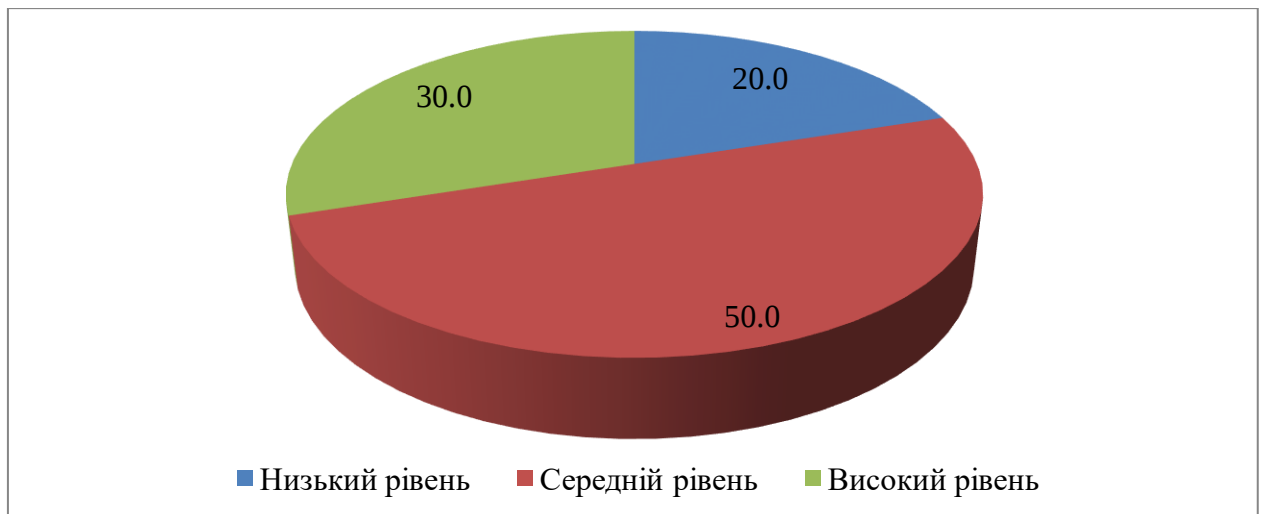
Отримані дані в таблиці 3.4 показують, що за шкалою «Сучасна розважальна (масова) музика» за середнім значенням 4,59, стандартною похибкою 0,09 та медіаною 4,5 респонденти відзначають високу прихильність до цього жанру, що свідчить про домінування популярних музичних вподобань у більшості студентів.

В таблиці 3.4 видно, що за шкалою «Духовна, медитативна або терапевтична музика» за середнім значенням 3,12, стандартною похибкою 0,08 та медіаною 4,0 респонденти демонструють помірну зацікавленість у

духовній та медитативній музиці, що може свідчити про індивідуальні потреби у релаксації та саморефлексії.

Узагальнюючи, можна підкреслити, що домінування сучасної розважальної музики та помірна прихильність до народного жанру поєднуються з нейтральністю сприйняття класичних напрямів та доволі критичним ставленням до духовної й терапевтичної музики, що відображає як вікові особливості респондентів, так і специфіку їхніх емоційних та культурних орієнтацій.

На підставі отриманих результатів був визначені рівні сформованості музичних уподобань у сучасній молоді: низький рівень – домінування інтересу виключно до зразків масової розважальної музики, середній рівень – вибір щонайменше двох композицій, що належать до різних стилістичних напрямів, високий рівень – прояв широкого музичного кругозору. Кількісна оцінка цих рівнів у % наведена на малюнку 3.6.



Мал. 3.6. Розподіл рівнів сформованості музичних уподобань сучасної молоді

На рисунку 3.6 видно, що низький рівень сформованості зафіксовано у 20,0% вибірки. Для цієї частини студентів характерне зосередження інтересу переважно на масовій розважальній музиці, що свідчить про обмеженість музичного досвіду та переважання утилітарного споживання музичного контенту, орієнтованого на емоційну розрядку або фонове прослуховування.

Середній рівень виявлено у 50,0%, що свідчить про розширення

музичного світогляду, оскільки представники цієї групи обирають щонайменше два жанри, що належать до різних стилістичних напрямів. Їхні уподобання демонструють перехід від одноманітного сприйняття музики до більш усвідомленого та варіативного вибору, що відображає зростання естетичної чутливості та інтересу до різних форм музичного вираження.

Високий рівень зафіксовано у 30,0% вибірки, представники якого характеризуються широким музичним кругозором, який передбачає інтерес до трьох і більше жанрів, включаючи класичну або духовно-естетичну музику. Такий результат свідчить про високий ступінь естетичної диференційованості та здатність цінувати складніші форми музичного мистецтва, що вимагає розвиненого емоційного і культурного досвіду.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що наведена структура розподілу рівнів сформованості музичних уподобань у студентів-психологів демонструє переважання середнього рівня сформованості, помітну частку осіб із високим рівнем музичного інтересу та відносно меншу частку молоді, зосередженої на вузькому сегменті масової музичної продукції. Така конфігурація відображає поступове зростання культурної варіативності серед сучасної молоді та загальну тенденцію до розширення індивідуальних естетичних орієнтацій.

З метою визначення ступеня прихильності молодих людей до різноманітних музичних жанрів на основі суб'єктивної самооцінки була використана методика «Музичні вподобання особистості». Результати діагностики студентів-психологів за вказаною методикою наведені в таблиці 3.5.

Таблиця 3.5

Показник уподобань студентів-психологів до різних музичних жанрів на основі суб'єктивної самооцінки

Показники	Середнє значення	Стандартна похибка	Медіана	Стандартне відхилення
Класична музика	3,6	0,12	4,0	0,61
Блюз	2,8	0,15	3,0	0,73
Кантрі	2,5	0,14	2,5	0,65
Танцювальна електронна музика	4,5	0,10	4,5	0,54

Фолк (народна музика)	2,0	0,13	2,0	0,62
Реп (хіп-хоп)	4,2	0,11	4,0	0,69
Соул (фанк)	3,0	0,12	3,0	0,53
Релігійна музика	3,5	0,09	3,5	0,44
Альтернативна музика	3,8	0,10	4,0	0,52
Джаз	3,2	0,11	3,0	0,68
Рок	4,0	0,10	4,0	0,59
Хеві-метал	2,7	0,13	2,5	0,71
Саундтрек	3,9	0,09	4,0	0,48

Дані таблиці 3.8 показують, що за середнім значенням 3,6, стандартною похибкою 0,12 та медіаною 4,0 класична музика викликає помірну прихильність серед студентів-психологів, що свідчить про інтерес до академічних музичних традицій.

В таблиці 3.5 видно, що за середнім значенням 2,8, стандартною похибкою 0,15 та медіаною 3,0 блюз сприймається респондентами помірно, що вказує на обмежену популярність цього жанру серед студентів.

За середнім значенням 2,5, стандартною похибкою 0,14 та медіаною 2,5 кантрі характеризується низьким рівнем уподобань, що свідчить про обмежену зацікавленість студентів у цьому музичному напрямі.

За середнім значенням 4,5, стандартною похибкою 0,10 та медіаною 4,5 танцювальна електронна музика є найпопулярнішою серед респондентів, демонструючи високу прихильність до сучасних молодіжних жанрів.

Згідно даних таблиці 3.5, за середнім значенням 2,0, стандартною похибкою 0,13 та медіаною 2,0 фолк (народна музика) характеризується слабкою прихильністю серед студентів, що вказує на низький рівень популярності традиційних народних композицій.

За середнім значенням 4,2, стандартною похибкою 0,11 та медіаною 4,0 реп (хіп-хоп) є популярним жанром серед студентів, що відображає актуальні музичні вподобання молоді.

Дані таблиці 3.5 показують, що за середнім значенням 3,0, стандартною похибкою 0,12 та медіаною 3,0 соул (фанк) сприймається респондентами помірно, демонструючи середній рівень прихильності.

За середнім значенням 3,5, стандартною похибкою 0,09 та медіаною 3,5

релігійна музика характеризується помірною популярністю серед студентів, що може свідчити про інтерес до медитативних та духовних композицій.

За середнім значенням 3,8, стандартною похибкою 0,10 та медіаною 4,0 альтернативна музика сприймається позитивно, демонструючи помірно високий рівень прихильності до нетрадиційних музичних напрямів.

За середнім значенням 3,2, стандартною похибкою 0,11 та медіаною 3,0 джаз характеризується помірним рівнем уподобань, що свідчить про середню зацікавленість респондентів до цього жанру.

В таблиці 3.5 видно, що за середнім значенням 4,0, стандартною похибкою 0,10 та медіаною 4,0 рок користується високим рівнем популярності серед студентів, демонструючи переважання енергійних та динамічних уподобань.

За середнім значенням 2,7, стандартною похибкою 0,13 та медіаною 2,5 хеві-метал має обмежену популярність, що свідчить про низький рівень прихильності до цього жанру серед респондентів.

За середнім значенням 3,9, стандартною похибкою 0,09 та медіаною 4,0 саундтрек характеризується високою прихильністю серед студентів, що відображає позитивне емоційне сприйняття музики з кіно та мультимедіа.

Таким чином, отримані дані свідчать про високу жанрову різноманітність музичних уподобань студентів-психологів, поєднання традиційних і сучасних музичних стилів, а також переважання інтересу до популярних жанрів, що відображає загальні тенденції молодіжної культурної динаміки.

3.3. Особливості взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості

Для виявлення взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості було застосовано кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена (r -Спірмена). Цей метод дозволяє оцінити силу та напрямок статистичного зв'язку між

змінними порядкового рівня, що дає змогу визначити, які музичні жанри асоціюються з певними емоційними станами студентів, а також виявити закономірності, що відображають специфіку емоційного реагування на музичні стимули в умовах ранньої дорослості. Застосування цього методу є особливо доцільним у психологічних дослідженнях, оскільки враховує як позитивні, так і негативні емоційні прояви та дозволяє коректно інтерпретувати взаємозв'язки навіть за невеликих вибірок або нерівномірного розподілу даних.

Так, результати кореляційного аналізу взаємозв'язку типів емоційної реакції на вплив стимулів оточення та музичних уподобань студентів-психологів представлені в таблиці 3.6.

Таблиця 3.6

Взаємозв'язок типів емоційної реакції на вплив стимулів оточення та музичних уподобань студентів-психологів

Музичний жанр	Тип емоційної реакції		
	Ейфорійна активність назовні	Рефракторна активність усередину	Дисфорична активність назовні
Народна вокально-хорова та інструментальна музика	0,21*	0,34**	
Класична музика академічної традиції		0,41**	
Сучасна авангардна класика		0,29*	0,31*
Сучасна розважальна (масова) музика	0,47**		0,22*
Духовна, медитативна або терапевтична музика		0,52**	-0,28*

Примітка:

* Кореляція є значущою на рівні 0,05.

** Кореляція є значущою на рівні 0,01.

Так, в таблиці 3.6 видно, що є позитивний зв'язок між інтересом до народної музики та рефракторною активністю усередину ($r = 0,34$; $p \leq 0,01$), що свідчить про її здатність резонувати зі станами внутрішнього зосередження, що характерно для осіб, схильних до переживання емоцій у формі інтрапсихічної переробки. Помірний кореляційний зв'язок цього жанру з ейфорійною активністю назовні ($r = 0,21$; $p \leq 0,05$) може відображати емоційне підсилення, притаманне традиційним пісенно-ритуальним формам,

тоді як негативний, хоча й слабкий, зв'язок із дисфоричною активністю ($r = -0,12$) вказує на відсутність стимулювання конфліктних чи агресивних реакцій.

Дані таблиці 3.6 показують, що класична академічна музика виявляє найсильніший зв'язок із рефракторною активністю ($r = 0,41$; $p \leq 0,01$), що узгоджується з усталеними у психології даними про її здатність підтримувати стан зосередженості, аналітичного мислення й внутрішньої стабілізації. Відсутність значущих кореляцій з ейфорійним та дисфоричним типами підтверджує, що класичний жанр меншою мірою активує емоційні прояви назовні і переважно сприяє внутрішнім когнітивно-рефлексивним процесам.

Згідно даних таблиці 3.6 сучасна авангардна класика демонструє змішаний характер зв'язків: помірний позитивний кореляційний зв'язок із рефракторною активністю ($r = 0,29$; $p \leq 0,05$) відображає її складність, що потребує інтроспективного осмислення, тоді як позитивний зв'язок із дисфоричною активністю назовні ($r = 0,31$; $p \leq 0,05$) може свідчити про здатність цього жанру викликати напруження, дезорієнтацію або емоційну нестабільність. Відсутність зв'язку з ейфорійною активністю вказує, що авангард меншою мірою провокує позитивне емоційне збудження.

Отримані дані в таблиці 3.6 показують, що сучасна масова музика виявляє сильний позитивний кореляційний зв'язок із ейфорійною активністю ($r = 0,47$; $p \leq 0,01$), що відповідає її функції як засобу емоційного стимулювання, підвищення настрою та соціальної активності. Помірний позитивний зв'язок із дисфоричною активністю назовні ($r = 0,22$; $p \leq 0,05$) дозволяє припустити, що частина композицій може сприяти імпульсивності та посиленню емоційної реактивності, особливо у випадках жанрів, насичених агресивною чи експресивною риторикою.

Як показано в таблиці 3.6, духовна та медитативна музика демонструє найвищий позитивний зв'язок із рефракторною активністю ($r = 0,52$; $p \leq 0,01$), що підтверджує її спрямованість на внутрішню гармонізацію, зниження психічної напруги та забезпечення емоційної рівноваги. Негативний зв'язок із дисфоричною активністю назовні ($r = -0,28$; $p \leq 0,05$) свідчить про її здатність знижувати агресивні й конфліктні емоційні прояви. Водночас відсутність

значущого зв'язку з ейфорійною активністю підтверджує, що духовна музика не стимулює зовнішню емоційну активізацію, а натомість сприяє релаксації та інтроспекції.

Отже, кореляційний профіль демонструє закономірність, згідно з якою жанри, пов'язані з традицією, духовністю та інтелектуальною складністю, переважно корелюють із внутрішніми формами емоційної активності, тоді як масова та ритмічно насичена музика стимулює емоційні реакції назовні, що визначає різні вектори емоційної регуляції у студентів-психологів.

Далі розглянемо результати кореляційного аналізу взаємозв'язку емоційних станів та музичних уподобань студентів-психологів (табл. 3.7).

Таблиця 3.7

Взаємозв'язок емоційних станів та музичних уподобань студентів-психологів

Емоційний стан	Класична музика академічної традиції	Сучасна авангардна класика	Сучасна розважальна (масова) музика	Духовна, медитативна або терапевтична музика
Спокій	0,34**			0,41**
Енергійність		0,28*	0,47**	
Піднесеність	0,22*	0,31**	0,39**	
Впевненість	0,27**	0,24*		
Тривожність	-0,22*	0,36**		0,28*
Втома		0,21*		0,46**
Пригніченість	-0,31**	0,29*		0,51**
Безпорадність	-0,27**	0,34**		0,43**

Примітка:

* Кореляція є значущою на рівні 0,05.

** Кореляція є значущою на рівні 0,01.

Дані таблиці 3.7 показують, що спокій виявився пов'язаний переважно з класичною та медитативною музикою ($r = 0,34$, $p \leq 0,01$ та $r = 0,41$, $p \leq 0,01$). Це узгоджується з традиційними уявленнями про здатність структурованих та гармонійних музичних форм сприяти емоційній стабільності та зниженню психічної напруги.

В таблиці 3.7 видно, що емоційний стан енергійності має виражений зв'язок із сучасною розважальною музикою ($r = 0,47$, $p \leq 0,01$) та авангардною

класикою ($r = 0,28$, $p \leq 0,05$). Обидва жанри містять ритмічні та інтенсивні елементи, які можуть підтримувати або підсилювати активність.

Згідно даних таблиці 3.7, стан піднесеності корелює з широким спектром жанрів. Значущі зв'язки зафіксовано з класичною ($r = 0,22$, $p \leq 0,05$), авангардною класикою ($r = 0,31$, $p \leq 0,01$) та масовою музикою ($r = 0,39$, $p \leq 0,01$). Це вказує на те, що піднесений емоційний фон може поєднуватися як з традиційними, так і сучасними стилями, що пропонують динаміку та емоційну насиченість.

Як показано в таблиці 3.7, стан впевненості також пов'язаний з жанром, який має структурну організованість – класичною музикою ($r = 0,27$, $p \leq 0,01$). Це дає підстави припустити, що впевнені студенти віддають перевагу жанру, який відображає стабільність, гармонію та національно-культурні символи.

Дані таблиці 3.7 показують, що стани тривожності, втоми, пригніченості та безпорадності демонструють спільну тенденцію – вони суттєво пов'язані з духовною, медитативною та терапевтичною музикою (від $r = 0,28$, $p \leq 0,05$ до $r = 0,51$, $p \leq 0,01$). Це підтверджує використання такої музики як форми саморегуляції у складних емоційних станах. Варто зазначити, що тривожність і безпорадність також мають позитивний зв'язок із авангардною класикою ($r = 0,36$, $p \leq 0,01$ та $r = 0,34$, $p \leq 0,05$), що може бути зумовлено її емоційною напруженістю та експресивністю.

В таблиці 3.7 видно, що натомість кореляції між негативними емоційними станами та класичною музикою є від'ємними (наприклад, для пригніченості $r = -0,31$, $p \leq 0,01$), що свідчить про те, що у таких станах студенти рідше обирають традиційні академічні твори, які потребують концентрації та інтелектуального занурення.

Загалом результати свідчать, що музичні жанри виконують регулятивну функцію: одні з них підсилюють наявні емоційні стани (масова чи авангардна музика), інші – сприяють їх згладженню або корекції (класична та медитативна музика). Це підтверджує важливість музики як ресурсу підтримки емоційного благополуччя студентів-психологів.

Також доцільно проаналізувати взаємозв'язок інтенсивності базових емоцій та музичних уподобань студентів-психологів (табл. 3.8).

Таблиця 3.8

Взаємозв'язок емоційних станів та музичних уподобань студентів-психологів

Емоції	Рефлексивна та інтелектуально складна музика (класика, блюз, фолк, джаз)	Інтенсивна й бунтівна музика (альтернативна музика, рок, хеві-метал)	Бадьора та традиційно орієнтована музика (кантрі, релігійна музика, поп, саундтреки)	Енергійна та ритмічна музика (електронна, реп, хіп-хоп, соул, фанк)
Інтерес	0,42**		0,27**	0,33**
Радість			0,46**	0,51**
Здивування	0,29**	0,31**		0,38**
Горе	-0,24*		-0,31**	
Гнів		0,44**		0,26*
Відраза	-0,22*	0,36**	-0,27*	
Презирство		0,39**		
Страх	0,31**		-0,22*	
Сором	0,27**		-0,25*	
Провина	0,33**		-0,28*	

Примітка:

* Кореляція є значущою на рівні 0,05.

** Кореляція є значущою на рівні 0,01.

Так, в таблиці 3.8 видно, що емоція інтересу достовірно корелює з рефлексивною та інтелектуально складною музикою ($r = 0,42$, $p \leq 0,01$) і з енергійними ритмічними жанрами ($r = 0,33$, $p \leq 0,01$). Це свідчить про те, що за умов активного пізнавального залучення студенти тяжіють як до музики, що сприяє концентрації та аналітичному мисленню, так і до жанрів, що стимулюють розумову активність через виражений ритм.

Як показано в таблиці 3.8, емоція здивування пов'язана з інтенсивною й бунтівною музикою ($r = 0,31$, $p \leq 0,01$) та енергійними ритмічними жанрами ($r = 0,38$, $p \leq 0,01$), що може відображати пошук незвичних, експресивних або несподіваних музичних рішень у ситуаціях когнітивного дисонансу чи новизни.

Згідно даних таблиці 3.8, емоція радості найтісніше пов'язана з бадьорою, розважальною та традиційною музикою ($r = 0,46$, $p \leq 0,01$) та

енергійною ритмічною музикою ($r = 0,51$, $p \leq 0,01$). Це цілком узгоджується з дослідженнями, які підкреслюють стимулювальний та емоційно підсилювальний вплив ритмічних і танцювальних жанрів, а також популярної музики, що орієнтована на емоційне піднесення.

Дані таблиці 3.8 показують, що горе показує зворотну кореляцію з поп-музикою та традиційними жанрами ($r = -0,31$, $p \leq 0,01$), що свідчить: у стані смутку студенти уникають «легких», розважальних стилів на користь музики, що відповідає їхньому емоційному фону або сприяє рефлексії.

В таблиці 3.8 видно, що гнів має найсильніший зв'язок з інтенсивною та бунтівною музикою ($r = 0,44$, $p \leq 0,01$), що узгоджується з її катарсичним потенціалом. Це означає, що рок, метал та альтернативні жанри можуть використовуватися студентами як спосіб емоційного «випуску пари».

Отримані дані в таблиці 3, 8 показують, що відраза та презирство подібно до гніву пов'язані з бунтівною музикою ($r = 0,36$, $p \leq 0,01$), що свідчить про загальну тенденцію: інтенсивні негативні емоції стимулюють звернення до музики високої експресивності та соціального протесту.

В таблиці 3.8 видно, що емоції страху, сорому і провини демонструють позитивний зв'язок із рефлексивною та інтелектуально складною музикою (від $r = 0,27$, до $r = 0,33$ при $p \leq 0,01$). Ймовірно, студенти звертаються до більш спокійних, м'яких, мелодійних структур, що сприяють осмисленню переживань та зниженню внутрішньої напруги. Також фіксується негативна кореляція із традиційною та масовою музикою (від $-0,22$ до $-0,28$ при $p \leq 0,05$), яку в стані провини чи сорому студенти сприймають як недоречну.

Таким чином, можна стверджувати, що емоції активації (інтерес, радість, здивування) пов'язані з динамічними, ритмічними й інтенсивними жанрами, що підсилюють та підтримують емоційний фон. Інтенсивні негативні емоції (гнів, відраза, презирство) корелюють із бунтівною та експресивною музикою, яка виконує катарсичну функцію. Емоції саморефлексії (страх, сором, провини) пов'язані з інтелектуально складними жанрами, що сприяють внутрішньому осмисленню. Стан горя

характеризується униканням «легкої» музики та тяжінням до більш серйозних форм.

Висновки до третього розділу

1. Дослідження емоційних реакцій студентів-психологів засвідчило переважання позитивних та адаптивних форм емоційного реагування, що проявляється у високій частці ейфорійної активності, піднесеності та почуття впевненості. Поряд із цим виявлено помітний рівень тривожності та втоми, що відображає специфіку навчально-професійних навантажень і може створювати ризики емоційного виснаження. Профіль базових емоцій демонструє збалансованість емоційної регуляції, домінування інтересу й радості та низьку інтенсивність агресивно-негативних станів. Загалом отримані результати свідчать про сприятливий емоційний фон у вибірці, який водночас потребує підтримки навичок саморегуляції та профілактики тривожності.

2. Дослідження музичних уподобань студентів у період ранньої молодості засвідчило високу варіативність жанрових інтересів, що охоплюють як традиційні, так і сучасні музичні напрями. Найбільшої популярності набули масові та урбаністичні жанри, зокрема сучасна розважальна музика, реп, рок та альтернативна музика, що відображає їхню емоційну значущість для молоді. Водночас частина респондентів продемонструвала інтерес до фолку, джазу та класичної музики, що свідчить про розширення музичного кругозору та підвищення естетичної чутливості. Загалом результати вказують на поєднання популярних молодіжних трендів із зростанням індивідуальної різноманітності музичних смаків.

3. Взаємозв'язок між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості характеризується тим, що інтелектуально складні, традиційні та духовні жанри частіше асоціюються з внутрішньо спрямованими емоційними станами – спокоєм, рефлексією та

зосередженістю, що підтверджують численні значущі кореляції на рівнях $p \leq 0,01$ та $p \leq 0,05$. Натомість ритмічно насичена, масова й бунтівна музика пов'язана з зовнішніми проявами емоційної активності, зокрема ейфорійністю, енергійністю та дисфоричними реакціями. Отримані результати демонструють, що студенти використовують музику як ресурс емоційної саморегуляції: одні жанри посилюють наявні емоції, тоді як інші – допомагають їх стабілізувати або перетворити. Загалом структура кореляцій свідчить про вибір музики відповідно до емоційних потреб і домінувальних станів, що відображає високу диференційованість емоційно-музичної чутливості в ранній молодості.

ВИСНОВКИ

1. Проведений теоретичний аналіз проблеми емоційних реакцій та музичних уподобань в період ранньої молодості показав, що емоційні реакції – це індивідуальні прояви переживань людини, що виникають у відповідь на зовнішні чи внутрішні стимули та відображають суб'єктивне ставлення до ситуації. Вони формуються під впливом генетичних, психологічних, соціальних і культурних чинників. Емоційні реакції поділяють на первинні та вторинні, стенічні й астенічні, а також за змістом потреб (альтруїстичні, комунікативні, пізнавальні тощо), що підкреслює їх багатовимірність. При цьому музичні уподобання – це індивідуально зумовлена вибірковість особистості щодо музичних творів, стилів і жанрів, що формується під впливом емоційних переживань, життєвого досвіду та культурно-соціального середовища. Вони відображають здатність людини оцінювати, емоційно переживати та повторно обирати музику, яка відповідає її внутрішнім станам, цінностям та естетичним орієнтирам

2. Виявлені особливості емоційних реакцій та музичних уподобань в період ранньої молодості: серед студентів домінує ейфорійний тип емоційної реакції, притаманний відкритості, оптимізму та активній взаємодії з середовищем. Значна частина студентів також виявляє рефракторний тип, що характеризується зануренням у внутрішні переживання, тоді як дисфоричний тип зустрічається найменше та свідчить про тенденцію до зовнішнього прояву негативних емоцій. Отримані результати демонструють переважання у студентів позитивних станів, таких як піднесеність та впевненість у собі, які формують сприятливий емоційний фон для навчальної та професійної діяльності. Водночас у частини студентів простежуються підвищена тривожність і втома, що може вказувати на напруженість навчального процесу й потребу у розвитку навичок емоційної саморегуляції. Профіль базових емоцій свідчить про домінування інтересу та радості, що відображає позитивний емоційно-мотиваційний стан і високу пізнавальну активність

студентів. Негативні емоції, зокрема гнів, відраза та презирство, проявляються на низькому рівні, що свідчить про переважання конструктивних форм емоційної регуляції та толерантності.

Водночас результати дослідження засвідчили значну варіативність жанрових уподобань, що відображає індивідуальні емоційні орієнтації та культурні впливи, характерні для ранньої молодості. Найбільшу підтримку отримала сучасна розважальна музика, тоді як класичні, духовні та авангардні жанри виявилися менш емоційно привабливими, що демонструє перевагу легкої, ритмічної та доступної музики для більшості студентів. Дані дослідження показали широку жанрову структуру музичних преференцій, у якій поєднуються популярні сучасні напрями (реп, рок, альтернативна музика) та інтерес до складніших стилів, таких як джаз і класика. Водночас низка жанрів, особливо релігійна музика та кантрі, продемонстрували низький рівень підтримки, що вказує на їхню обмежену релевантність для молодіжної аудиторії та специфічний характер емоційного сприйняття.

3. Встановлені особливості взаємозв'язку між емоційними реакціями та музичними уподобаннями в період ранньої молодості: жанри, пов'язані з традицією, духовністю та інтелектуальною складністю, переважно корелюють із внутрішніми формами емоційної активності, тоді як масова та ритмічно насичена музика стимулює емоційні реакції назовні, що визначає різні вектори емоційної регуляції у студентів-психологів. Загалом результати свідчать, що музичні жанри виконують регулятивну функцію: одні з них підсилюють наявні емоційні стани (масова чи авангардна музика), інші – сприяють їх згладженню або корекції (класична та медитативна музика). Це підтверджує важливість музики як ресурсу підтримки емоційного благополуччя студентів-психологів. Емоції активації (інтерес, радість, здивування) пов'язані з динамічними, ритмічними й інтенсивними жанрами, що підсилюють та підтримують емоційний фон. Інтенсивні негативні емоції (гнів, відраза, презирство) корелюють із бунтівною та експресивною музикою, яка виконує катарсичну функцію. Емоції саморефлексії (страх, сором, провина) пов'язані з

інтелектуально складними жанрами, що сприяють внутрішньому осмисленню. Стан горя характеризується униканням «легкої» музики та тяжінням до більш серйозних форм. Таким чином, ритмічні та динамічні жанри здебільшого асоціюються з емоціями зовнішньої активності та підсиленням емоційного збудження. Натомість інтелектуально складна, класична та медитативна музика частіше пов'язана з внутрішнім емоційним зануренням, саморефлексією та стабілізацією психічного стану. Негативні емоційні переживання схиляють молодь до вибору музики, що виконує катарсичну або заспокійливу функцію, тоді як позитивні стани підсилюють інтерес до жанрів, які стимулюють енергійність і соціальну активність.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Берегова Н. П., Джигун Л. М., Ігумнова О. Б. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій особистості юнацького віку. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*. 2022. № 3. С. 54-58.
2. Белова О. Б. Особливості прояву емоційних переживань у молодших школярів з порушеннями мовлення. *Актуальні питання корекційної освіти*. 2020. Вип. 15. С. 5-14.
3. Брецько І. І., Біжко В. В. Самопрезентація особистості юнацького віку. *Становлення особистості: персоногенетичний контекст: збірник тез доповідей*. Мукачево: Вид-во МДУ, 2025. С. 18-20.
4. Варій М. Й. Загальна психологія. Навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури», 2019. 1008 с.
5. Волосяк О. С. Особливості емоційності у майбутніх учителів. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2016. Вип. 6. С. 103-107.
6. Гріньова О. М. Психологічні особливості становлення професійної лінії життєвого проекту особистості юнацького віку. *Проблеми сучасної психології*. 2017. № 2. С. 12-16.
7. Денисюк І. С. Художня імпровізація як засіб формування мистецьких уподобань учнів основної школи у сфері музичного мистецтва. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2016. Вип. 20(1). С. 145-155.
8. Дмитріюк Н. С. Психологічні особливості емоційних переживань у молодшому шкільному віці. *Психологічні перспективи*. 2022. Вип. 39. С. 87-98.
9. Домащенко М. А. Методологічні особливості досліджень зв'язку між соціальною позицією людини та музичними вподобаннями. *Наукові записки НаУКМА*. 2015. Т. 174. С. 46-50.

- 10.Євстігнєєва Н. І. Музичне мистецтво як засіб саморегуляції людини: історичний, соціальний, музично-теоретичний аспекти: текст лекції. Полтава: ПДПУ імені В.Г. Короленка, 2019. 34 с.
- 11.Закопець Л. М. Урок музики як основний компонент формування музичного смаку у дітей Львівської середньої спеціалізованої музичної школи-інтернату ім. С. Крушельницької. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. 2019. Вип. 26(2). С. 76-79.
- 12.Зарицька А. А., Зарицький А. О. Емоційність як основа професійної компетентності майбутнього співака-вокаліста. *Збірник наукових праць Херсонського державного університету*. 2016. Вип. 74(3). С. 30-33.
- 13.Заря Л. О. Науково-педагогічне вирішення питань формування інтересу до музики. *Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля*. 2015. № 1. С. 13-16.
- 14.Карташова Ж. Ю. Формування музичного смаку майбутнього вчителя музичного мистецтва в процесі інструментально-виконавської підготовки. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. 2018. Вип. 24(2). С. 69-74.
- 15.Кемінь У. В. Емоція, емоційність та емотивність: до проблеми розмежування термінопонять. *Актуальні питання суспільних наук та історії медицини*. 2020. № 1. С. 12-16.
- 16.Комаровська О. А. Формування мистецьких уподобань учнів основної і старшої школи на уроках мистецтва та в позаурочний час: монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018. 144 с.
- 17.Костіна Т. О. Можливості юнацького віку для переосмислення гендерних стереотипів. *Габітус*. 2020. Вип. 12. С. 155-159.
- 18.Кузнецов М. А., Козуб Я. В. Емоційне ставлення студентів до навчання. Монографія. Харків: Діса плюс, 2017. 284 с.
- 19.Лазаревська О. М. Модель музичного смаку як складне психологічне утворення. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 2. С. 709-718.
- 20.Лазарева Н. В. Теоретичний аналіз особливостей психічного розвитку дітей юнацького віку. *Вісник Національного університету оборони України*.

2022. Вип. 6. С. 233-238.
21. Левус Н. І., Тимків Н. І. Емоційність та музичні смаки: точки дотику *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди*. 2023. Вип. 45(2). С. 125-134.
 22. Лелет І. О. Емоційність vs емотивність: взаємозв'язок та розмежування понять. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. 2021. Вип. 49(1). С. 106-110.
 23. Лінь Ваньї. Виховання естетичного смаку в майбутніх учителів музики у вищій китайській школі. *Новий Колегіум*. 2025. № 1. С. 98-102.
 24. Лосієвська О. Г., Здоровець Н. С. Психологічні особливості комунікативної поведінки акцентуйованих особистостей юнацького віку: гендерний аспект. *Соціально-психологічні проблеми гендерної стратифікації суспільства*. 2020. Вип. 1. С. 140-143.
 25. Лукіяничук А. М. Психологічні основи професійного становлення та розвитку особистості майбутнього кваліфікованого робітника: навчально-методичний посібник.. Біла Церква: БІНПО, 2020. 139 с.
 26. Мартинюк Ю. О. Особливості прояву емоційних станів матерів. *Габітус*. 2020. Вип. 20. С. 130-134.
 27. Мартинюк Ю. О., Толмачевська В. О. Особливості спрямованості емоційної реакції на екстремальні обставини життя. *Журнал сучасної психології*. 2022. Вип. 3. С. 86-91.
 28. Мілютіна К. Л., Пашенко С. Ю. Психологія дозвілля та рекреації: навчальний посібник. Київ: ГО «МНГ», 2022. 304 с.
 29. Невідома Я. Г. Особливості соціалізації у юнацькому віці. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка*. 2022. Вип. 17. С. 337-346.
 30. Ніколенко А. В., Солодов В. Д. Музика як засіб самовираження сучасної молоді. *Радіоелектроніка та молодь у ХХІ столітті: матеріали 28-го Міжнародного молодіжного форуму*. Харків: ХНУРЕ, 2024. С. 348-350.
 31. Підбуцька Н. В. Дослідження емоційного компоненту відношення

- студентів до обраної професії. *Вісник ХНПУ*. 2023. Вип. 46. С. 203-209.
32. Помиткіна Л. В. Вікові особливості прийняття стратегічних життєвих рішень у пізній юності. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2024. Вип. 45. С. 145-151.
 33. Про основні засади молодіжної політики: Закон України від 27.04.2021 року № 1414-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1414-20> (дата звернення: 11.09.2025).
 34. Райт І. С. Формування музичних уподобань учнів основної школи *Мистецтво та освіта*. 2018. № 4. С. 13-17.
 35. Родіна Н. В. Психологія стресу, копінг-поведінки і здоров'я: навчально-методичний посібник. Донецьк: Східний видавничий дім, 2015. 164 с.
 36. Романов І. І. Психологічні особливості юнацького віку та їх вплив на формування іншомовної комунікативної компетентності на заняттях з іноземної мови. *Science and Education a New Dimension*. 2018. №68. С. 46-50.
 37. Саннікова О. П. Континуально-ієрархічна модель емоційності. *Наука і освіта*. 2014. № 1. С. 44-50.
 38. Сватенкова Т. І. Вплив екзистенційних переживань на формування особистості у юнацькому віці. *Наукові записки Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя*. 2014. № 4. С. 115-119.
 39. Седих К. В. Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці. Навчальний посібник. Полтава: Астроя, 2018. 342 с.
 40. Синявський В. В., Сергєєнкова О. П. Психологічний словник. Київ: Науковий світ, 2017. 274 с.
 41. Сін Л. Стимулювання інтересу до музичного виконавства як провідна умова наступності фортепіанного навчання. *Проблеми підготовки сучасного вчителя*. 2016. Вип. 14. С. 347-352.
 42. Сіпко Л. О. Прояв емоційних реакцій та первинних психічних станів особистості у надзвичайних ситуаціях. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2015. Вип. 126. С. 148-152.

- 43.Співак Л. М., Співак Д. В. Вікові особливості становлення самосвідомості особистості у пізній юності. *Психологія та психосоціальні інтервенції*. 2018. Вип. 1. С. 50-54.
- 44.Степова А. С. Психологічні особливості стресостійкості осіб юнацького віку. *Молодий вчений*. 2018. № 9(2). С. 314-319.
- 45.Стріхар О. І. Формування музично-естетичного смаку й національного кругозору студентів на основі застосування принципу інтеграції. *Молодий вчений*. 2017. № 4. С. 469-473.
- 46.Ходаківська О. Що слухає молодь: улюблені жанри та епохи. URL: <https://www.detalks.media/post/shcho-slukhaie-molod-uliubleni-zhanry-ta-epokhy> (дата звернення: 10.09.2025).
- 47.Хомич Г. О., Войтенко О. В. Емоційні переживання та психологічний супровід дорослих у період пандемії. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2021. Вип. 15. С. 111-119.
- 48.Чорпіта Р. Б. Особливості формування музичного смаку майбутнього вчителя музичного мистецтва у процесі інструментального навчання. *Збірник наукових праць Херсонського державного університету*. 2017. Вип. 79(2). С. 190-193.
- 49.Чухрій І. В. Психологічні особливості емоційних переживань осіб юнацького віку. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. 2022. Вип. 6. С. 54-58.
- 50.Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.
- 51.Шиліна А. А. Види емоційних реакцій: текст лекції. Харків: ХНУВС, 2023. 48 с.
- 52.Шиліна А. А. Емоції та їх класифікація: текст лекції. Харків: ХНУВС, 2023. 24 с.
- 53.Штученко І. Є., Картавікіна Ю. О. Особливості саморегуляції особистості з різним рівнем емоційності. *Теорія і практика управління соціальними системами*. 2020. № 3. С. 56-64.

- 54.Яковенко М. Л., Нестеренко Л. М. Особливості формування музичних уподобань студентської молоді в умовах масової культури. *Вісник Донецького національного університету економіки і торгівлі ім. Михайла Туган-Барановського*. 2013. Вип. 2. С. 190-197.
- 55.Яковенко М. Л., Нестеренко Л. М. Особливості формування музичних уподобань студентської молоді в умовах масової культури. *Вісник Донецького національного університету економіки і торгівлі ім. Михайла Туган-Барановського*. 2023. Вип. 2. С. 190-197.
- 56.Яку музику слухає сучасна молодь. URL: <https://ij.ogo.ua/blog/yaku-muziku-sluhaeye-suchasna-molod> (дата звернення: 10.09.2025).
- 57.Abdieva G. Some psychological features of youth age. *Chronos*. 2021. №6. P. 41-43.
- 58.Clark A., Lonsdale A. Music preference, social identity, and collective self-esteem. *Psychology of Music*. 2023. №51(4). P. 1119-1131.
- 59.Fathalla R. Emotional Models: Types and Applications. *Synthetic Emotions*. 2020. №11(2). P. 41-48.
- 60.González-Arias M., Aracena D. Are the concepts of emotion special? A comparison between basic-emotion, secondary-emotion, abstract, and concrete words. *Frontiers in Psychology*. 2022. №13. P. 74-90.
- 61.Huang Y. A theory of emotion based on a universal model. *Humanities and Social Sciences Communications*. 2024. №362. P. 51-59.
- 62.Kausar S., Ishaq M. Age-Based Analysis of Psychological Factors among College Students. 2025. *Academia international journal for social sciences*. 2025. №2. P. 13-22.
- 63.Lafregeyre M. What is emotion? *Behavioural Processes*. 2022. №60(2). P. 69-83.
- 64.Muxammadieva N. Types And Basic Functions Of Emotions. A Multidisciplinary Peer Reviewed Journal. 2021. №7. P. 301-305.
- 65.Pashayeva S. Age Characteristics of Students and the Formation of Abilities. *Porta Universorum*. 2025. №1. P. 111-117.

66. Rentfrow P. J., Gosling S. D. The do re mi's of everyday life: The structure and personality correlates of music preferences. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2013. №84. P. 1236-1256.
67. Rentfrow P., Goldberg L., Levitin D. The Structure of Musical Preferences: A Five-Factor Model. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2011. №100. P. 1139-1157.
68. Sander L. K. The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition and Emotion*. 2019. №23. P. 4-41.
69. Soares-Quadros J., Cardoso L. Musical Preferences of Teenagers and Adults: Evidence from a Spanish-Speaking Sample. *Musicae Scientiae*. 2021. №27(2). P. 61-76.
70. Vella E. J., Mills G. Personality, uses of music, and music preference: The influence of openness to experience and extraversion. *Psychology of Music*. 2017. №45. P. 338-354.