

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

на тему: **«Соціальна підтримка як медіатор взаємозв'язку між стилями виховання та тривожністю молоді»**

«Social Support as a Mediator of the Relationship Between Parenting Styles and Anxiety in Youth»

Виконав: студент денної форми навчання
спеціальності 053 Психологія
Освітня програма Психологія
Туманов Трістан Альбертович

Керівник: к.психол.н., викладач Кононенко К.О.

Рецензент: завідувач кафедри мовної та
психолого-педагогічної підготовки, д.психол.н.,
професор Одеського національного економічного
університету, Асєєва Ю.О.

Рекомендовано до захисту:
Протокол засідання кафедри
№ _____ від _____ 20__ р.

Завідувач кафедри

(підпис) Родіна Н.В.
(ППП)

Захищено на засіданні ЕК № __
протокол № __ від _____ 20__ р.
Оцінка _____ / ____ / ____
(за національною шкалою, шкалою
ECTS, бали)

Голова ЕК____ Кононенко О.І.
(підпис) (ППП)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ СТИЛЯМИ ВИХОВАННЯ, СОЦІАЛЬНОЮ ПІДТРИМКОЮ ТА ТРИВОЖНІСТЮ МОЛОДІ.....	7
1.1. Психологічна природа тривожності у молодіжному віці та її детермінанти	7
1.2. Стилї сімейного виховання як фактор формування емоційної регуляції особистості	19
1.3. Соціальна підтримка як медіатор психоемоційного благополуччя молоді... Висновки до 1 розділу	26 33
РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....	36
2.1. Процедура проведення дослідження, характеристика вибірки та гіпотези дослідження.....	36
2.2. Психодіагностичні методики та їх психометричне обґрунтування. Методи статистичної обробки даних.....	39
Висновки до 2 розділу	45
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СТИЛІВ ВИХОВАННЯ, СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ ТА ТРИВОЖНОСТІ МОЛОДІ.....	47
3.1. Описові статистики за шкалами ACB, MSPSS та STAI.....	47
3.2. Аналіз взаємозв'язків між ключовими психологічними змінними.....	62
3.3. Медіаційний аналіз із застосуванням bootstrap-процедури (PROCESS Model.....	66
Висновки до 3 розділу	86
ВИСНОВКИ	89
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	92

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасних умовах глибоких соціальних, економічних та політичних трансформацій питання психічного здоров'я молоді набуває особливої ваги. Молодіжний період, що характеризується активним пошуком ідентичності, розширенням автономії та прийняттям перших самостійних рішень, сьогодні проходить у ситуації підвищеної невизначеності. Пандемія COVID-19, повномасштабна війна в Україні, вимушена міграція, руйнування освітніх і соціальних структур, інформаційне перенавантаження — усе це створює хронічний стресовий фон, який суттєво підвищує ризики формування тривожних станів серед молоді. Ці процеси узгоджуються з класичними та сучасними теоретичними підходами до розуміння тривожності, запропонованими Ч. Спілбергером, А. Беком, Р. Лазарусом і С. Фолкман, Дж. Болві, М. Мікулінсером та П. Шейвером, які підкреслюють багаторівневу, когнітивно-емоційну й контекстуально зумовлену природу цього феномену.

У цьому контексті особливої уваги потребує аналіз стилів сімейного виховання — чинника, що формує базові емоційні схеми, моделі саморегуляції та способ переживання стресу. Підходи Д. Баумрінда, а також моделі Е. МакКоббі та Дж. Мартін, підтверджені численними емпіричними роботами, демонструють, що характер батьківсько-дитячої взаємодії є ключовим предиктором емоційного благополуччя. У межах українських досліджень ця проблема розробляється у працях І.Шевякова, Н. Бондаренко, Д. Жумар, Д.Ходоренко, І. Калюжної, С. Субашкевич, які підкреслюють, що дисгармонійні стилі взаємодії — надмірний контроль, гіперопіка, емоційна холодність, непослідовність — істотно підвищують ризик розвитку тривожності у підлітків і молоді.

Не менш значущим чинником є соціальна підтримка — універсальний ресурс психічної стійкості, широко досліджений у роботах С. Коена, Т. Віллса, І. Сарасона та Дж. Хауса. У вітчизняних дослідженнях (І. Дідух, Л. Комар, Р. Петришин) наголошується, що соціальна підтримка з боку сім'ї, друзів і значущих інших є одним із найпотужніших буферів стресу, здатним зменшувати тривожність молоді, зокрема в умовах війни. Українські дані також підтверджують, що не лише обсяг, а й суб'єктивне сприйняття підтримки визначає рівень емоційної стабільності.

Попри велику кількість праць, у науковому полі недостатньо комплексних досліджень, які б інтегрували три ключові компоненти — стилі сімейного виховання, соціальну підтримку та тривожність молоді, — розглядаючи їх у системній взаємодії та крізь призму сучасних українських реалій. Саме такий підхід є сьогодні особливо на часі, адже дозволяє більш цілісно описати психологічні механізми, що лежать в основі емоційної вразливості та стресостійкості молодого покоління.

Таким чином, дослідження взаємозв'язку стилів сімейного виховання, соціальної підтримки та тривожності молоді є вкрай актуальним як у теоретичному, так і в практичному вимірі. Його результати можуть слугувати основою для розробки ефективних програм психологічної допомоги, профілактики тривожних розладів та зміцнення психічної стійкості молоді в умовах тривалої соціальної нестабільності.

Об'єкт дослідження. Психологічні чинники емоційного стану молоді.

Предмет дослідження. Взаємозв'язок стилів сімейного виховання та тривожності молоді за умови медіаторної ролі соціальної підтримки.

Мета роботи. Визначити, чи виконує соціальна підтримка медіаторну функцію у взаємозв'язку між стилями сімейного виховання та рівнем тривожності молоді.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до проблеми тривожності молоді, ролі сімейного виховання та соціальної підтримки в емоційному функціонуванні особистості.
2. Емпірично дослідити особливості стилів сімейного виховання, рівень соціальної підтримки та показники тривожності молоді.
3. Встановити структуру взаємозв'язків між стилями виховання, соціальною підтримкою та тривожністю молоді на основі кореляційних і регресійних процедур.
4. Перевірити медіаторну роль соціальної підтримки у поясненні впливу стилів виховання на рівень тривожності та здійснити комплексну інтерпретацію отриманих результатів.

Методи дослідження. У дослідженні застосовано комплекс теоретичних, емпіричних і статистичних методів, зокрема аналіз і систематизація наукових джерел, психодіагностичні методики (ACB, MSPSS, STAI та соціально-демографічна анкета), а також математико-статистичні процедури, що включають описову статистику, кореляційний і регресійний аналіз та медіаційне моделювання з використанням бутстрепінгу в середовищі SPSS 26.0.

Організація і база проведення емпіричної роботи. Емпіричне дослідження проводилося у дистанційному форматі за допомогою Google Forms. Участь була добровільною та анонімною. Вибірку склали студенти закладів вищої освіти України віком 18–21 років. Зібрані дані були експортовані до статистичного пакету SPSS 26.0 для подальшої обробки.

Практичне значення роботи. Практичне значення дослідження полягає у можливості використання його результатів у психологічному консультуванні молоді з підвищеною тривожністю, у створенні профілактичних програм, спрямованих на розвиток соціальної підтримки та

емоційної стійкості, а також у роботі практичних психологів навчальних закладів і фахівців сімейного консультування. Отримані дані можуть слугувати основою для подальших наукових досліджень, які вивчають механізми впливу стилів виховання та соціальних ресурсів на психоемоційний стан молоді.

Структура роботи. Дана наукова робота складається із вступу, трьох розділів, висновків, та списку літератури, якій складається із 78 джерел. Загальний обсяг роботи становить 91 сторінку, у тому числі 14 таблиць та 2 рисунка.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ СТИЛЯМИ ВИХОВАННЯ, СОЦІАЛЬНОЮ ПІДТРИМКОЮ ТА ТРИВОЖНІСТЮ МОЛОДІ

1.1. Психологічна природа тривожності у молодіжному віці та її детермінанти

Тривожність у молодіжному віці постає складним динамічним феноменом, у якому багаторівнево переплітаються біологічні, когнітивні, емоційні та соціально-контекстуальні фактори. Сучасна психологічна література визначає тривожність як особливий емоційний стан, що супроводжується передчуттям загрози, внутрішнім напруженням, підвищеною збудливістю та активацією механізмів самозахисту [76]. Водночас тривожність не обмежується лише емоційним переживанням: вона включає у себе когнітивні оцінки, фізіологічні реакції та специфічні поведінкові патерни, спрямовані на уникнення або контроль потенційної небезпеки.

Фундаментальним для розуміння цього феномену залишається теоретичний підхід Ч. Спілбергера, який запропонував розрізняти тривожність-стан та тривожність-рису [75]. Тривожність-стан є короткочасною реакцією на реальний або символічний стресор і відображає рівень ситуативного збудження. Натомість тривожність-рису характеризує відносно стабільну схильність сприймати широкий спектр життєвих обставин як потенційно загрозливі. У молодіжному віці ця дихотомія набуває особливого значення: навіть невеликі стресори можуть провокувати сильні емоційні реакції, якщо особистість має високий рівень тривожності-рису, сформований під впливом сімейних, академічних і соціальних умов.

Молодіжний вік сам по собі є періодом підвищеної психологічної вразливості. Дж. Арнет у своїй концепції “emerging adulthood” наголошує, що цей етап позначений глибокими внутрішніми трансформаціями: інтенсивним пошуком ідентичності, розширенням автономії, експериментуванням із

життєвими ролями та поступовою відповідальністю за власні рішення [40]. Молоді люди перебувають на межі між залежністю від сім'ї та необхідністю самостійного функціонування, що створює унікальні умови для підвищеного переживання тривоги. Невизначеність майбутнього, нестабільність професійних перспектив, зміни у соціальних зв'язках і потреба вибудувати автономну життєву позицію формують середовище, у якому внутрішній конфлікт стає майже неминучим. Часто цей конфлікт виявляється у напруженому очікуванні можливих труднощів і переживаннях щодо власної компетентності, що згодом набуває рис хронічного тривожного стану.

Не менш важливим є академічний контекст, який суттєво посилює як рівень стресу, так і ймовірність виникнення тривожних симптомів. Дослідження Бейтера і колег показують, що від 30 до 40% студентів у світових вибірках демонструють підвищений рівень тривожності, що пов'язано зі збільшенням навчального навантаження, високими академічними вимогами, конкуренцією та страхом неспіху [45]. Сучасні студенти також часто змушені поєднувати навчання з роботою, що додатково підвищує психоемоційне навантаження [63]. У таких умовах тривога стає своєрідною реакцією на постійне балансування між вимогами університетського середовища та власними ресурсами.

Українські студенти стикаються з унікальними викликами, які значно поглиблюють загальну картину. За даними Ірини Дідух та інших дослідників, молодь, що переживає наслідки війни, вимушену міграцію, роз'єднання з родинами чи нестабільність умов проживання, демонструє вищий рівень тривожності порівняно з довоєнними показниками [11]. Змішаний формат навчання, труднощі з доступом до безпечного простору, постійна загроза повітряних тривог та невизначеність майбутнього створюють хронічний стресогенний фон, який впливає на здатність до концентрації, навчальної мотивації й емоційної регуляції. У цих умовах тривожність перестає бути ситуативною реакцією і часто набуває стабільного характеру, інтегруючись у психічне функціонування молодої людини.

Воєнна агресія проти України кардинально змінила психологічний ландшафт молодіжного розвитку. Молоді люди перебувають у ситуації, де базова потреба у безпеці систематично порушується, що відповідає структурі токсичного стресу, описаного в роботах сучасних нейропсихологів [63]. Дослідження свідчать, що молодь, яка проживає в умовах війни, демонструє підвищений рівень настороженості, труднощі концентрації, соматичні прояви тривоги та емоційну виснаженість [5,11,18]. Хронічна експозиція до загроз, сирен, новинного стресу, розлуки з близькими формує специфічний когнітивно-афективний профіль, що може закріплюватися у вигляді стійких тривожних патернів.

Українські дослідники наголошують, що саме молодіжна група виступає найбільш сенситивною до інформаційних стресорів, адже активно використовує цифрові медіа, що збільшує кількість тригерів [24]. З позиції когнітивних моделей це означає, що повторюване сприйняття загроз формує схеми небезпеки, які автоматично активуються в ситуаціях невизначеності [44].

У глобальному світі соціальний контекст молоді істотно змінюється. Дослідники відзначають зростання феномену соціальної ізоляції попри активну присутність у соціальних мережах [78]. Дефіцит реальних соціальних контактів, фрагментованість комунікації, підвищені стандарти порівняння з іншими створюють середовище постійної самооцінної напруги, що стає ґрунтом для розвитку тривожних переживань.

Економічні труднощі, зміни ринку праці, невизначеність щодо професійної перспективи та високі вимоги до успішності також формують когнітивні моделі страху невдачі [51]. Ці чинники особливо значущі для студентської молоді, яка ще не має сформованих стабілізаційних ресурсів.

Українські емпіричні дослідження також демонструють, що сімейні стосунки, атмосфера підтримки або її відсутності виступають ключовими соціальними предикторами тривожності [2,3]. Нестабільність сімейної

системи, конфлікти, вимушена міграція, втрата соціальних зв'язків — усе це підсилює ризик розвитку тривожних розладів.

Сучасні моделі тривожності дозволяють глибше осмислити механізми, що формують її структуру та функціональну динаміку.

У рамках когнітивної моделі А. Бека тривожність пов'язується з дисфункціональними переконаннями, автоматичними негативними думками та хибними інтерпретаціями подій [44]. Молодь, яка переживає нестабільність, часто схильна до катастрофізації майбутнього, надмірного узагальнення та фільтрації інформації. Модель інтерпретації неоднозначності пояснює, що молоді люди у стані стресу частіше тлумачать нейтральні події як загрозливі [65]. Це резонує з воєнним досвідом українських студентів, яким складно розрізнити реальні небезпеки та "сигнали тривоги", пов'язані зі стресом.

У поведінковому підході тривожність розглядається як результат уникання ситуацій, які асоціюються з небезпекою [70]. Молодь часто застосовує уникання як спосіб емоційного захисту: відкладає важливі рішення, уникає складних соціальних взаємодій, переносить відповідальність. Така стратегія, як доведено, лише посилює тривожність [69].

Модель Р. Лазаруса та С. Фолкман розкриває тривожність як результат складної взаємодії між подією та внутрішнім світом людини, наголошуючи, що емоційна реакція виникає не стільки через сам факт загрози, скільки через те, як людина її оцінює [62]. У цьому підході ключовими є два процеси: первинне оцінювання, коли подія сприймається як потенційно небезпечна чи надмірно значуща, та вторинне оцінювання, у межах якого індивід визначає, чи має достатньо внутрішніх і зовнішніх ресурсів, щоб з нею впоратися. Тривожність з'являється там, де ці два рівні не збалансовані: коли загроза здається занадто великою, а власні можливості — надто слабкими.

Для молоді така диспропорція між силою стресора та інтерпретацією його небезпеки є особливо характерною. Період дорослішання

супроводжується активним формуванням когнітивних схем, емоційної компетентності, ідентичності та первинних навичок саморегуляції. Саме в цей час молода людина вчиться визначати межі власних можливостей, оцінювати ризики, орієнтуватися у складних соціальних ситуаціях і будувати перші автономні стратегії подолання труднощів. Проте ці внутрішні механізми ще не є до кінця сформованими, тому процес оцінювання загроз у молоді часто супроводжується підвищеною емоційністю, нестабільністю та схильністю до когнітивних спотворень.

Молоді люди нерідко переоцінюють небезпеку або перебільшують ймовірність негативних наслідків, одночасно недооцінюючи власні сили, знання чи доступні ресурси. Такий дисбаланс між сприйняттям загрози та оцінкою власної компетентності створює сприятливий ґрунт для розвитку тривожних реакцій. На цей процес значною мірою впливають умови сучасного життя, що суттєво ускладнюють адаптаційні можливості молоді: інформаційне перенавантаження, швидкі соціальні зміни, невизначеність майбутнього, зростання вимог до академічної та професійної успішності. У контексті українських реалій ці чинники підсилюються воєнною загрозою, небезпекою втрати близьких, порушенням звичних соціальних структур та нестабільністю життєвого простору. У таких умовах тривожність часто стає не лише емоційною реакцією, а й способом адаптації до непередбачуваності.

Оскільки механізми саморегуляції у молоді ще перебувають у процесі становлення, навіть відносно незначні стресори можуть сприйматися як масштабні та загрозливі. Внутрішні ресурси — уміння раціонально оцінити ситуацію, витримувати емоції, звертатися по допомогу чи шукати альтернативні рішення — також перебувають на стадії формування. Досвід подолання труднощів часто є фрагментарним і нестійким, а тому будь-яка складна подія може викликати сильні емоційні коливання, невпевненість, уникнення або потребу у зовнішньому підтвердженні безпеки.

Саме в цьому контексті модель когнітивної оцінки Лазаруса та Фолкман особливо точно пояснює підвищену вразливість молоді до

тривожності. Вона підкреслює, що сила емоційної реакції залежить не лише від об'єктивної інтенсивності події, а насамперед від того, як вона інтерпретується та які внутрішні ресурси доступні для її подолання. Якщо молода людина сприймає ситуацію як загрозливу, а власні можливості — як недостатні, тривога стає закономірною реакцією. Таким чином, проблема криється не тільки у впливі зовнішніх чинників, а й у своєрідній взаємодії між оцінкою загрози та доступним репертуаром coping-стратегій, які ще перебувають на етапі розвитку.

Українські дослідження підтверджують, що у молоді, яка стикається з воєнними та соціальними викликами, особливо вразливими є когнітивні та емоційні компоненти оцінювання стресу [29,30,32]. Це вказує на необхідність комплексного підходу до розуміння тривоги.

Окрім соціальних і когнітивних чинників, тривожність має значний біологічний компонент. Дослідження нейробіології підкреслюють роль гіперактивності мигдалеподібного тіла, дисбалансу нейромедiatorів та порушень роботи системи гіпоталамус–гіпофіз–наднирники у формуванні тривожних реакцій [42]. У молоді, особливо в умовах хронічного стресу, ці системи працюють у режимі постійної мобілізації, що призводить до виснаження енергетичних ресурсів, погіршення сну, зниження когнітивних функцій.

Тривожність молоді людини ніколи не виникає ізольовано. Вона формується в тонкій і водночас надзвичайно складній взаємодії багатьох рівнів впливу, кожен із яких накладає свій відбиток на емоційний досвід. На індивідуальному рівні тривожність визріває у межах особистісного темпераменту, характерних когнітивних схем і особливостей саморегуляції, що закладають базу для того, як молода людина переживатиме й інтерпретуватиме життєві події. Якщо її мислення схильне до катастрофізації або гіперуважності до загроз, то будь-яка стресова ситуація швидше набуває для неї рис потенційної небезпеки. Фізіологічні ж механізми реагування — робота нервової системи, гормональна чутливість — створюють своєрідний

“фон”, який може або посилювати емоційну напругу, або допомагати її згладжувати.

Паралельно з індивідуальними особливостями на поведінкову та емоційну сферу молоді істотно впливають сімейні умови. Саме стиль виховання, рівень прийняття або критики, наявність підтримки чи, навпаки, постійна напруженість у взаєминах з батьками формують ті внутрішні моделі, які згодом визначають спосіб переживання стресу. Якщо дитина зростала у середовищі емоційного тепла та безпеки, вона вчиться сприймати світ як прогнозований і здебільшого доброзичливий. Натомість досвід надмірного контролю, гіперопіки чи відторгнення закладає вразливість, що згодом проявляється у підвищеній тривожності, невпевненості або схильності розглядати соціальні ситуації як небезпечні.

Проте навіть стабільне сімейне середовище не може повністю убезпечити молодь від впливу ширшого соціального контексту. Економічна нестабільність, невизначена політична ситуація, швидкі зміни на ринку праці та, особливо в українських реаліях, воєнні умови створюють атмосферу загального напруження, яка неминуче впливає на внутрішній психологічний стан. Молодь, котра перебуває на порозі самостійного життя, часто сприймає ці зовнішні виклики як загрозу власному майбутньому, що посилює емоційну вразливість і породжує відчуття нестійкості.

До цього додається вплив культурно-інформаційного простору, який у XXI столітті став одним із найпотужніших чинників формування тривожності. Постійний потік інформації, надмірне використання соціальних мереж, порівняння з іншими, новинний стрес і фрагментарність комунікацій створюють ситуацію інформаційного перенасичення. Молодь, яка щодня взаємодіє з величезними обсягами контенту, виявляється не лише споживачем інформації, а й носієм нових форм тривоги — цифрової, соціальної, порівняльної.

Усі ці рівні — особистісний, сімейний, соціальний та культурно-інформаційний — не просто існують поруч. Вони постійно переплітаються,

взаємно підсилюють або нівелюють один одного, створюючи багатошарову систему ризиків і ресурсів. Молодіжний вік у цьому контексті стає своєрідним вузловим моментом, у якому виклики дорослішання накладаються на зовнішні стресові події та суспільні трансформації. Саме тому молодь демонструє таку високу чутливість до розвитку тривожних станів: її внутрішні ресурси ще формуються, соціальні опори нерідко нестабільні, а контекст — надзвичайно мінливий. У результаті тривожність молодшої людини постає як продукт складної, живої й постійно змінної взаємодії багатьох чинників, кожен із яких залишає свій слід у її емоційному досвіді та поведінці.

Усі ці детермінанти взаємодіють між собою, створюючи багаторівневу структуру ризиків і ресурсів. Молодіжний вік стає точкою, у якій переплітаються виклики дорослішання, стресові події та суспільні трансформації, що зумовлює особливу чутливість до розвитку тривожних станів.

Емпіричний масив українських досліджень останніх років переконливо демонструє, що тривожність молоді, попри універсальність своїх психологічних механізмів, набуває в Україні специфічних рис, зумовлених унікальним соціально-історичним контекстом. Подвійні та навіть потрійні кризові умови — пандемія COVID-19, затяжна економічна нестабільність і повномасштабна війна — сформували ситуацію, у якій молодіжний вік перетворився на період тривалої дії хронічного стресу. Саме тому результати українських робіт природним чином «підхоплюють» висновки теоретичних моделей, наведених раніше, і підтверджують, що індивідуальні, когнітивні та соціальні чинники, описані в сучасній психології, отримують максимальну силу впливу саме в умовах воєнного середовища [24].

Одним із наймасштабніших досліджень, присвячених динаміці тривожності молоді, є робота Фаррен, Бейтс та колег, у якій на великій студентській вибірці простежено зміни рівня тривожності та стресу впродовж навчання в університеті [54]. Дослідники застосовували

стандартизовані шкали, зокрема інструменти, розроблені Ч. Спілбергером, що дозволило оцінити як ситуативні прояви тривожності, так і стійкі, рисові характеристики. Результати показали, що рівні тривожності студентів змінюються хвилюподібно, реагуючи на академічне навантаження, соціальні чинники та зовнішні стресори, а перехід до університету є періодом різкого підвищення емоційної напруги. Результати наочно показують, що карантин COVID-19 викликав підвищення ситуативної тривожності, однак перше півріччя війни призвело до різкого, майже стрибкоподібного підвищення тривожності-рису, тобто переходу від реакції на стресор до формування стійкої емоційної схильності. Через півтора року війни автори фіксують певне «вирівнювання» ситуативної тривожності, але стабільно високі рівні особистісної тривожності залишаються, що інтерпретується як наслідок довготривалої дії невизначеності та виснаження адаптаційних ресурсів [54]. Таким чином, українські дані підтверджують закономірність, описану в транзакційній моделі стресу Лазаруса, — коли довга експозиція до загрози трансформує оцінку реальності й підсилює внутрішні схеми небезпеки.

Дослідження, проведене серед молоді віком 21–26 років, засвідчує, що понад 80% опитаних мають щонайменше помірні показники тривожності, а значна частина демонструє високий рівень цього стану. Отримані результати пов'язують не лише з безпосереднім впливом війни, але й із загальною інформаційною перенасиченістю, недостатнім сформованим арсеналом навичок психологічної саморегуляції та відсутністю досвіду своєчасного звернення по допомогу. Такі чинники істотно посилюють емоційну вразливість молоді й сприяють формуванню хронічного тривожного напруження. У цьому контексті когнітивна модель А. Бека отримує підтвердження: повторюване зіткнення з загрозливими повідомленнями та інформаційним шумом формує тенденцію до катастрофізації й надмірної оцінки ризику [34,44].

Важливий внесок у вивчення тривожності студентської молоді робить робота Клименко Л.В., у якій описано широкий спектр тривожних

симптомів, характерних для українських студентів у період війни: порушення сну, труднощі концентрації, емоційна виснаженість та перманентне відчуття загрози. Клименко підкреслює, що ці прояви не є тимчасовою реакцією, а мають стійкий і комплексний характер, що резонує з сучасними уявленнями про хронічну тривогу як результат тривалого накопичення стресу [18].

Не менш показовими є результати роботи І. Шевякової та Д. Ходоренко, де зібрано як теоретичний, так і емпіричний матеріал про стан молоді у воєнних реаліях. Авторки фіксують суттєве зростання тривожності після початку повномасштабного вторгнення та деталізують спектр чинників, що цей ріст спричиняє: страх бойових дій, загроза втрати близьких, інформаційне перенавантаження, повторювані сирени, розрив соціальних зв'язків, зміна формату навчання та професійних перспектив. На основі даних вони роблять висновок, що саме соціально-воєнні чинники стають центральними у структурі тривожності молоді, тоді як індивідуальні та когнітивні механізми відіграють роль внутрішніх «провідників» цих впливів [34]. Такий підхід фактично розширює транзакційні моделі тривоги, демонструючи їх реальну дію в умовах масштабного суспільного потрясіння.

Подібні тенденції спостерігаються й у дослідженні Петуховой І. О., де тривожність молоді аналізується як прямий наслідок переживання воєнних подій [24]. Чим інтенсивніший травматичний досвід — евакуація, втрата житла, загибель знайомих, вимушена міграція — тим вище рівні як реактивної, так і особистісної тривожності. Це емпірично підтверджує положення сучасних моделей про те, що тривожність формується в зоні перетину травматичного досвіду та оцінки власних ресурсів, а тривале перебування в умовах загрози призводить до стійких змін у способах сприйняття реальності.

Дослідницькі дані доповнюють загальну картину, показуючи, що тривога молоді проявляється не лише в емоційній сфері, а й на рівні соматичних реакцій — хронічної втоми, порушень сну, постійного м'язового напруження. Попри високий рівень тривожності, частина респондентів

демонструє поступове формування адаптаційних стратегій, що допомагають зменшувати суб'єктивне відчуття страху та невизначеності. Це дає підстави припускати, що навіть у складних соціально-політичних умовах молодь зберігає потенціал до розвитку резильєнтності — ключового ресурсу, який неодноразово підкреслюється у міжнародних дослідженнях емоційного благополуччя [27,29].

Окрему увагу в українському академічному дискурсі приділено впливу академічного середовища на рівні тривожності молоді. Роботи, присвячені як пандемії COVID-19, так і воєнному стану, демонструють, що тривога посилюється на тлі порушення освітньої рутини, переходу між форматами навчання, збільшення навчальних вимог та зниження соціальної взаємодії. Зокрема, результати сучасних українських досліджень показують, що дистанційне навчання, соціальна ізоляція та нерегулярність освітнього процесу самі по собі виступають значущими чинниками підвищення тривожності серед молоді. Ці фактори нашаровуються на ширші соціальні виклики — зокрема, воєнний контекст та економічну нестабільність — посилюючи відчуття невизначеності й психологічної нестійкості. У такій картині теоретичні моделі когнітивного навантаження та академічного стресу отримують особливо переконливе емпіричне підтвердження, оскільки саме вони найкраще пояснюють, чому освітні вимоги та інформаційний тиск у поєднанні з нестабільним середовищем різко підвищують рівень тривоги серед молоді в українських реаліях.

На завершення, варто зазначити, що вітчизняні дослідження переконливо підтверджують важливість соціальної підтримки як буферного механізму. Сучасні українські дослідження послідовно демонструють, що наявність підтримувального соціального середовища — родини, однолітків, освітніх інституцій, молодіжних центрів — істотно пов'язана зі зниженням рівня тривожності та покращенням емоційного стану молоді. Чим більш доступною є соціальна мережа, до якої молода людина може звернутися по допомогу, тим вищими виявляються показники її психологічної стійкості,

почуття безпеки та емоційної врівноваженості. Такі результати підкреслюють ключову роль соціальної інтегрованості як важливого ресурсу збереження психічного здоров'я в умовах тривалих стресових впливів. Цей висновок органічно вписується в модель стрес-буферизації Коена та Вілса, яка підкреслює здатність соціальної підтримки змінювати оцінку загрози та підсилювати відчуття контролю над ситуацією [50].

У сукупності українські дослідження створюють цілісну емпіричну картину, яка підтверджує ключові ідеї сучасних теоретичних підходів: тривожність молоді виникає в точці перетину індивідуальних особливостей, соціальних умов і глобальних кризових факторів; вона трансформується під впливом тривалого стресу та значною мірою залежить від наявності ресурсів підтримки. Таким чином, український контекст не лише узгоджується з міжнародними моделями, а й розширює їх, демонструючи, як тривожність формується в умовах системної та історично безпрецедентної загрози.

Узагальнення теоретичних підходів і результатів сучасних українських та міжнародних емпіричних досліджень дозволяє розглядати тривожність молоді як багаторівневий феномен, що формується на перетині внутрішніх психологічних характеристик і зовнішніх соціальних умов. Молодіжний вік, насичений процесами становлення ідентичності та пошуку автономії, сам по собі є періодом підвищеної вразливості, а в українському контексті ця вразливість посилюється впливом тривалого хронічного стресу, спричиненого війною, економічною нестабільністю та інформаційною перенасиченістю.

Когнітивні, поведінкові та транзакційні моделі тривожності демонструють, що переживання загрози формується через поєднання когнітивних викривлень, навчальних механізмів уникання та оцінювання стресових ситуацій як таких, що перевищують індивідуальні ресурси. Українські емпіричні дані підтверджують, що саме ці механізми активуються у молоді під впливом воєнних і соціально-економічних факторів: ситуативна

тривога поступово трансформується в особистісну, стабільну рису, а тривожні реакції стають частиною повсякденного досвіду.

Таким чином, тривожність молоді постає не лише як продукт індивідуальних особливостей, а як результат цілісної взаємодії особистісних, сімейних, соціальних і культурно-інформаційних чинників. Її розуміння потребує комплексного підходу, що поєднує аналіз внутрішніх когнітивно-емоційних процесів із врахуванням ширшого соціального контексту, у якому перебуває сучасна українська молодь. Саме такий інтегративний підхід дає можливість окреслити ключові ризики й ресурси їх психоемоційного благополуччя та визначити напрями подальших досліджень і практичних інтервенцій.

1.2. Стилi сімейного виховання як фактор формування емоційної регуляції особистості

Роль сім'ї у формуванні емоційної регуляції молодшої людини важко переоцінити. Саме сім'я задає первинний емоційний ритм життя дитини, створюючи той психологічний простір, у межах якого формується базова довіра до світу, ставлення до себе, здатність розпізнавати й регулювати власні емоції. У перші роки життя, коли нервова система ще надзвичайно пластична, сімейне середовище стає джерелом найстійкіших моделей взаємодії: дитина наслідує спосіб, у який дорослі реагують на труднощі, переживають емоції, долають стрес чи взаємодіють із близькими. Тому стиль виховання виступає не просто набором поведінкових практик батьків — він формує фундаментальні внутрішні механізми, що визначають, яким чином молодій людині вдаватиметься регулювати емоційні стани й долати напруження у більш пізні періоди життя.

Не випадково протягом десятиліть дослідження сімейного впливу зосереджувалися на класифікації способів батьківської взаємодії, спробах описати їхню психологічну природу та оцінити емоційні й поведінкові наслідки для дитини. Ідея про те, що сімейне середовище формує своєрідні

«емоційні сценарії», які зберігаються у дорослому житті, стала однією з центральних у розвитку сучасної психології дитинства та юності.

Однією з найвпливовіших і найстійкіших класифікацій батьківських стилів є модель Діани Баумрінд, що отримала широку емпіричну підтримку та стала концептуальною основою для численних подальших досліджень. Ґрунтуючись на багаторічних спостереженнях і порівняльних аналізах, Баумрінд виділила три базові стилі виховання: авторитетний, авторитарний і поблажливий. Кожен з них характеризується унікальним поєднанням двох ключових вимірів — рівня тепла й прийняття з боку батьків та рівня контролю й вимогливості. Саме взаємодія цих параметрів визначає емоційний клімат у сім'ї: чи має дитина простір для вираження емоцій, чи відчуває стабільність і передбачуваність, чи навпаки — зростає в атмосфері напруги, критики або хаотичності правил [43].

Це співвідношення стає вирішальним для того, які емоційні патерни дитина винесе у доросле життя. Від нього залежить, як вона реагуватиме на життєві труднощі, які стратегії подолання обиратиме, чи буде здатною заспокоювати себе в умовах стресу та наскільки стійкою виявиться її емоційна регуляція в цілому. Саме тому класифікація Баумрінд залишається центральним інструментом для розуміння впливу сімейного середовища на психічний розвиток молоді.

Авторитетний стиль вважається найбільш адаптивним і збалансованим. Він поєднує високу емоційну підтримку з наявністю чітких, але гнучких меж, які допомагають дитині розуміти структуру соціального світу, не відчуваючи себе обмеженою чи знеціненою. Батьки, що дотримуються цього стилю, демонструють теплоту, відкритість до діалогу, готовність вислухати, а також очікують від дитини відповідальності та здатності до самостійності. Дослідження Л. Стейнберга та роботи Soenens і колег переконливо показують, що дорослі, вирощені в атмосфері авторитетного виховання, мають вищі показники емоційної стійкості, сформований внутрішній локус контролю, більш зрілі механізми саморегуляції та нижчий рівень

тривожності. Це пояснюється тим, що поєднання тепла та структурованості створює внутрішнє відчуття безпеки, яке згодом перетворюється на здатність ефективно реагувати на стресові події [74,77].

Авторитарний стиль, навпаки, характеризується високим рівнем контролю та низьким рівнем емоційної підтримки. У таких сім'ях правила є жорсткими, ієрархія — незаперечною, а самостійність дитини часто сприймається як загроза порядку. Брак тепла й прийняття у поєднанні з високою вимогливістю створює атмосферу емоційної напруги, у якій дитина вчиться орієнтуватися не на власні почуття, а на зовнішні покарання чи схвалення. Міжкультурні дослідження показали, що саме такий стиль стійко пов'язаний із підвищеним рівнем тривожності, страхом помилок і труднощами емоційної регуляції [59]. У дорослому віці це нерідко проявляється у залежності від авторитетних фігур, надмірному самоконтролі, невпевненості у власній компетентності та схильності уникати ситуацій, у яких можливе оцінювання або критика.

Поблажливий стиль, який ґрунтується на теплі, емоційності та мінімальному контролі, на перший погляд може здаватися м'яким і приймаючим, однак у його основі — відсутність чітких меж і вимог. Діти, які зростають у такому середовищі, часто позбавлені досвіду подолання обмежень і реалістичних очікувань, тому у них слабше формується внутрішня структура саморегуляції. Дослідження Массобі та Мартін показують, що поблажливий стиль може спричиняти труднощі в самоконтролі, низьку стресостійкість та залежність від зовнішніх думок і схвалення. Коли така молода людина стикається з необхідністю приймати рішення або діяти в умовах невизначеності, у неї часто виникає відчуття тривоги чи розгубленості, адже внутрішня опора ще не сформована [64].

На тлі цих трьох стилів особливо чітко простежується загальна закономірність: рівень тривожності молоді тісно пов'язаний із тим, наскільки збалансованими були тепло та вимогливість у її сімейному досвіді. Авторитетний стиль створює основу для здорової саморегуляції, тоді як

авторитарний і поблажливий — кожен по-своєму — порушують її, змушуючи дитину будувати емоційні реакції не на внутрішній стабільності, а на страху або залежності.

Важливим теоретичним доповненням до розуміння впливу сімейного середовища на розвиток тривожності є концепція прив'язаності, сформульована Джоном Болві. У своїй фундаментальній праці він довів, що перший досвід взаємодії між дитиною та батьками формує не лише почуття емоційної безпеки, а й своєрідну внутрішню «карту світу» — когнітивно-емоційну модель, на яку людина спиратиметься протягом усього життя [46]. Якщо взаємодія з дорослим є стабільною, чутливою, емоційно доступною, у дитини формується надійна прив'язаність. Вона закладає відчуття передбачуваності, внутрішньої опори та віру в те, що світ реагує доброзичливо, а власні потреби — важливі. Надійна прив'язаність стає фундаментом емоційної стійкості: дитина легше заспокоюється після стресу, швидше відновлює рівновагу та вміє шукати підтримку у близьких, формуючи адаптивні механізми регуляції афекту.

Натомість ненадійна або дезорганізована прив'язаність створює нестабільний емоційний ґрунт. Дитина не розуміє, чого чекати від дорослих: то вони доступні й уважні, то раптово холодні чи непередбачувані. За таких умов формується глибинне переконання, що світ є небезпечним, а інші люди — ненадійними. У дорослому житті це нерідко проявляється як підвищена тривожність, труднощі встановлення довірливих стосунків, гіперчутливість до відторгнення або, навпаки, як надмірна залежність від зовнішнього схвалення. Роботи Мікулінсера та Шейвера переконливо демонструють, що тип прив'язаності визначає якість емоційної регуляції протягом життя та є одним із ключових чинників схильності до тривожних розладів [66].

Вплив стилів виховання на формування тривожності молоді не є прямим чи одномірним. Це складний процес, що розгортається через низку внутрішніх психологічних механізмів, які поступово інтегруються в особистісну структуру. Першим із таких механізмів є формування

когнітивних схем — стійких, часто неусвідомлених уявлень про себе, інших людей і світ загалом. Коли дитина зіштовхується з регулярною критикою, знеціненням чи надмірним контролем, у неї формуються схеми, які підказують, що світ небезпечний, інші люди некеровані, а вона сама — недостатньо компетентна чи гідна підтримки. Когнітивна модель тривожності Бека і Кларка пояснює, що саме ці схеми стають фільтром, через який молода людина сприймає будь-які стресові події: загроза перебільшується, ризики здаються надмірними, а власні ресурси — недостатніми. Відповідно, навіть нейтральні ситуації можуть інтерпретуватися як небезпечні, що створює передумови для розвитку хронічної тривожності [44].

Другий важливий механізм — формування поведінкових стратегій реагування. Згідно з теоріями навчання, систематичний контроль, покарання або непослідовна критика сприяють закріпленню патернів уникання, яке є центральною складовою тривожних розладів [68,79]. Дитина, яка вчиться уникати неприємних переживань, згодом переносить цю стратегію і на доросле життя: вона уникає конфліктів, відповідальності, соціальних взаємодій, нових завдань. Таке уникання тимчасово знижує напругу, але довгостроково лише посилює тривожність, оскільки світ починає здаватися ще більш загрозливим. У протипагу цьому стиль виховання, що базується на підтримці автономії, передбачуваності правил і позитивній дисципліні, сприяє формуванню адаптивних копінг-стратегій — таких як пошук інформації, емоційне опрацювання, конструктивна комунікація. Ці навички слугують природним захистом від надмірної тривожності в молодіжному віці.

Третій механізм стосується емоційної атмосфери сім'ї — того, наскільки дитина має можливість вільно виражати почуття, отримувати підтримку та вчитись розуміти власні переживання. Сімейні контексти, у яких панує тепло, прийняття й увага до емоційних потреб, створюють сприятливі умови для розвитку емоційного інтелекту: дитина вчиться

ідентифікувати свої почуття, знаходити способи самозаспокоєння та звертатися по допомогу, коли це необхідно. Натомість атмосфера надмірного симбіозу, гіперопіки або емоційної непослідовності формує залежність та невміння справлятися з труднощами самостійно. Як показали Rothbaum & Weisz, такі умови здатні формувати у дорослому віці нестійкість, невпевненість та схильність до тривожних реакцій, оскільки молода людина не накопичила досвіду автономного подолання стресу [70].

Узагальнюючи, можна сказати, що вплив сімейного стилю виховання на тривожність молоді — це багаторівневий процес, у якому взаємодіють прив'язаність, когнітивні схеми, поведінкові стратегії та емоційна атмосфера. Саме їхня комбінація визначає, чи сформується у молодій людини здатність до внутрішньої опори та емоційної врівноваженості, чи, навпаки, — схильність до тривожності, невпевненості та залежності від зовнішніх джерел підтримки.

Таким чином, стилі виховання впливають на розвиток тривожності молоді через комплекс когнітивних, поведінкових та емоційних механізмів, які поступово інтегруються в особистісну структуру й визначають її реакції на стрес у подальшому житті.

У вітчизняних і міжнародних дослідженнях однією з найбільш популярних методик аналізу стилів виховання є АСВ (Аналіз сімейного виховання), яка дозволяє виміряти кілька ключових аспектів батьківського впливу.

Шкала «Прийняття — відторгнення» відображає ступінь емоційної підтримки й теплоти у взаємодії з дитиною. Метааналізи підтверджують, що відторгнення, холодність чи критичність батьків є значущим предиктором емоційної нестабільності та високих рівнів тривожності [60]. Українські дослідження також підтверджують цей зв'язок: підлітки та молодь, які відчують брак прийняття, мають вищий рівень емоційної напруги і тривоги [2].

Шкала «Симбіоз» описує ступінь емоційного злиття та надмірної опіки. Дослідження свідчать, що симбіотичне виховання сприяє розвитку залежної поведінки та ускладнює процеси автономізації, що є критично важливими у молодіжному віці (Rothbaum & Weisz, 1994). У сучасних українських умовах, з огляду на воєнний стрес, рівень гіперопіки та симбіозу може підвищуватися, оскільки батьки прагнуть «компенсувати» почуття небезпеки. Це, однак, нерідко формує зворотний ефект, підсилюючи тривожність [4].

Шкала «Контроль / гіперсоціалізація» вимірює жорсткість вимог, високі стандарти поведінки та втручання у сферу автономії дитини. Жорсткий контроль асоціюється з розвитком перфекціонізму та страху помилок, які є значущими компонентами тривожності [35]. Українські дослідження вказують, що в умовах війни батьківські стратегії нерідко зміщуються у бік контролю, що може мати побічний ефект у вигляді емоційної напруги в молоді [27,29,30].

Українські дослідження приділяють значну увагу тому, як саме сімейне виховання впливає на емоційний стан молоді в умовах соціальної нестабільності та кризових подій. Результати наукових робіт демонструють, що посилення батьківського контролю, яке часто виникає як реакція на зовнішні загрози, може призводити до відчуття безсилля у молодих людей та підвищеної залежності від оцінок дорослих. Це, у свою чергу, корелює з підвищенням рівня тривожності та формуванням невпевненості у власних можливостях. Окремі дослідження підкреслюють, що гіперопіка, яка покликана забезпечити безпеку, фактично знижує віру молоді у здатність самостійно долати труднощі, що робить емоційну сферу ще більш вразливою.

Інші українські наукові роботи зазначають, що гіперсоціалізація та жорсткі поведінкові вимоги в умовах підвищеного стресу створюють додатковий психологічний тиск, який перешкоджає формуванню автономних стратегій саморегуляції. Окрему увагу приділено симбіотичним моделям

виховання, які, поєднуючись із нестабільним соціальним середовищем, формують підвищену чутливість молоді до тривожних реакцій, оскільки залежність від зовнішньої підтримки стає надмірною.

Водночас є дані, що підкреслюють позитивний потенціал сімейного середовища: стабільність, прийняття та емоційна підтримка здатні істотно зменшувати тривожність молоді навіть за умов тривалих стресових впливів. Таким чином, сім'я постає одним із ключових емоційних буферів, що здатен нейтралізувати вплив зовнішніх загроз — висновок, який узгоджується з міжнародними тенденціями та підтверджує універсальність ролі сімейного контексту у формуванні психічної стійкості [31,32].

Таким чином, стиль сімейного виховання є одним із визначальних чинників формування емоційної регуляції молоді. Міжнародні й українські дослідження демонструють узгоджену картину: прийняття, підтримка та розвиток автономії формують у молоді стійкі механізми саморегуляції та знижують тривожність, тоді як симбіоз, відторгнення та жорсткий контроль підвищують емоційну вразливість, сприяють формуванню неадаптивних когнітивних схем і поведінкових стратегій уникнення. В умовах сучасних криз — війни, соціальної нестабільності, інформаційного перевантаження — роль сімейного стилю набуває ще більшої ваги, оскільки саме сім'я стає первинним джерелом безпеки або, навпаки, додатковим фактором ризику.

1.3. Соціальна підтримка як медіатор психоемоційного благополуччя молоді

У сучасній психологічній науці соціальна підтримка трактується не лише як один із центральних ресурсів психоемоційного благополуччя, а й як складний багатовимірний конструкт, що охоплює систему взаємин, очікувань, норм та емоційних зв'язків, які формуються в різних соціальних контекстах. Вона відіграє ключову роль у тому, як людина переживає та інтерпретує стрес, зберігає внутрішню рівновагу та підтримує психологічну цілісність у ситуаціях невизначеності, швидких змін або кризи. Соціальна

підтримка функціонує не лише як зовнішній ресурс, а й як внутрішній психологічний механізм, що впливає на самооцінку, емоційну регуляцію та здатність особистості спиратися на власні й зовнішні ресурси.

Особливо вагомою вона є для молоді — вікової групи, яка перебуває у періоді інтенсивного соціального зростання, формування ідентичності та пошуку власної життєвої траєкторії. Молодіжний вік позначається переходом від залежності до автономії, проте ця автономія ще нестійка: вона поєднується з недостатнім життєвим досвідом, нестабільністю соціальних зв'язків і пошуком нових опор у взаємодії з навколишнім світом. На відміну від підлітків, які все ще значною мірою орієнтуються на сім'ю як джерело безпеки, молоді люди поступово виходять за межі сімейної системи й активно формують власні мережі взаємодії — дружні, романтичні, академічні, професійні.

Однак саме у цій фазі розвитку спостерігається парадокс: зростає рівень автономії, але одночасно зменшується кількість стабільних, гарантованих джерел підтримки. Молодь нерідко втрапляє в ситуацію, коли старі системи опори вже не діють, а нові ще не сформовані або нестійкі. Тому чутливість до наявності або відсутності соціальної підтримки різко зростає. Позитивні взаємини, навіть мінімальні за обсягом, можуть виступати могутнім буфером від стресу, тоді як їх дефіцит призводить до відчуття ізоляції, невпевненості та підвищеної тривожності.

У цьому сенсі соціальна підтримка для молоді стає не просто ресурсом, а критичним чинником розвитку: вона сприяє формуванню ідентичності, підтримує емоційну стійкість, допомагає витримувати високий рівень академічних, соціальних та особистісних вимог і створює відчуття психологічної безпеки у світі, який часто здається нестабільним і непередбачуваним.

У науковій традиції соціальну підтримку найчастіше розглядають крізь призму моделей, запропонованих К. Коеном і Т. Віллсом, Р. Хаусом та І. Сарасоном із колегами [49,50,57,71]. Ці підходи поєднують розуміння того, що

підтримка ніколи не є одновимірним явищем: вона складається з кількох взаємопов'язаних функцій, які водночас відображають і якість стосунків, і доступ людини до соціальних ресурсів. Емоційний вимір підтримки проявляється у співпереживанні, теплі та відчутті близькості; інструментальний — у реальній практичній допомозі, яка полегшує виконання щоденних завдань; інформаційний — у можливості отримати поради, пояснення чи орієнтири; а оцінювальний — у підтвердженні цінності, компетентності й здатності особистості справлятися з труднощами. Саме ці чотири функції — емоційна, інструментальна, інформаційна та оцінювальна — вважаються базовими для опису феномену соціальної підтримки в більшості сучасних теоретичних моделей.

Усі ці форми підтримки розподіляються між різними джерелами: родиною, друзями, партнерами, інституційним середовищем, а інколи й професійними спільнотами. Для кількісного дослідження структури соціальної підтримки у світовій практиці найчастіше використовують шкалу MSPSS, яка дозволяє окремо оцінити підтримку з боку трьох основних груп — сім'ї, друзів і значущих інших [77]. Таким чином операціоналізується структурний вимір підтримки: не лише «скільки» її отримує людина, а й «звідки» вона надходить. Молодь виявляється особливо чутливою до кожного з цих джерел, адже саме в цьому віці відбувається переорієнтація соціальних зв'язків: сімейні стосунки поступово трансформуються, натомість дружні й романтичні контакти набувають більшої ваги, а роль формальних інституцій (університет, робота, волонтерські спільноти) поступово зростає. Саме тому структура соціальної підтримки в молодіжному віці є не лише динамічною, а й вирішальною для емоційного благополуччя.

У межах теорії стрес-буферизації, запропонованої К. Коеном і Т. Віллсом, соціальна підтримка розглядається як один із найпотужніших психозахисних механізмів, здатних істотно змінити те, як людина переживає напружені чи травматичні ситуації [50]. Її дія часто залишається непомітною на поверхні, але має глибинний вплив на психологічне функціонування. Вона

втручається у найперше, що визначає силу тривожності, — у спосіб інтерпретації події. На рівні первинного оцінювання підтримка змінює кут зору, знижуючи суб'єктивне відчуття небезпеки, допомагаючи людині бачити ситуацію не як неконтрольовану загрозу, а як подію, яку можна витримати або подолати. Це не усуває сам стресор, проте робить його менш руйнівним, ніби послаблює його «емоційний тиск».

Не менш значущим є вплив соціальної підтримки на вторинне оцінювання — внутрішній процес, у межах якого людина визначає свої можливості впоратися зі стресом. Підтримка з боку інших підсилює віру в себе, активізує відчуття компетентності та мобілізує власні психологічні ресурси. Коли людина знає, що поруч є ті, хто здатен вислухати, підставити плече чи просто бути поряд, це саме по собі стає потужним джерелом внутрішньої стійкості. Вона починає сприймати себе не як окрему, ізольовану одиницю, а як частину мережі зв'язків, у якій завжди можна знайти опору — і це змінює сам спосіб взаємодії зі стресом. У такому контексті соціальна підтримка не зводиться лише до конкретних дій — порад, допомоги чи співчуття. Її функція значно ширша: вона впливає на когнітивні та емоційні реакції, роблячи їх менш імпульсивними, менш катастрофічними й більш врівноваженими. Людина вчиться інтерпретувати труднощі не як неподоланні перешкоди, а як виклики, з якими можна впоратися за наявності зовнішніх і внутрішніх ресурсів. Таким чином, соціальна підтримка не лише пом'якшує гостроту стресу, а й трансформує сам спосіб переживання реальності. Вона робить реакції людини більш адаптивними, стійкими та менш уразливими до руйнівного впливу тривожності — і саме тому вважається одним із ключових чинників психологічного благополуччя в молодіжному віці.

Для молоді, яка змушена жити в умовах війни, значення соціальної підтримки зростає в рази. Саме в цей період формується здатність до автономної емоційної регуляції, проте молоді люди залишаються надзвичайно залежними від якості соціальних зв'язків. Сучасні українські

емпіричні дані свідчать, що у студентів, які тривалий час перебувають у стані небезпеки, наявність підтримки з боку сім'ї та друзів істотно знижує рівень тривожності та посилює відчуття емоційної стійкості. Особливо важливим виявляється не стільки фактичний обсяг допомоги, скільки суб'єктивне переживання доступності цієї підтримки: відчуття, що поруч є люди, на яких можна покластися, стає ключовим чинником збереження внутрішньої рівноваги. Саме сприйнята підтримка — відчуття безпеки, прийняття та співучасті — виявляється потужним маркером нижчих рівнів тривожності та вищої стресостійкості, перевершуючи за ефективністю будь-які формальні форми допомоги. Таким чином, соціальна підтримка постає не лише як зовнішній ресурс, а й як внутрішній психологічний механізм, що визначає здатність молодшої людини витримувати тривалі стресові впливи та зберігати емоційну цілісність у надзвичайно нестабільних умовах [5,6,9].

Окремий пласт сучасних досліджень акцентує на тому, що соціальна підтримка не лише знижує рівень тривожності, а й виступає важливим посередником, який пояснює, яким саме чином стиль сімейного виховання впливає на психологічний розвиток молодшої людини. Науковці підкреслюють, що зв'язок між сімейним досвідом і тривожністю не є прямим: між ними знаходиться складна система соціальних навичок, довірчих моделей, емоційних очікувань та міжособистісних стратегій, які формуються в ранньому дитинстві й залишаються стійкими протягом усього життя. Саме соціальна підтримка, яку людина здатна отримувати й надавати, стає тим механізмом, що транслює ранній сімейний досвід у дорослу поведінку та емоційну сферу.

У роботах Aldridge & Roesch показано, що діти, які зростали в атмосфері прийняття, поваги та емоційної чутливості, поступово формують внутрішнє відчуття власної значущості та соціальної безпеки [37]. Це відчуття виступає базовим шаблоном для пізніших стосунків: доросла людина з таким досвідом легше вступає у нові соціальні контакти, вміє підтримувати дружні зв'язки й виявляє здатність будувати стосунки,

засновані на взаємності й взаємодовірі. Вона сприймає інших не як джерело небезпеки, а як потенційних союзників, здатних запропонувати підтримку, поради або просто емоційне співпереживання. Завдяки цьому соціальна підтримка стає доступною і функціональною: така людина не лише отримує її більше, але й ефективніше нею користується. Усе це значно знижує ризик розвитку тривожності, адже соціальне оточення виступає постійним стабілізуючим фактором.

Дослідження Grant та колег поглиблює це розуміння, вводячи концепцію своєрідної «соціальної інтуїції». На їхню думку, рання сімейна атмосфера — тепла, підтримувальна або, навпаки, контрольна й емоційно відсторонена — формує внутрішні уявлення про те, кому можна довіряти, як реагувати на чужі емоції, як розпізнавати наміри інших і в який момент варто звернутися по допомогу. У дітей, вихованих у середовищі прийняття, поступово розвивається здатність точно зчитувати соціальні сигнали, бачити у взаємодії не загрозу, а ресурс, природно звертатися за підтримкою та приймати її. Ця «соціальна інтуїція» забезпечує їм адаптивні поведінкові стратегії у стресових ситуаціях: вони рідше ізолюються, частіше шукають контакт, активніше використовують соціальні ресурси для стабілізації емоційного стану й легше відновлюються після стресу [56].

На цьому тлі стає зрозумілим, чому молодь, яка росла в емоційно сприятливому сімейному середовищі, демонструє нижчі рівні тривожності: вона має не лише власну внутрішню опору, але й зовнішню мережу безпечних стосунків. Соціальна підтримка у такому випадку не виникає випадково — вона є прямим продовженням раннього досвіду та функціонує як стабільний ресурс, що активується кожного разу, коли людина стикається з напруженням, невизначеністю або загрозою.

Навпаки, коли дитина зростає в атмосфері жорсткого контролю, критики чи емоційної холодності, формується якісно інша соціальна інтуїція: світ сприймається як непередбачуваний, люди — як потенційне джерело болю чи осуду, а довіра — як ризик. У таких випадках соціальна підтримка в

дорослому житті або недоступна, або не використовується, що значно підвищує тривожність та вразливість до стресу.

Інша ситуація спостерігається тоді, коли виховання супроводжується високим рівнем контролю, критики, відторгнення або емоційної холодності. У таких сім'ях дитина засвоює уявлення про те, що близькі люди можуть бути непередбачуваними, а довіра — небезпечною. Формується внутрішня схема недовіри, яка згодом переноситься на інші соціальні зв'язки: молода людина може уникати глибоких стосунків, боятися проявляти вразливість, або ж очікувати негативної реакції навіть там, де її немає. У результаті знижується здатність як приймати, так і пропонувати соціальну підтримку, а отже — зростає емоційна ізоляція та рівень тривожності. Таким чином, соціальна підтримка виступає не просто зовнішнім фактором, а ключовою ланкою в ланцюжку впливу сімейного досвіду на психічне здоров'я. Саме вона визначає, чи буде молода людина здатною спиратися на інших у моменти напруження й стресу, або ж залишиться сам на сам зі своїми переживаннями, що значно підвищує ризик тривожних реакцій.

Українські дослідження послідовно підтверджують виявлені закономірності. Зокрема, встановлено, що молодь, яка не відчуває достатньої підтримки з боку батьків чи соціального оточення, демонструє значно вищі показники тривожності — як ситуативної, так і особистісної. Інші емпіричні дані свідчать, що низький рівень підтримки з боку друзів та родини негативно позначається не лише на емоційному стані молодих людей, але й на їхній академічній та соціальній адаптації, що опосередковано підсилює тривожні прояви.

Результати останніх років виразно демонструють, що підтримка — як сімейна, так і міжособистісна — стає одним із ключових чинників психічної стабільності молоді. Показано, що соціальна підтримка значно знижує рівень тривожності студентів, які проживають у регіонах підвищеного ризику, а наявність стабільних соціальних зв'язків — друзів, партнерів, наставників — формує відчуття безпеки і пом'якшує інтенсивність страху. Також

встановлено, що молоді люди, які мають хоча б одну значущу фігуру, на яку можуть емоційно опертися, демонструють нижчі рівні тривожності навіть у найбільш кризових ситуаціях.

Додаткові дослідження підкреслюють, що дефіцит підтримки та емоційної залученості з боку родини і друзів прямо пов'язаний із високими показниками тривожності, емоційної втоми й соціальної дезадаптації. Таким чином, сучасна українська емпірична база переконливо підтверджує: саме соціальна підтримка відіграє роль «емоційного амортизатора», який дозволяє молоді переживати воєнні події менш травматично та зберігати внутрішню стійкість попри тривалі стресові впливи [21,22,23,24].

Узагальнюючи, соціальна підтримка постає як ключовий ресурс психоемоційної стабільності молоді та водночас — як центральний медіатор у взаємозв'язку між сімейним вихованням і тривожністю. Міжнародні та українські дослідження переконливо свідчать: якість соціальних зв'язків визначає чутливість молоді до стресу, впливає на спосіб оцінки загрози і формує здатність до саморегуляції. В умовах війни соціальна підтримка набуває статусу критичного захисного фактора, здатного компенсувати дію зовнішніх загроз і внутрішніх емоційних труднощів. Саме тому її розгляд у структурі дослідження є необхідним для цілісного розуміння механізмів формування тривожності молоді.

Висновок до 1 розділу

Тривожність молодої людини постає не як окреме переживання чи випадковий емоційний спалах, а як складний багаторівневий процес, у якому переплітаються особистісні особливості, сімейний досвід та соціальні умови. У молодіжному віці ця структура стає особливо вразливою: саме в цей період формується ідентичність, вибудовується автономія, відбувається перехід до дорослого життя, і кожен із цих кроків супроводжується природною невизначеністю. Для української молоді ця невизначеність накладається на хронічний стрес війни, економічні зміни, інформаційне перенавантаження,

що постійно підсилює внутрішню напругу. Емпіричні дані показують: у таких умовах набувають сили ті механізми тривожності, про які говорять когнітивні, поведінкові та транзакційні теорії — схильність до катастрофізації, гіперпильність, уникання, емоційне виснаження.

Втім, формування цього емоційного ґрунту починається значно раніше — у сімейній системі. Стиль виховання визначає, як саме дитина вчитиметься розуміти свої почуття, регулювати їх, реагувати на труднощі й шукати підтримки. Ті, хто виростав у атмосфері прийняття, довіри й підтримки автономії, зазвичай мають гнучкіші механізми саморегуляції та меншу вразливість до тривожності. А досвід авторитарності, гіперопіки чи емоційної дистанції формує внутрішній світ, сповнений сумнівів, залежності та страху. Українські дослідження підтверджують: у воєнних реаліях ці сімейні патерни лише загострюються. Батьківська гіперопіка чи надмірний контроль, навіть коли вони продиктовані любов'ю та бажанням уберегти, нерідко посилюють тривожність молоді людини, адже підсилюють почуття власної безпорадності.

Водночас соціальна підтримка — як родинна, так і дружня чи інституційна — здатна істотно змінити спосіб, у який молодь переживає стрес. Вона працює як емоційний амортизатор: знижує сприйняття небезпеки, підсилює відчуття контролю, допомагає утриматися в ресурсному стані навіть тоді, коли зовнішні умови залишаються важкими. Молоді люди, які мають коло значущих контактів, демонструють нижчі рівні тривожності, тоді як соціальна ізоляція або відсутність підтримки підсилюють емоційну вразливість. Важливо й те, що соціальна підтримка виступає ключовою ланкою між досвідом виховання та психічним благополуччям: ті, хто виріс у програмі довіри й прийняття, частіше вміють будувати стійкі соціальні зв'язки і отримувати від них емоційну опору.

Усе це дозволяє побачити тривожність молоді як результат взаємодії трьох масштабних площин: внутрішньої (когнітивні й емоційні процеси), сімейної (стиль виховання, моделі прив'язаності) та соціальної (рівень

підтримки, реалії війни, масштаб зовнішніх загроз). Лише врахування всіх цих рівнів разом дає можливість зрозуміти природу тривожності сучасної української молоді й вибудувати адекватні підходи до її дослідження та психологічної підтримки в реальних умовах сьогодення.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Процедура проведення дослідження, характеристика вибірки та гіпотези дослідження

Емпіричне дослідження було спрямоване на перевірку теоретичних положень щодо ролі стилів сімейного виховання та соціальної підтримки в розвитку тривожності молоді, оскільки саме в студентському віці ці фактори проявляються найбільш чутливо та мають довготривалі наслідки для емоційної регуляції й психологічної стійкості. З огляду на зростання рівня тривожності в умовах сучасних соціальних викликів, особливо важливим є вивчення того, яким чином внутрішньосімейні моделі взаємодії поєднуються зі здатністю молодої людини спиратися на соціальну підтримку та як ці чинники спільно впливають на її емоційне благополуччя. Саме тому було організовано емпіричний етап роботи, який дозволяє не лише описати закономірності між ключовими психологічними змінними, а й оцінити можливу медіаційну роль соціальної підтримки у взаємозв'язку стилів виховання з проявами тривожності.

Опитування здійснювалося за допомогою онлайн-анкети Google Forms, яка містила інструкцію, інформацію про мету дослідження та блок із трьома психодіагностичними інструментами: ACB, MSPSS та STAI. Заповнені відповіді автоматично зберігалися в захищеному форматі та були експортовані до SPSS 26.0 для подальшої обробки. Дистанційний формат дозволив мінімізувати вплив зовнішніх факторів, забезпечити добровільність участі та створити комфортні умови для респондентів.

Емпіричну вибірку становили 50 респондентів віком від 18 до 21 року, які навчаються на 2 курсі закладів вищої освіти м. Одеси та перебувають на етапі ранньої дорослості — періоді, що вирізняється інтенсивним розвитком особистісної автономії, формуванням професійної ідентичності та зростанням емоційної чутливості до соціальних впливів. До дослідження

були залучені представники обох статей, що дозволило забезпечити базову гендерну варіативність у межах зручної вибірки. Збір соціально-демографічних відомостей здійснювався за допомогою короткої анкети, яка включала питання про стать, вік, курс навчання та тип населеного пункту проживання. Незважаючи на використання зручної вибірки, її склад достатньою мірою відображає характеристики студентської молоді одеського регіону, що робить отримані результати релевантними для цієї вікової та освітньої групи.

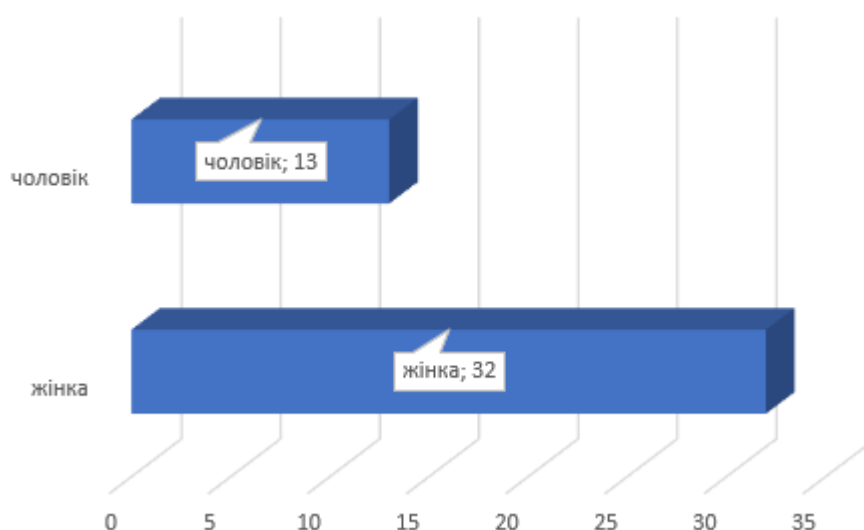


Рисунок 2.1. Розподіл респондентів по статі

Гендерний склад вибірки (рис. 2.1) характеризується переважанням жінок: із загальної кількості 45 респондентів 32 (71,1%) особи становили жінки, що відображає типову для гуманітарних і соціальних спеціальностей тенденцію до більшої жіночої залученості. Чоловіків було 13 (28,9%) осіб, що забезпечує наявність мінімальної гендерної варіативності, проте не змінює загального дисбалансу у співвідношенні статей. Така структура вибірки є характерною для студентського середовища, особливо в напрямках, пов'язаних із психологією та соціальними науками, і дозволяє адекватно інтерпретувати результати в контексті домінуючої жіночої репрезентації.

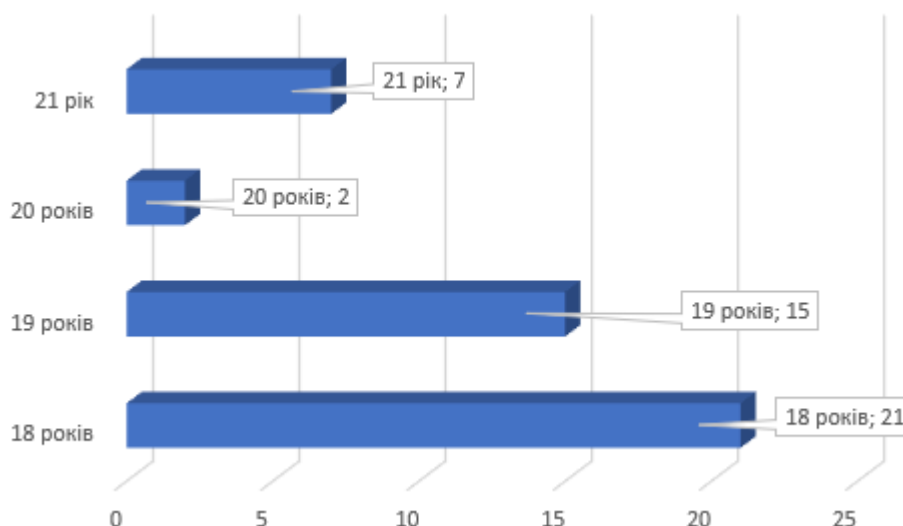


Рисунок 2.2. Розподіл респондентів по віку

Вікова структура вибірки (рис. 2.2) виявилася досить однорідною та відповідає типовим характеристикам студентської молоді. Найбільшу групу становили респонденти віком 18 років — 46,7% вибірки, що відображає переважну присутність першокурсників і студентів раннього юнацького віку. Значну частку також склали учасники 19 років (33,3%). Менш чисельними виявилися студенти віком 20 років (4,4%) та 21 року (15,6%), однак їхня присутність забезпечує певну вікову варіативність у межах вибірки. Загалом отриманий розподіл свідчить про домінування молодших студентів, що є характерним для досліджень, спрямованих на вивчення тривожності та соціальної підтримки в період ранньої дорослості.

У межах дослідження було висунуто такі гіпотези:

1. Стилi сімейного виховання пов'язані з рівнем тривожності молоді: негативні стилі (відторгнення, надмірний контроль, симбіоз) асоціюються з підвищеними показниками тривожності стану та риси.
2. Соціальна підтримка має зворотний зв'язок із тривожністю: вищий рівень сприйманої підтримки відповідає нижчим показникам тривожності.
3. Стилi сімейного виховання пов'язані з рівнем соціальної підтримки: емоційно сприятливі стилі виховання асоціюються з більшою

доступністю соціальної підтримки, тоді як дисфункційні стилі — з її зниженням.

4. Соціальна підтримка виконує медіаторну функцію, опосередковуючи вплив стилів виховання на рівень тривожності молоді (непрямий ефект $a*b$ є статистично значущим).

Таким чином, узагальнена гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що соціальна підтримка частково або повністю медіює зв'язок між стилями сімейного виховання та тривожністю молоді.

2.2. Психодіагностичні методики та їх психометричне обґрунтування. Методи статистичної обробки даних

Для досягнення мети дослідження та перевірки висунутих гіпотез було використано комплекс психодіагностичних інструментів, які дозволяють всебічно оцінити особливості сімейного виховання, рівень соціальної підтримки та показники тривожності молоді. Обрані методики мають підтверджену валідність і надійність, широко застосовуються у сучасних психологічних дослідженнях та забезпечують можливість отримання кількісних даних, придатних для подальшого статистичного аналізу. Відповідність психометричних характеристик інструментів вимогам дослідження створює надійне підґрунтя для інтерпретації результатів і проведення медіаційного аналізу, що дозволяє виявити прямі й опосередковані взаємозв'язки між досліджуваними конструктами.

Методика «Аналіз сімейного виховання» (АСВ) використовується для всебічного дослідження особливостей батьківсько-дитячої взаємодії та тих патернів виховання, що впливають на формування емоційної сфери та стилів реагування молодшої людини у дорослому віці. АСВ належить до інструментів, які дозволяють оцінити не лише поведінкові прояви виховання, а насамперед — якість емоційного контакту між батьками та дитиною, що має принципове значення для розуміння подальших особистісних характеристик, включно з рівнем тривожності.

Концептуально методика охоплює три ключові виміри:

1. Прийняття – відторгнення. Ця шкала відображає ступінь емоційної підтримки, теплоти, довіри та безумовного прийняття з боку батьків. Високі показники свідчать про безпечний, ресурсний характер взаємодії, тоді як низькі — про критику, дистанцію, емоційну холодність або відчуття небажаності для дитини. Дослідження показують, що саме цей параметр має найбільший вплив на розвиток впевненості, самооцінки та базового почуття безпеки, які є протекторними чинниками щодо тривожності.

2. Симбіоз. Цей компонент описує надмірну включеність батьків у життя дитини, схильність до злиття, контролювання кожного аспекту її активності й емоцій. Симбіотичні стосунки можуть перешкоджати розвитку автономії, формуванню внутрішніх меж і здатності самостійно регулювати емоційні стани. У дорослому віці це нерідко проявляється як підвищена залежність від думки інших і схильність до тривожних реакцій у ситуаціях неопределеності.

3. Контроль / авторитарна гіперсоціалізація. Шкала оцінює рівень директивності, жорсткості правил, вимогливості й орієнтації на зовнішню дисципліну. Надмірний контроль може сприяти формуванню підвищеної тривожності через постійне очікування оцінювання, страх помилитися, а також брак можливостей для самостійного прийняття рішень. Разом з тим помірний контроль має адаптивну функцію, забезпечуючи структурованість і підтримку в дитячому віці.

Психометричні властивості методики АСВ підтверджені численними дослідженнями, які демонструють стабільність тривимірної факторної структури та прийнятну внутрішню узгодженість шкал. Методика широко використовується у дослідженнях сімейної динаміки, емоційного розвитку, дитячо-батьківських стосунків і корекційної практики, оскільки дозволяє виявити потужні довготривалі впливи виховання на формування психологічних особливостей особистості.

В контексті цього дослідження АСВ є особливо цінною, оскільки саме стилі виховання можуть визначати базові патерни переживання безпеки, підтримки та автономії — чинники, тісно пов'язані зі схильністю молоді до підвищеної тривожності та залежністю від соціальних ресурсів.

Шкала багатовимірної соціальної підтримки (MSPSS), розроблена G. Zimet та співавторами, є однією з найпоширеніших і найвалідніших методик для оцінювання суб'єктивно сприйманого рівня соціальної підтримки. Її ключова перевага полягає в тому, що вона вимірює не фактичну кількість соціальних контактів, а внутрішнє відчуття доступності та надійності підтримки, що має вирішальне значення для психологічного благополуччя та емоційної стійкості.

MSPSS охоплює три основні джерела підтримки, які мають різний психологічний зміст та впливають на різні аспекти переживання безпеки:

1. Підтримка з боку сім'ї. Відображає ступінь емоційної близькості, довіри, взаєморозуміння та готовності членів родини надавати допомогу. Саме цей ресурс часто компенсує наслідки нестабільних або дисфункційних стилів виховання.

2. Підтримка з боку друзів. Характеризує якість соціальних зв'язків поза родиною, що особливо важливо у молодіжному віці, коли однолітки стають ключовими фігурами соціальної ідентифікації та емоційної регуляції.

3. Підтримка з боку значущої особи. Відображає ресурс партнерських або інших емоційно насичених стосунків, де очікується підвищена чутливість до потреб, емоційна стабільність та підтримувальна поведінка.

Кожна підшкала дає змогу оцінити не тільки обсяг, а й якість підтримки — наскільки респондент справді відчуває себе не самотнім, почутим, емоційно захищеним. Загальний показник відображає інтегративний рівень соціальних ресурсів особистості.

Психометричні властивості MSPSS є одним з головних аргументів на користь її використання в наукових дослідженнях. Шкала демонструє дуже

високу внутрішню узгодженість: у більшості вибірок значення Cronbach's α становить 0,85–0,95, що свідчить про надійність і стійкість вимірювання. Структурна модель інструменту підтверджена у численних культурних контекстах (понад 30 країн), зокрема на вибірках студентської молоді. Факторний аналіз стабільно виділяє трикомпонентну структуру, що відповідає оригінальній концепції.

Методика чутлива до змін рівня тривожності, депресивності, соціального стресу та інших психологічних станів, тому широко застосовується у клінічній, консультативній та освітній психології. У молодіжних вибірках MSPSS є одним із найкращих індикаторів соціального ресурсу, здатного пом'якшувати негативний вплив сімейних дисфункцій та високої емоційної напруги.

У контексті даного дослідження MSPSS має особливе значення, оскільки дозволяє оцінити медіаційну роль соціальної підтримки між стилями сімейного виховання та тривожністю молоді. Саме суб'єктивне відчуття надійності соціального оточення потенційно здатне зменшувати тривожність, навіть якщо виховання було недостатньо підтримувальним чи надмірно контролювальним.

Шкала тривожності Спілбергера – Ханіна (STAI) є однією з найавторитетніших методик для оцінювання емоційної напруги та стійких особистісних схильностей до тривожності. Вона дозволяє диференціювати ситуативні переживання, зумовлені конкретними життєвими обставинами, від глибинних емоційних тенденцій, які формуються протягом життя та залишаються відносно стабільними. Застосування STAI дає змогу отримати комплексну характеристику тривожності, що є особливо важливим у дослідженні молоді, де поєднуються високі навантаження, соціальна невизначеність та формування індивідуальних стратегій емоційної регуляції.

Концептуально методика охоплює два ключові виміри:

1. Тривожність-стан (State Anxiety, STAI-S). Цей компонент вимірює поточний емоційний стан респондента, який формується під впливом

ситуаційних стресорів. Показники відображають рівень психофізіологічної напруги, відчуття загрози, тривоги, занепокоєння та емоційної нестабільності в конкретний момент. Тривожність-стан є динамічною і здатна швидко змінюватися залежно від обставин, тому виступає важливим індикатором ситуативної вразливості та реактивності. Високі значення свідчать про напруження «тут і зараз», що може бути пов'язане як із зовнішніми подіями, так і з актуальними внутрішніми переживаннями.

2. Тривожність-риса (Trait Anxiety, STAI-T). Ця шкала оцінює стійку індивідуальну схильність до переживання тривоги, яка не залежить від поточної ситуації. Вона відображає загальну емоційну вразливість, негативні очікування, схильність інтерпретувати нейтральні події як загрозові та тривалі патерни внутрішньої напруженості. Тривожність-риса вважається стабільною характеристикою особистості та є предиктором широкого спектра емоційних реакцій у різних життєвих умовах. Високі показники STAI-T асоціюються з підвищеною чутливістю до стресу, домінуванням тривожних думок і труднощами у регуляції емоцій.

Психометричні дослідження свідчать про високу надійність та валідність шкали STAI. Значення внутрішньої узгодженості (Cronbach's α) у більшості вибірок перевищує 0,85, а факторна структура двох компонентів стабільно підтверджується у різних культурах, у тому числі в адаптації Ханіна. Завдяки цьому методика широко застосовується в академічних дослідженнях, клінічній практиці та психологічному консультуванні.

У контексті даної роботи STAI є ключовим інструментом, оскільки дозволяє оцінити як ситуативну реактивність молоді, так і їхню стійку емоційну схильність до тривожності. Це створює можливість дослідити, яким чином стилі сімейного виховання та рівень соціальної підтримки пов'язані як із моментальними проявами напруги, так і з глибинними емоційними патернами.

Статистичну обробку емпіричних результатів було здійснено за допомогою пакету SPSS 26.0. На першому етапі проведено описову

статистику, що охоплювала розрахунок середніх значень, медіани, стандартного відхилення, мінімальних і максимальних показників, а також аналіз асиметрії та ексцесу для оцінки характеру розподілу досліджуваних змінних. Це дозволило визначити загальні тенденції у вибірці та оцінити варіативність результатів.

Для перевірки взаємозв'язків між стилями сімейного виховання, соціальною підтримкою та показниками тривожності було застосовано кореляційний аналіз Пірсона. Даний метод є оптимальним для кількісних шкал та дозволяє встановити силу й напрямок лінійних зв'язків між змінними, що є необхідним на етапі перевірки першочергових гіпотез.

З метою виявлення опосередкованих ефектів соціальної підтримки у взаємозв'язку між стилями виховання та тривожністю було проведено медіаційний аналіз із використанням макроса PROCESS (модель 4). Такий підхід дає змогу оцінити прямий та непрямий ефекти незалежної змінної на залежну через медіатор. Оскільки розподіли психологічних показників можуть відхилятися від нормального, для підвищення точності оцінок непрямих ефектів використовувався бутстрепінг із 5000 повторів, що забезпечує надійність довірчих інтервалів та знижує імовірність помилки першого роду.

Усі статистичні критерії інтерпретувалися на рівні значущості $p < 0,05$, що відповідає стандартам психологічних досліджень. Така комбінація дескриптивних, кореляційних та медіаційних методів дозволяє комплексно оцінити структуру взаємозв'язків між досліджуваними конструктами та перевірити запропоновану теоретичну модель.

Таким чином, обраний комплекс психодіагностичних методик забезпечує всебічне та надійне вимірювання ключових конструктів дослідження — стилів сімейного виховання, рівня соціальної підтримки та показників ситуативної й особистісної тривожності. Психометричні характеристики інструментів підтверджують їх валідність і достовірність, що створює підґрунтя для коректного емпіричного аналізу. Застосовані

статистичні методи — описова статистика, кореляційний аналіз та медіаційне моделювання з використанням бутстрепінгу — дозволяють не лише визначити прямі зв'язки між змінними, а й оцінити опосередковану роль соціальної підтримки у впливі стилів виховання на тривожність молоді. Сукупність методик і статистичних процедур забезпечує можливість комплексного та теоретично обґрунтованого аналізу емпіричних результатів у межах запропонованої моделі дослідження.

Висновок до 2 розділу

У другому розділі було детально обґрунтовано методологічні засади емпіричного дослідження, що охоплюють процедуру збору даних, характеристику вибірки та формулювання гіпотез. Представлена вибірка студентської молоді дозволяє досліджувати взаємозв'язки між особливостями сімейного виховання, рівнем соціальної підтримки та тривожністю у період ранньої дорослості — віковому проміжку, який характеризується підвищеною чутливістю до соціальних впливів та активним формуванням емоційної саморегуляції. Чітке визначення гіпотез створює структурне підґрунтя для подальшого аналізу й забезпечує логіку побудови емпіричної моделі.

Комплекс психодіагностичних методик, використаних у дослідженні, забезпечує надійне вимірювання ключових конструктів. Методика АСВ дозволяє оцінити базові патерни сімейного виховання, MSPSS — суб'єктивну доступність соціальної підтримки, а STAI — як ситуативні прояви тривожності, так і її стабільні особистісні характеристики. Психометричні дані цих інструментів підтверджують їх валідність і внутрішню узгодженість, що гарантує достовірність отриманих результатів та можливість коректного статистичного аналізу. Такий набір методик є оптимальним для перевірки медіаційної моделі, у якій соціальна підтримка розглядається як ключовий механізм послаблення впливу стилів виховання на емоційний стан молоді.

У межах розділу також було окреслено методи статистичної обробки, що забезпечують комплексний аналіз зібраних даних. Описова статистика дозволяє сформулювати загальне уявлення про вибірку та варіативність показників, кореляційний аналіз — виявити міжзмінні зв'язки, а медіаційне моделювання з бутстрепінгом — оцінити опосередкований вплив соціальної підтримки. Використання цих методів забезпечує необхідну глибину аналізу та наукову обґрунтованість отриманих висновків. Таким чином, розділ 2 формує цілісний та достовірний методичний фундамент, на якому ґрунтується подальша інтерпретація результатів емпіричного дослідження у розділі 3.

РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СТИЛІВ ВИХОВАННЯ, СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ ТА ТРИВОЖНОСТІ МОЛОДІ

3.1. Описові статистики за шкалами ACB, MSPSS та STAI

На початковому етапі аналізу емпіричних даних було проведено описову статистику для всіх застосованих методик — ACB, MSPSS та STAI. Описові показники дозволяють сформулювати загальне уявлення про розподіл результатів у вибірці, виявити характерні тенденції, визначити варіативність показників та окреслити їх типові й крайні значення. Саме на цьому етапі стає можливим оцінити, які стилі сімейного виховання є більш або менш вираженими серед молоді, який рівень соціальної підтримки вона відчуває, а також яким є середній рівень ситуативної та особистісної тривожності.

Розрахунок середніх значень, медіан, стандартних відхилень, мінімальних і максимальних показників, а також аналіз асиметрії та ексцесу створюють підґрунтя для подальших кореляційних і медіаційних процедур. Описова статистика не лише формує цілісну картину емпіричних даних, а й дозволяє перевірити відповідність розподілів вимогам параметричних методів, що є важливим для коректного застосування наступних аналітичних технік. Представлені нижче результати забезпечують базовий зріз досліджуваних психологічних конструктів і виступають відправною точкою для глибшого аналізу структури взаємозв'язків між ними.

Таблиця 3.1

Описові статистики за шкалами методики ACB

	min	max	Середнє	σ	Асиметрія		Ексцес	
шкала "прийняття- відторгнення"	15,63	65,63	31,3918	10,92673	1,577	0,354	2,646	0,695
шкала "образ соціально бажаної поведінки"	50,00	100,00	85,8333	15,90097	-1,195	0,354	0,577	0,695

	min	max	Середнє	σ	Асиметрія		Ексцес	
шкала "симбіоз"	14,29	100,00	51,7458	18,09196	0,485	0,354	0,249	0,695
шкала "авторитарна гіперсоціалізація"	0,00	57,14	28,5724	16,40031	0,283	0,354	- 0,727	0,695
шкала "маленький невдаха"	0,00	75,00	19,1667	15,21624	1,303	0,354	3,098	0,695

Аналіз описових статистичних показників дозволив окреслити загальну структуру вираженості стилів сімейного виховання серед молодих респондентів (табл. 3.1). За шкалою «прийняття–відторгнення» середнє значення становить $M = 31,39$ при широкому діапазоні від 15,63 до 65,63, що вказує на суттєву варіативність досвіду емоційної підтримки з боку батьків. Високе значення асиметрії ($Sk = 1,577$) та ексцесу ($K = 2,646$) свідчить про правостороннє зміщення розподілу та наявність групи респондентів із дуже високим рівнем відчуття відторгнення чи емоційної відстороненості в сім'ї.

За шкалою «образ соціально бажаної поведінки» середній показник є високим ($M = 85,83$), що відображає загальну тенденцію до конформності та орієнтації на соціальні очікування у вихованні. Негативна асиметрія ($Sk = -1,195$) вказує на зсув у бік високих значень, що узгоджується з характером вибірки. Ексцес ($K = 0,577$) помірний, розподіл близький до платікуртичного.

Шкала «симбіоз» демонструє середній рівень вираженості симбіотичного стилю ($M = 51,75$), при значній варіативності ($SD = 18,09$). Асиметрія є позитивною ($Sk = 0,485$), а ексцес близьким до нуля ($K = 0,249$), що свідчить про відносно нормальний розподіл із легким зсувом у бік більш високих значень.

Шкала «авторитарна гіперсоціалізація» має середнє $M = 28,57$ із широкими коливаннями значень (0–57,14). Асиметрія ($Sk = 0,283$) незначна, що вказує на майже симетричний розподіл, тоді як ексцес ($K = -0,727$) є негативним, свідчаючи про відносно «сплощення» розподілу.

Шкала «маленький невдаха», яка відображає схильність батьків до знецінення можливостей дитини, демонструє середнє $M = 19,17$, але має суттєво правобічну асиметрію ($Sk = 1,303$) та високий ексцес ($K = 3,098$). Це вказує на те, що більшість респондентів повідомляють про низьку частоту таких проявів, проте існує невелика група, яка зазнавала їх у значно вищому ступені.

Загалом описові статистики підтверджують, що стилі виховання у вибірці є неоднорідними, а деякі з них формують асиметричні розподіли з важкими «хвостами», що важливо враховувати під час подальших кореляційних та медіаційних аналізів.

Таблиця 3.2

Розподіл рівнів за шкалою «прийняття–відторгнення»

	Частота	Відсотки
низький рівень	20	44,4
середній рівень	13	28,9
високий рівень	12	26,7
Всього	45	100,0

Аналіз розподілу респондентів за рівнями шкали «прийняття–відторгнення» засвідчує суттєву неоднорідність їхнього досвіду взаємодії з батьками (табл. 3.2). Найчисленнішу групу становлять учасники з низьким рівнем відторгнення / високим рівнем прийняття (44,4 %), що свідчить про наявність позитивного емоційного клімату в сім'ї, теплих взаємин і підтримувального стилю виховання. Водночас 28,9 % респондентів демонструють середній рівень, який може вказувати на амбівалентність досвіду: поєднання епізодів підтримки з періодами емоційної дистанції або непослідовності.

Значущою є також частка респондентів із високим рівнем відторгнення — 26,7 %, тобто більше ніж кожен четвертий учасник. Це свідчить про поширеність досвіду емоційної холодності, критики або недостатньої

підтримки з боку батьківської фігури, що потенційно може бути пов'язано з підвищеним ризиком тривожних і дистресових реакцій у молодому віці.

Таким чином, отримані дані демонструють, що хоча майже половина вибірки мала емоційно сприятливе виховання, близько третини респондентів характеризуються помірними, а понад чверть — високими показниками відторгнення, що є важливим контекстом для подальшого аналізу зв'язків між стилями виховання, соціальною підтримкою та тривожністю.

Таблиця 3.3

Розподіл рівнів за шкалою «образ соціально бажаної поведінки»

	Частота	Відсотки
низький рівень	12	26,7
середній рівень	16	35,6
високий рівень	17	37,8
Всього	45	100,0

Розподіл респондентів за рівнями шкали «образ соціально бажаної поведінки» демонструє переважання тенденції до конформності та орієнтації на соціальні очікування в сімейному вихованні (табл. 3.3). Найбільшу частку становлять учасники з високим рівнем — 37,8 %, що свідчить про значну вираженість вимог до нормативної, «правильної» поведінки, підкресленої батьківським акцентом на правилах, етикеті, соціальному схваленні та відповідності очікуванням дорослих.

35,6 % респондентів отримали середній рівень, що може відображати збалансований стиль виховання, у якому настанови щодо соціальної бажаності присутні, але не домінують. Такий результат може вказувати на гнучкішу, менш директивну модель взаємодії, де соціальні норми поєднані з простором для індивідуальної автономії.

Найменшою є група з низьким рівнем — 26,7 %, що свідчить про відносно невисоку орієнтацію сімей на формування жорстких соціальних рамок. Для цих респондентів можна припустити більш ліберальний стиль

виховання, у якому наголос робиться не стільки на зовнішній відповідності, скільки на внутрішній мотивації та самовираженні.

Загалом дані показують, що для значної частини молоді характерним був досить виражений акцент батьків на соціально схвальній поведінці. Це може мати важливе значення для подальшого аналізу, оскільки надмірна нормативність у вихованні іноді асоціюється з підвищеною тривожністю, залежністю від зовнішнього оцінювання та схильністю до перфекціонізму.

Таблиця 3.4

Розподіл рівнів за шкалою «симбіоз»

	Частота	Відсотки
низький рівень	22	48,9
середній рівень	19	42,2
високий рівень	4	8,9
Всього	45	100,0

Розподіл респондентів за рівнями шкали «симбіоз» демонструє переважну орієнтацію сімейного виховання на підтримку автономії та особистісних меж дитини (табл. 3.4). Майже половина вибірки (48,9 %) має низький рівень симбіозу, що свідчить про мінімальну схильність батьків до надмірного включення в життя дитини, контролювання її емоцій та рішень або створення надмірної залежності у стосунках. Такий стиль виховання зазвичай вважається більш адаптивним, оскільки сприяє розвитку самостійності, впевненості та здатності до саморегуляції.

Ще 42,2 % демонструють середній рівень симбіозу, що може відображати змішаний або гнучкий стиль взаємодії, у межах якого батьки поєднують елементи турботливого залучення з наданням автономії. Для цієї групи характерною може бути варіативність поведінки батьків залежно від контексту — більша включеність у стресових ситуаціях та більша свобода у звичних умовах.

Лише 8,9 % респондентів належать до групи з високим рівнем симбіозу, що свідчить про відносно невелику частку осіб, які переживали надмірно злиті, контролюючі або залежні стосунки в сім'ї. Високий симбіоз може бути потенційним фактором ризику розвитку тривожності, оскільки обмежує формування особистісної автономії та здатності справлятися з новими ситуаціями самотійно.

Загалом отримані результати свідчать про те, що для більшості молоді характерним є або низький, або помірний рівень симбіотичних проявів у сімейному вихованні, тоді як виражені симбіотичні патерни зустрічаються порівняно рідко.

Таблиця 3.5

Розподіл рівнів за шкалою «авторитарна гіперсоціалізація»

	Частота	Відсотки
низький рівень	17	37,8
середній рівень	22	48,9
високий рівень	6	13,3
Всього	45	100,0

Результати розподілу за шкалою «авторитарна гіперсоціалізація» свідчать про переважання у вибірці помірного рівня директивності та контролю з боку батьків (табл. 3.5). Найбільшу групу становлять респонденти із середнім рівнем — 48,9 %, що вказує на поширеність виховних практик, у яких батьки очікують дотримання правил та норм поведінки, однак не застосовують жорстких або надмірно санкціонуючих методів впливу. Такий стиль виховання може поєднувати структурованість із певною гнучкістю та розумінням індивідуальних потреб дитини.

Близько третини вибірки (37,8 %) мають низький рівень авторитарності, що характеризує ліберальніший стиль виховання, орієнтований на самотійність, партнерські стосунки та мінімальне

використання директивних вимог. Для цих респондентів менш імовірним є досвід надмірного контролю або жорстких обмежень у дитинстві.

Лише 13,3 % учасників продемонстрували високий рівень авторитарної гіперсоціалізації, що свідчить про відносно невелику, але важливу групу, яка зазнавала інтенсивного контролю, високої вимогливості, дисциплінарних приписів і жорсткої регламентації поведінки. Такий стиль виховання є потенційним чинником формування підвищеної тривожності, зокрема через акцент на зовнішньому оцінюванні та страх помилки.

У цілому результати демонструють, що для більшості молоді авторитарний контроль у сімейному вихованні був або помірним, або низьким, тоді як високі значення зустрічаються порівняно рідко, що важливо враховувати під час аналізу зв'язків між виховними практиками та емоційним функціонуванням.

Таблиця 3.6

Розподіл рівнів за шкалою «маленький невдаха»

	Частота	Відсотки
низький рівень	24	53,3
середній рівень	15	33,3
високий рівень	6	13,3
Всього	45	100,0

Розподіл респондентів за шкалою «маленький невдаха» вказує на те, що для більшості молоді цей виховний патерн був виражений слабо (табл. 3.6). Найчисленнішу групу становлять учасники з низьким рівнем — 53,3 %, що свідчить про відсутність регулярних випадків знецінення, постійної критики чи підкреслення неуспішності з боку батьків. У таких сім'ях, імовірно, переважало більш приймаюче й підтримувальне ставлення, орієнтоване на розвиток компетентності та впевненості дитини.

Близько третини вибірки (33,3 %) мають середній рівень, що може відображати досвід епізодичних або контекстуальних проявів знецінення, які

не становили домінуючої рису виховання, але все ж залишали певний емоційний слід. Для цієї групи характерним може бути амбівалентний досвід — поєднання підтримки з періодами підвищених вимог чи критики.

Лише 13,3 % респондентів продемонстрували високий рівень за цією шкалою, що свідчить про наявність невеликої, але важливої групи, яка зростала в умовах стабільно критичного, знецінювального або порівняльного стилю виховання. Такий досвід потенційно пов'язаний із формуванням низької самооцінки, підвищеної чутливості до невдач та схильності до тривожних реакцій у дорослому віці.

Загалом дані показують, що патерн «маленький невдаха» характерний для меншості респондентів, тоді як у більшості учасників домінував конструктивніший і підтримувальний стиль взаємодії з батьками, що має важливе значення для розуміння подальших емоційних і регулятивних процесів.

Таким чином, результати методики АСВ засвідчують неоднорідність досвіду сімейного виховання серед молоді та виражені індивідуальні відмінності у ключових параметрах батьківсько-дитячої взаємодії. Найбільш поширеними виявилися сприятливі стилі — низькі рівні симбіозу та патерну «маленький невдаха», що свідчить про достатню підтримку автономії та відсутність систематичного знецінення в сімейних стосунках. Водночас значна частка респондентів демонструє середні та високі рівні таких характеристик, як прийняття—відторгнення та образ соціально бажаної поведінки, що вказує на наявність у частини молоді досвіду емоційної дистанції, підвищеної нормативності та акценту на поведінкову відповідність очікуванням. Для меншої, але психологічно значущої групи характерним є високий рівень авторитарної гіперсоціалізації або симбіозу, які можуть виступати потенційними факторами ризику щодо формування тривожних тенденцій. Сукупність отриманих даних створює цілісне уявлення про різноплановість сімейних впливів та формує важливий контекст для

подальшого аналізу взаємозв'язків між стилями виховання, соціальною підтримкою та рівнем тривожності молоді.

Таблиця 3.7

Описові статистики для шкал ситуативної та особистісної тривожності (STAI)

	min	max	Середнє	σ	Асиметрія		Ексцес	
ситуативна тривожність	25	67	47,53	10,472	0,023	0,354	-0,607	0,695
особистісна тривожність	20	71	46,02	10,650	-0,154	0,354	0,190	0,695

Аналіз показників STAI засвідчує досить високий рівень тривожності у вибірці молоді, що узгоджується з віковими особливостями та соціальним контекстом навчання (табл. 3.7).

Середнє значення ситуативної тривожності становить $M = 47,53$ при діапазоні від 25 до 67 балів, що свідчить про помірно підвищений рівень актуального напруження серед учасників дослідження. Стандартне відхилення ($SD = 10,47$) вказує на суттєву варіативність переживань тривоги у конкретних ситуаціях. Показники асиметрії ($Sk = 0,023$) та ексцесу ($K = -0,607$) близькі до норми, що свідчить про приблизно симетричний розподіл і відсутність виражених перекосів: як дуже низькі, так і дуже високі значення трапляються порівняно рівномірно. Це означає, що ситуативна тривожність у вибірці є статистично стабільною і репрезентує широкий спектр актуальних емоційних станів.

Середнє значення особистісної тривожності становить $M = 46,02$, при мінімумі 20 та максимумі 71 бал, що вказує на помірний рівень стабільної тривожної схильності у респондентів. Стандартне відхилення ($SD = 10,65$) свідчить про значну індивідуальну варіативність. Негативна асиметрія ($Sk = -0,154$) означає незначний зсув у бік вищих значень, хоча розподіл залишається близьким до симетричного. Ексцес ($K = 0,190$) також близький до нуля, що дозволяє говорити про нормальний розподіл показників у межах вибірки.

Загалом обидві шкали STAI демонструють порівняно високі середні показники тривожності, що може відображати як особистісні особливості молоді, так і стресогенний характер навчального та соціального середовища. Такі дані є важливими для подальшого встановлення зв'язків між тривожністю, стилями виховання та рівнем соціальної підтримки.

Аналіз рівнів ситуативної тривожності засвідчує, що у вибірці переважають підвищені емоційні реакції на актуальні стресори (табл. 3.8). Найчисельнішу групу становлять респонденти з високою тривожністю — 51,1 %, тобто більше половини учасників. Це свідчить про часте переживання напруження, занепокоєння та емоційної нестабільності в ситуаціях невизначеності або підвищеної відповідальності. Такий результат може бути пов'язаний як із віковими особливостями молоді, так і з соціальним контекстом навчання та повсякденного життя.

Таблиця 3.8

Розподіл рівнів за шкалою «ситуативна тривожність»

	Частота	Відсотки
низька тривожність	2	4,4
середня тривожність	20	44,4
висока тривожність	23	51,1
Всього	45	100,0

Близько 44,4 % респондентів демонструють середній рівень ситуативної тривожності, що є типовим для молоді й відображає помірне, адаптивне реагування на стресові події. Для цієї групи характерним є збереження контролю в більшості ситуацій, але з можливими коливаннями емоційного стану залежно від зовнішніх обставин.

Найменшу частку становлять учасники з низьким рівнем ситуативної тривожності — лише 4,4 %, що вказує на відносно невелику групу молодих людей, які рідко переживають інтенсивне емоційне напруження та зберігають стабільність у змінних або стресових умовах.

Таким чином, результати демонструють загальну тенденцію до підвищеної ситуативної тривожності у вибірці, що може виступати індикатором високої емоційної чутливості та важливим чинником у подальшому аналізі взаємозв'язку між тривожністю, стилями виховання та соціальною підтримкою.

Таблиця 3.9

Розподіл рівнів за шкалою «особистісна тривожність»

	Частота	Відсотки
низька тривожність	3	6,7
середня тривожність	19	42,2
висока тривожність	23	51,1
Всього	45	100,0

Розподіл респондентів за рівнями особистісної тривожності показує загальну тенденцію до підвищеної стабільної тривожної схильності у вибірці (табл. 3.9). Понад половину учасників (51,1 %) становлять особи з високим рівнем особистісної тривожності, що свідчить про виражену емоційну чутливість, схильність до хвилювання, постійного очікування загрози або труднощів, незалежно від конкретної ситуації. Такий рівень може бути пов'язаний як із індивідуальними особливостями особистісної регуляції, так і зі стресовими умовами життя та навчання.

42,2 % респондентів мають середній рівень особистісної тривожності, що є типовим для молодого віку та відображає помірно підвищену емоційну реактивність. Для цієї групи характерним є баланс між здатністю до саморегуляції та певною вразливістю до тривалих стресів.

Лише 6,7 % учасників продемонстрували низький рівень особистісної тривожності, що вказує на відносно невелику групу молоді з високим рівнем емоційної стабільності, стійкості та низькою схильністю до тривалих тривожних переживань.

Загалом результати демонструють, що значна частина вибірки характеризується підвищеною особистісною тривожністю, що може

виступати важливим психологічним чинником у вивченні взаємозв'язків між стилями виховання, доступністю соціальної підтримки та емоційним функціонуванням молоді.

Таким чином, результати за методикою STAI свідчать про загальну тенденцію до підвищеної тривожності серед молоді, що брала участь у дослідженні. Більше половини респондентів продемонстрували високі рівні як ситуативної, так і особистісної тривожності, що вказує на поєднання інтенсивних емоційних реакцій на актуальні стресори з глибинною, стабільною схильністю до тривожних переживань. Значна частка осіб із середніми показниками підтверджує наявність різної міри емоційної чутливості та адаптивних можливостей у межах вибірки. Низькі рівні тривожності спостерігаються порівняно рідко, що може свідчити про домінування напруженого емоційного фону у повсякденному житті студентської молоді. Сукупність отриманих даних підкреслює важливість вивчення впливу стилів виховання та соціальної підтримки як потенційних факторів, що формують або пом'якшують виражені тривожні тенденції.

Таблиця 3.10

Описові статистики за субшкалами MSPSS

	min	max	Середнє	σ	Асиметрія		Есцесс	
Сім'я	45	2,8	5,0	4,184	0,5792	-0,511	0,354	0,084
Друзі	45	2,5	5,0	4,133	0,5839	-0,558	0,354	0,020
Значущі інші	45	2,8	5,0	4,293	0,5306	-0,958	0,354	1,099

Аналіз описових статистик за трьома субшкалами багатомірної шкали сприйняття соціальної підтримки (MSPSS) показує загалом високий рівень відчуття підтримки у більшості респондентів ($n = 45$). Середні значення перебувають у діапазоні 4,13–4,29, що свідчить про переважно позитивне суб'єктивне сприйняття доступності підтримки від різних джерел (табл. 3.10).

Субшкала «Сім'я» має середнє значення $M = 4,184$, що вказує на доволі стабільне переживання підтримувальних стосунків з боку родини. Стандартне відхилення $SD = 0,5792$ свідчить про помірну однорідність відповідей, а негативна асиметрія ($-0,511$) означає накопичення більш високих оцінок підтримки.

Субшкала «Друзі» характеризується середнім $M = 4,133$, що також відповідає високому рівню сприйнятої підтримки. Значення $SD = 0,5839$ вказують на помірну варіативність, а негативна асиметрія ($-0,558$) підтверджує тенденцію до переважання відповідей у верхній частині шкали.

Субшкала «Значущі інші» демонструє найвище середнє значення $M = 4,293$, що відображає максимально позитивне відчуття підтримки від близької, емоційно значущої особи. Водночас асиметрія ($-0,958$) є найбільш вираженою серед трьох джерел, свідчаючи про домінування високих балів. Підвищений ексцес ($1,099$) може вказувати на більшу концентрацію відповідей у межах високих значень.

Загалом отримані показники дозволяють стверджувати, що учасники дослідження сприймають свою соціальну мережу як досить підтримувальну та доступну, причому найбільш вираженим є відчуття підтримки від значущої особи та сім'ї, що є важливим ресурсним чинником у контексті емоційної регуляції та подолання тривожності.

Таблиця 3.11

Розподіл рівнів за шкалою за субшкалою «Сім'я» (MSPSS)

	Частота	Відсотки
Низький рівень підтримки	2	4,4
Середній рівень підтримки	43	95,6
Високий рівень підтримки	-	-
Всього	45	100,0

Отримані дані свідчать, що переважна більшість респондентів (95,6%) оцінюють сімейну підтримку як середню, тобто таку, що забезпечує базове

відчуття турботи, включеності та доступності взаємодопомоги (табл. 3.11).. Лише 4,4% продемонстрували низький рівень підтримки, що вказує на окремі випадки недостатнього сімейного ресурсу. Високий рівень підтримки в жодного учасника не зафіксовано, що є важливою характеристикою вибірки: сімейне середовище швидше виконує функцію помірної, але не інтенсивного емоційного ресурсу. Таким чином, сім'я для більшості респондентів слугує стабільним, хоча й не максимальним джерелом підтримки, що може впливати на їхню здатність долати стрес і регулювати емоційні стани.

Таблиця 3.12

Розподіл рівнів за шкалою за субшкалою «Друзі» (MSPSS)

	Частота	Відсотки
Низький рівень підтримки	1	2,2
Середній рівень підтримки	43	95,6
Високий рівень підтримки	-	-
Всього	45	100,0

Аналіз результатів показує, що дружня підтримка у вибірці представлена переважно на середньому рівні: 95,6% респондентів відчують стабільний, але помірний ресурс від друзів (табл. 3.12). Лише 2,2% учасників продемонстрували низький рівень підтримки, що свідчить про майже повну відсутність соціальної ізоляції у цьому вимірі. Високий рівень підтримки не зафіксовано, що формує важливу характеристику вибірки: дружнє оточення здебільшого забезпечує нормативний рівень емоційної та інструментальної допомоги, проте не виступає надпотужним джерелом підтримки. Таким чином, для більшості респондентів друзі відіграють роль доступного, але не максимального соціального ресурсу, що узгоджується з віковими особливостями молоді та специфікою студентського середовища.

Аналіз результатів свідчить, що більшість респондентів демонструють середній рівень підтримки з боку значущих інших, що узгоджується з процесами формування нових соціально-емоційних зв'язків у ранній дорослості (табл. 3.13).. Вибірка не містить осіб із високим рівнем підтримки, що вказує на відсутність інтенсивних, стабільних і дуже ресурсних взаємин

поза родиною й колом друзів. Разом із тим низький рівень підтримки зафіксовано лише у поодиноких випадках, що свідчить про загальне збереження соціальної включеності та доступності емоційних ресурсів у міжособистісному середовищі. Такий патерн може вказувати на те, що значущі інші відіграють скоріше помірну, але важливу роль, не будучи провідним джерелом підтримки, але забезпечуючи відчуття приналежності й соціального укорінення.

Таблиця 3.13

Розподіл рівнів за шкалою за субшкалою «Значущі інші» (MSPSS)

	Частота	Відсотки
Низький рівень підтримки	2	4,4
Середній рівень підтримки	43	95,6
Високий рівень підтримки	-	-
Всього	45	100,0

Узагальнюючи результати описової статистики та частотних розподілів, можна стверджувати, що досліджувана вибірка демонструє помірну варіативність показників стилів сімейного виховання, тривожності та соціальної підтримки, що підтверджує її психологічну неоднорідність та наявність внутрішніх індивідуальних відмінностей. Для більшості шкал АСВ характерним є переважання низьких і середніх рівнів, зокрема щодо симбіозу та відчуття власної неуспішності («маленький невдаха»), однак у частини респондентів фіксуються й високі значення, що відображає різні моделі дитячо-батьківської взаємодії в минулому. Показники тривожності за STAI свідчать про домінування середніх та високих рівнів як ситуативної, так і особистісної тривожності, що може бути наслідком підвищеного емоційного навантаження, властивого молоді, яка живе в умовах воєнної невизначеності. Дані за MSPSS демонструють переважання середнього рівня соціальної підтримки в усіх трьох субшкалах, що вказує на наявність опорних соціальних зв'язків, хоча для частини студентів підтримка є недостатньою. У

сукупності ці результати формують цілісне уявлення про емоційно-психологічний стан респондентів і створюють підґрунтя для подальшого аналізу механізмів взаємозв'язку між стилями виховання, рівнем соціальної підтримки та тривожністю молоді.

3.2. Аналіз взаємозв'язків між ключовими психологічними змінними

Для всебічної оцінки характеру та сили взаємозв'язків між стилями сімейного виховання, сприйманою соціальною підтримкою та показниками тривожності було проведено комплексний багаторівневий аналіз даних. На першому етапі здійснено групові порівняння за віком та статтю із використанням непараметричних критеріїв Краскела–Уолліса та Манна–Уїтні, що дозволило оцінити можливі соціально-демографічні відмінності у досліджуваних змінних. Другий етап включав кореляційний аналіз, спрямований на виявлення лінійних зв'язків між стилями виховання, компонентами соціальної підтримки та рівнями ситуативної й особистісної тривожності. На третьому етапі застосовано множинну регресію, що дала змогу визначити відносний внесок стилів виховання та соціальної підтримки у прогнозування показників тривожності.

Застосування такого комплексного статистичного підходу забезпечує глибоке та багатовимірне розуміння того, як ранній досвід взаємодії з батьками та доступність соціальної підтримки пов'язані з рівнем емоційної напруги й тривожності у молоді.

Аналіз міжвікових відмінностей за допомогою критерію Краскела–Уолліса показав, що жодна зі шкал, включених до дослідження, не демонструє статистично значущих розбіжностей між віковими групами (усі $p > 0,05$). Показники стилів сімейного виховання («прийняття–відторгнення», «образ соціально бажаної поведінки», «симбіоз», «авторитарна гіперсоціалізація», «маленький невдаха») не варіюють залежно від віку

студентів, що свідчить про відносну стабільність ретроспективних уявлень про досвід виховання в межах ранньої дорослості.

Так само рівні ситуативної та особистісної тривожності, а також показники соціальної підтримки (сім'я, друзі, значущі інші) не залежали від віку респондентів. Це вказує на те, що у вибірці 18–21-річних студентів не простежується вікової диференціації у сприйнятті підтримки та переживанні тривожності, ймовірно через вузький віковий діапазон та спільні контекстуальні умови (навчання, соціальне середовище, переживання війни).

Таким чином, критерій Краскела–Уолліса підтверджує однорідність вибірки за віком, що дозволяє розглядати інші психологічні взаємозв'язки (між стилями виховання, соціальною підтримкою та тривожністю) без поправки на віковий фактор.

Результати критерію Манна–Вітні показали, що статеві відмінності не є статистично значущими для більшості досліджуваних показників (усі $p > 0,05$). Стилі сімейного виховання — «прийняття–відторгнення», «образ соціально бажаної поведінки», «симбіоз», «авторитарна гіперсоціалізація», «маленький невдаха» — не продемонстрували різниці між чоловіками та жінками, що свідчить про подібність ретроспективних уявлень щодо виховних практик у межах цієї вибірки.

Також рівні ситуативної та особистісної тривожності, а також соціальної підтримки від сім'ї та значущих інших не розрізняються між статями. Єдиний показник, що наближається до порогу статистичної значущості, — підтримка від друзів ($p = 0,051$), що може вказувати на слабку тенденцію до статевих відмінностей, однак вона не досягає традиційного рівня значущості ($p < 0,05$) і потребує подальшої перевірки на більшому масиві даних.

Загалом, отримані результати свідчать про відсутність суттєвих статевих відмінностей у переживанні тривожності, характері сімейного виховання та сприйнятті соціальної підтримки серед молоді. Це дозволяє розглядати вибірку як статево однорідну та зосередитися на аналізі

структурних зв'язків між змінними без необхідності контролю статевого фактора.

Кореляційний аналіз за критерієм Спірмена (табл. 3.14) показав, що жоден зі стилів батьківського виховання (прийняття–відторгнення, соціально бажана поведінка, симбіоз, авторитарна гіперсоціалізація, «маленький невдаха») не має статистично значущих зв'язків із компонентами соціальної підтримки — підтримкою сім'ї, друзів та значущих інших (усі $p > 0,05$). Це свідчить про те, що ретроспективні уявлення про виховання не пов'язані з тим, як студенти сприймають свою поточну соціальну підтримку в період ранньої дорослості.

Так само рівні ситуативної та особистісної тривожності не демонструють значущих кореляцій із жодною з трьох підшкал MSPSS (усі $p > 0,05$), що вказує на відсутність прямого зв'язку між суб'єктивною підтримкою та переживанням тривожності у цій вибірці. Імовірно, тривожність студентів визначається іншими факторами (воєнний контекст, навчальне навантаження, особистісні особливості), а не структурою їх соціального оточення.

Таблиця 3.14

Кореляційний аналіз

		Сім'я	Друзі	Значущі інші
шкала "прийняття-відторгнення"	r	-0,020	-0,220	-0,166
	p	0,898	0,147	0,275
шкала "образ соціально бажаної поведінки"	r	-0,094	-0,139	-0,014
	p	0,539	0,364	0,929
шкала "симбіоз"	r	0,163	0,181	0,124
	p	0,284	0,234	0,417
шкала "авторитарна гіперсоціалізація"	r	0,114	0,076	0,108
	p	0,457	0,619	0,479
шкала "маленький невдаха"	r	-0,065	-0,044	0,036
	p	0,669	0,775	0,812
ситуативна тривожність	r	-0,034	-0,100	-0,145
	p	0,827	0,511	0,343
особистісна тривожність	r	0,043	-0,014	0,065
	p	0,777	0,929	0,673

		Сім'я	Друзі	Значущі інші
Сім'я	r	1,000	,788**	,809**
	p		0,000	0,000
Друзі	r	,788**	1,000	,813**
	p	0,000		0,000
Значущі інші	r	,809**	,813**	1,000
	p	0,000	0,000	

Єдиним очікуваним і закономірним результатом є високі внутрішні кореляції між підшкалами MSPSS:

підтримка сім'ї та друзів: $r = .788$, $p < .01$,

підтримка сім'ї та значущих інших: $r = .809$, $p < .01$,

підтримка друзів та значущих інших: $r = .813$, $p < .01$.

Це підтверджує, що три підшкали вимірюють єдиний конструкт — загальне відчуття соціальної підтримки, і є теоретично та емпірично узгодженими між собою.

Таким чином, кореляційний аналіз засвідчує відсутність суттєвих асоціацій між стилями виховання, тривожністю та соціальною підтримкою на рівні прямих зв'язків, що створює підґрунтя для подальшого тестування опосередкованих або складніших моделей (розділ 3.3).

Результати регресійного аналізу показали, що жодна зі змінних, включених як можливі предиктори (стилі виховання, показники тривожності або соціальної підтримки), не продемонструвала статистично значущих зв'язків із залежною змінною. SPSS видав попередження «В уравнение не было включено ни одной переменной», що означає повну відсутність параметрів, які могли б увійти до моделі на основі критерію значущості. Таким чином, стандартна регресійна модель не формується, а отже — і медіаційна модель у межах класичного підходу не може бути побудована на цій вибірці. Це свідчить про те, що лінійні залежності між змінними виявляються недостатньо вираженими або мають нелінійну структуру, не вловлювану традиційною регресією.

У зв'язку з цим для подальшої перевірки можливих опосередкованих ефектів у розділі 3.3 буде застосовано bootstrapping-підхід за моделлю

PROCESS Model 4, який є більш чутливим до слабких і нестабільних ефектів та дозволяє оцінити медіацію навіть за відсутності значущих прямих зв'язків.

У межах проведених аналізів (групові порівняння, кореляції та регресія) не виявлено статистично значущих відмінностей чи лінійних зв'язків між основними психологічними показниками. Вік і стать не впливали на стилі виховання, рівні тривожності чи соціальну підтримку; стилі виховання не корелювали з тривожністю або підтримкою, а регресійна модель не включила жодної предикторної змінної. Єдиними значущими асоціаціями стали високі кореляції між трьома джерелами соціальної підтримки, що відображає внутрішню структуру MSPSS. Загалом результати засвідчують однорідність вибірки та відсутність лінійних зв'язків між ключовими змінними, що обґрунтовує застосування більш чутливих методів — зокрема бутстреп-аналізу — у наступному розділі.

3.3. Медіаційний аналіз із застосуванням bootstrap-процедури (PROCESS Model 4)

З метою поглибленого розуміння механізмів впливу досвіду дитячо-батьківських стосунків на емоційну регуляцію молоді було проведено медіаційний аналіз із використанням макросу PROCESS v5.0 (A. Hayes). Такий підхід дозволяє оцінити, чи опосередковує соціальна підтримка (за шкалами MSPSS) зв'язок між обраними стилями виховання та рівнем тривожності. У даному підрозділі розглянуто медіаційну модель (Model 4), у якій предиктором виступає шкала «прийняття–відторгнення», медіатором — підтримка сім'ї, а залежною змінною — ситуативна тривожність. Мета аналізу полягає у з'ясуванні потенційної ролі соціальної підтримки як внутрішнього психологічного механізму, що може послаблювати або підсилювати вплив небажаного батьківського досвіду на емоційний стан особистості.

У психологічних дослідженнях стосунки між явищами рідко бувають прямими. Взаємодія людини зі світом, формування емоційної чутливості,

відчуття підтримки чи загострення тривоги майже завжди включають приховані ланки — ті внутрішні та міжособистісні процеси, які непомітно поєднують зовнішні події з внутрішнім переживанням. Саме тому для цього етапу роботи було важливо не лише визначити, чи пов'язані стилі взаємодії та рівень особистісної тривожності, а й спробувати зрозуміти, яким шляхом цей вплив може реалізовуватися.

Медіаційний аналіз дає можливість побачити психологічні механізми у динаміці: не просто виявити два пов'язані показники, а реконструювати «маршрут передавання» впливу — від початкової змінної до тієї, що викликає найбільший інтерес. У нашому випадку таким посередником виступає соціальна підтримка друзів: той міжособистісний ресурс, який потенційно може послаблювати або посилювати вплив внутрішніх стилів взаємодії на тривожність.

Для цього дослідження було обрано підхід, реалізований у PROCESS v5.0 (A. Hayes), з використанням базової моделі медіації (Model 4). Ця модель дозволяє послідовно оцінити три взаємопов'язані компоненти: — чи впливає стиль взаємодії на відчуття підтримки (a-path); — чи формує підтримка рівень особистісної тривожності (b-path); — чи існує прямий зв'язок між X та Y після врахування посередника (c'-path).

Окрему цінність для нашої вибірки становив використаний метод бутстреп-оцінювання. Оскільки психологічні дані часто мають нерівномірний розподіл, а обсяг вибірки є відносно невеликим, класичні параметричні підходи можуть бути недостатньо точними. Бутстреп працює інакше: він створює тисячі випадкових підвбірок із нашого матеріалу — у цьому дослідженні 5000 — і обчислює для кожної з них непрямий ефект. Така процедура дозволяє побачити не лише одноразове значення, а повну «картину можливостей» — своєрідний спектр того, як може виглядати медіаційний вплив у різних статистичних сценаріях.

Якщо отриманий довірчий інтервал хоча б частково перетинає нуль, це означає, що механізм опосередкування у цій моделі не підтверджується. Якщо ж інтервал повністю розташований по один бік від нуля, можна говорити про наявність медіації.

Таким чином, медіаційний аналіз у цьому дослідженні розглядається не просто як технічний інструмент, а як спосіб зрозуміти психологічну динаміку: чи справді соціальна підтримка є тим мостом, що поєднує стилі взаємодії з тривожністю, чи ці феномени існують паралельно, не впливаючи один на одного. Далі подані моделі дозволяють побачити, як саме розгортається ця взаємодія у межах вибірки.

1. PROCESS Model 4 (X = «прийняття–відторгнення», M = підтримка сім'ї, Y = ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,004 (p = .584) \rightarrow M \rightarrow b = -0,655 (p = .813) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект } c' = 0,170 (p = .252)$$

$$\text{Непрямий ефект } ab = 0,003; 95\% \text{ CI } [-0,034; 0,078]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати медіаційного аналізу не підтверджують припущення про опосередковувальну роль соціальної підтримки сім'ї у зв'язку між стилем виховання «прийняття–відторгнення» та ситуативною тривожністю. А-шлях, b-шлях та непрямий ефект (ab) виявилися статистично незначущими, а довірчий інтервал непрямого ефекту містить нуль. Це свідчить про те, що в межах досліджуваної вибірки соціальна підтримка не виступає механізмом, через який батьківське ставлення впливає на тривожність, і взаємозв'язки між змінними варто інтерпретувати як незалежні.

2. PROCESS Model 4 (X = «образ соціально бажаної поведінки», M = підтримка сім'ї, Y = ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,003 (p = .587) \rightarrow M \rightarrow b = -1,151 (p = .679) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,100 (p = .327)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = 0,0035; 95\% \text{ CI } [-0,0375; 0,0424]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати медіаційного аналізу не підтверджують опосередковувальну роль соціальної підтримки сім'ї у зв'язку між стилем виховання «образ соціально бажаної поведінки» та ситуативною тривожністю. А-шлях ($X \rightarrow M$) виявився статистично незначущим ($p = .587$), що вказує на відсутність впливу цього стилю виховання на рівень відчуття підтримки. В-шлях ($M \rightarrow Y$) також не досяг значущості ($p = .679$), а прямий ефект $X \rightarrow Y$ (c' -path) виявився слабким і недостовірним ($p = .327$). Непрямий ефект (ab) є статистично незначущим, про що свідчить bootstrap-довірчий інтервал, що містить нуль ($\text{BootLLCI} = -0.0375$; $\text{BootULCI} = 0.0424$).

Таким чином, соціальна підтримка сім'ї не виступає медіатором у взаємозв'язку між стилем «образ соціально бажаної поведінки» та ситуативною тривожністю. Модель загалом не є значущою ($p = .582$), що підтверджує відсутність медіаційного ефекту на досліджуваній вибірці.

3. PROCESS Model 4 (X = «симбіоз», M = підтримка сім'ї, Y = ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = 0,0053 (p = .278) \rightarrow M \rightarrow b = -0,539 (p = .848) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,0745 (p = .411)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0029; 95\% \text{ CI } [-0,0422; 0,0450]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати моделі 4 не виявили доказів медіаційного впливу підтримки сім'ї у зв'язку між стилем виховання «симбіоз» та ситуативною тривожністю. А-шлях (симбіоз $\rightarrow$ підтримка сім'ї) є статистично незначущим ($p = .278$), так само як і b-шлях (підтримка сім'ї $\rightarrow$ ситуативна тривожність; $p = .849$). Прямий ефект симбіозу на тривожність також не досягає значущості ($p = .411$). Непрямий ефект має довірчий інтервал, що включає нуль ($\text{BootLLCI} = -0.0422$; $\text{BootULCI} = 0.0450$), що підтверджує відсутність медіації. Отже, стиль виховання «симбіоз» не пов'язаний із ситуативною тривожністю ані прямо, ані через підтримку сім'ї у межах цієї вибірки.

4. PROCESS Model 4 (X = «авторитарна гіперсоціалізація», M = підтримка сім'ї, Y = ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = 0,0025 (p = .639) \rightarrow M \rightarrow b = -0,5950 (p = .827) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,1614 (p = .098)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0015; 95\% \text{ CI } [-0,0369; 0,0408]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати аналізу засвідчили відсутність доказів медіаційної ролі підтримки сім'ї у взаємозв'язку між стилем виховання «авторитарна гіперсоціалізація» та ситуативною тривожністю. А-шлях ($X \rightarrow M$) є статистично незначущим ($p = .639$), що означає, що більш жорсткі та нормативні форми виховання не пов'язані з відчуттям підтримки з боку сім'ї у ранній дорослості. Підтримка сім'ї не впливає на ситуативну тривожність (b-path, $p = .827$). Прямий ефект $X \rightarrow Y$ лише наближається до статистичної значущості ($p = .098$), але не досягає її. Непрямий ефект має довірчий інтервал, що містить нуль ($\text{BootLLCI} = -0.0369$; $\text{BootULCI} = 0.0408$), що повністю виключає наявність медіації. Таким чином, гіперсоціалізуючий стиль виховання не формує тривожності через підтримку сім'ї, і зв'язки між змінними у цій вибірці є незалежними.

5. PROCESS Model 4 (X = «маленький невдаха», M = підтримка сім'ї, Y = ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0019 (p = .748) \rightarrow M \rightarrow b = -0,7359 (p = .789) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,1449 (p = .170)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = 0,0014; 95\% \text{ CI } [-0,0439; 0,0671]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Отримані результати свідчать про відсутність медіаційного ефекту підтримки сім'ї у взаємозв'язку між стилем виховання «маленький невдаха» та ситуативною тривожністю. А-шлях є статистично незначущим ($p = .748$), що означає, що інтерналізоване відчуття «я невдаха», сформоване в дитинстві, не впливає на сприйняття підтримки сім'ї у молодості. Підтримка сім'ї не передбачає рівень ситуативної тривожності ($p = .789$), а прямий ефект $X \rightarrow Y$ також не досягає значущості ($p = .170$). Непрямий ефект має довірчий інтервал, що містить нуль ($\text{BootLLCI} = -0.0439$; $\text{BootULCI} =$

0.0671), що підтверджує відсутність медіації. Таким чином, стиль «маленький невдаха» не впливає на ситуативну тривожність ані прямо, ані опосередковано через підтримку сім'ї.

6. PROCESS Model 4 (X = «прийняття–відторгнення», M = підтримка друзів, Y = ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0125 (p = .123) \rightarrow M \rightarrow b = -1,3328 (p = .636) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,1558 (p = .302)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = 0,0166; 95\% \text{ CI } [-0,0489; 0,1901]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати аналізу не підтверджують медіаційної ролі підтримки друзів у зв'язку між стилем виховання «прийняття–відторгнення» та ситуативною тривожністю. А-шлях статистично незначущий ($p = .123$), що свідчить про відсутність впливу негативного досвіду батьківського ставлення на сприйняття підтримки друзів. Підтримка друзів не передбачає рівень ситуативної тривожності ($p = .636$), а прямий ефект стилю виховання на тривожність теж не досягає значущості ($p = .302$). Довірчий інтервал непрямого ефекту містить нуль ($\text{BootLLCI} = -0.0489$; $\text{BootULCI} = 0.1901$), що остаточно підтверджує відсутність медіації. Таким чином, стиль «прийняття–відторгнення» у межах цієї вибірки не впливає на ситуативну тривогу ні прямо, ні опосередковано через підтримку друзів.

7. PROCESS Model 4 (X = «образ соціально бажаної поведінки», M = підтримка сім'ї, Y = ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0030 (p = .5895) \rightarrow M \rightarrow b = -2,2456 (p = .4146) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,1032 (p = .3082)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = 0,0068; 95\% \text{ CI } [-0,0268; 0,0537]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати медіаційного аналізу засвідчили, що соціальна підтримка сім'ї не опосередковує взаємозв'язок між стилем виховання «образ соціально бажаної поведінки» та ситуативною тривожністю студентів. Жоден зі шляхів моделі не досягає статистичної значущості: вплив X на M (a-path) є

незначущим ($p = .589$), так само як і вплив медіатора на тривожність (b-path; $p = .415$). Прямий ефект $X \rightarrow Y$ (c'-path) також не є статистично значущим ($p = .308$). Довірчий інтервал непрямого ефекту охоплює нуль ($\text{BootLLCI} = -0.0268$; $\text{BootULCI} = 0.0537$), що підтверджує повну відсутність медіації в межах цієї вибірки. Таким чином, стиль виховання у формі вимоги соціально бажаної поведінки не пов'язаний із ситуативною тривожністю, а підтримка сім'ї не є механізмом, через який він міг би впливати на емоційний стан молоді.

8. PROCESS Model 4 (X = «авторитарна гіперсоціалізація», M = підтримка сім'ї, Y = ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = 0,0061 (p = .212) \rightarrow M \rightarrow b = -1,6173 (p = .564) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,0674 (p = .457)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0099; 95\% \text{ CI } [-0,0504; 0,0371]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати медіаційного аналізу показують, що соціальна підтримка сім'ї не опосередковує взаємозв'язок між стилем виховання «симбіоз» та ситуативною тривожністю. Всі шляхи моделі є статистично незначущими: a-path ($p = .212$) не вказує на вплив авторитарності на рівень отримуваної підтримки, b-path ($p = .564$) демонструє відсутність зв'язку між підтримкою та ситуативною тривожністю, а прямий ефект $X \rightarrow Y$ ($p = .457$) також не досягає значущості. Bootstrap-інтервал непрямого ефекту містить нуль ($-0.0504 \dots 0.0371$), що підтверджує повну відсутність медіації. Таким чином, стиль виховання «симбіоз» не впливає на ситуативну тривожність ані прямо, ані через підтримку сім'ї в межах цієї вибірки.

9. PROCESS Model 4 (X = «авторитарна гіперсоціалізація», M = підтримка сім'ї, Y = ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = 0,0021 (p = .707) \rightarrow M \rightarrow b = -1,7552 (p = .514) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,1594 (p = .101)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0036; 95\% \text{ CI } [-0,0394; 0,0355]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати медіаційного аналізу вказують, що стиль виховання «авторитарна гіперсоціалізація» не впливає на ситуативну тривожність ані прямо, ані опосередковано через соціальну підтримку сім'ї. Всі шляхи моделі статистично незначущі: a-path ($p = .707$) свідчить, що авторитарність не пов'язана зі зниженням чи підвищенням сімейної підтримки; b-path ($p = .514$) демонструє відсутність ефекту підтримки на тривожність; прямий ефект c' ($p = .101$) також не досягає рівня значущості. Bootstrap-інтервал непрямого ефекту містить нуль ($-0.0394 \dots 0.0355$), що підтверджує повну відсутність медіаційного механізму. Таким чином, авторитарна модель виховання у цій вибірці не є чинником ситуативної тривожності студентів і не реалізує свого впливу через сімейну підтримку.

10. PROCESS Model 4 ($X =$ «Маленький невдаха», $M =$ підтримка сім'ї, $Y =$ ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0013 (p = .819) \rightarrow M \rightarrow b = -1,8816 (p = .488) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,1437 (p = .171)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = 0,0025; 95\% \text{ CI } [-0,0459; 0,1050]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати аналізу показують, що стиль виховання «маленький невдаха» не пов'язаний із рівнем сімейної підтримки (a-path, $p = .819$), а сама підтримка не впливає на ситуативну тривожність студентів (b-path, $p = .488$). Прямий зв'язок між стилем виховання та тривожністю також не є статистично значущим (c' -path, $p = .171$). Bootstrap-інтервал непрямого ефекту містить нуль ($-0.0459 \dots 0.1050$), що підтверджує відсутність медіації. Отже, у вибірці студентів цей тип дисфункційного виховання не визначає ситуативну тривожність і не реалізує свого впливу через соціальну підтримку сім'ї.

11. PROCESS Model 4 ($X =$ «Прийняття-відторгнення», $M =$ підтримка значущих інших, $Y =$ ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0097 (p = .186) \rightarrow M \rightarrow b = -2,1289 (p = .488) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,1517 (p = .310)$$

Непрямий ефект: $ab = 0,0207$; 95% CI $[-0,0431; 0,1233]$

Bootstrap = 5000, 95% CI

Результати свідчать, що стиль взаємин «прийняття–відторгнення» з боку значущих інших не пов'язаний зі сприйманою соціальною підтримкою (a-path, $p = .186$), а сама підтримка не впливає на ситуативну тривожність (b-path, $p = .488$). Прямий ефект $X \rightarrow Y$ також статистично незначущий ($p = .310$). Bootstrap-інтервал непрямого ефекту включає нуль ($-0.0431 \dots 0.1233$), що означає повну відсутність медіації. Таким чином, для даної вибірки студентів переживання прийняття чи відторгнення з боку значущих інших не визначають рівень ситуативної тривожності — ані прямо, ані через соціальну підтримку.

12. PROCESS Model 4 (X = «образ соціально бажаної поведінки», M = підтримка значущих інших, Y = ситуативна тривожність)

$X \rightarrow a = 0,0024$ ($p = .635$) $\rightarrow M \rightarrow b = -2,5593$ ($p = .398$) $\rightarrow Y$

Прямий ефект: $c' = -0,0902$ ($p = .372$)

Непрямий ефект: $ab = -0,0062$; 95% CI $[-0,0713; 0,0342]$

Bootstrap = 5000, 95% CI

Отримані результати демонструють, що стиль взаємин «образ соціально бажаної поведінки» не пов'язаний зі сприйманою соціальною підтримкою від значущих інших (a-path, $p = .635$). Соціальна підтримка також не виявила впливу на ситуативну тривожність (b-path, $p = .398$). Прямий ефект стилю взаємин на тривожність (c'-path) статистично незначущий ($p = .372$). Інтервал довіри для непрямого ефекту включає нуль ($-0.0713 \dots 0.0342$), що свідчить про відсутність медіації.

Таким чином, стиль «образ соціально бажаної поведінки» у значущих інших не формує рівень ситуативної тривожності студентів — ані прямо, ані через соціальну підтримку.

13. PROCESS Model 4 (X = «симбіоз», M = підтримка значущих інших, Y = ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = 0,0044 (p = .331) \rightarrow M \rightarrow b = -2,4180 (p = .429) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,0668 (p = .456)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0105; 95\% \text{ CI } [-0,0573; 0,0263]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати свідчать, що стиль взаємин «симбіоз» із значущими іншими не пов'язаний ані зі сприйманою соціальною підтримкою (a-path, $p = .331$), ані з ситуативною тривожністю (c'-path, $p = .456$). Підтримка значущих інших також не впливає на рівень тривоги (b-path, $p = .429$). Непрямий ефект є статистично незначущим, а довірчий інтервал включає нуль ($-0.0573 \dots 0.0263$), що підтверджує повну відсутність медіації. Отже, рівень симбіотичності у стосунках зі значущими іншими не формує ситуативну тривожність студентів, а соціальна підтримка не виступає механізмом передавання цього впливу.

14. PROCESS Model 4 (X = «авторитарна гіперсоціалізація», M = підтримка значущих інших, Y = ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = 0,0008 (p = .865) \rightarrow M \rightarrow b = -2,6261 (p = .373) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,1607 (p = .096)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0022; 95\% \text{ CI } [-0,0488; 0,0459]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Отримані результати свідчать, що стиль взаємин «авторитарна гіперсоціалізація» не впливає на ситуативну тривожність через соціальну підтримку значущих інших. А-шлях є статистично незначущим ($p = .865$), що означає відсутність впливу X на медіатор. В-шлях також не досягає значущості ($p = .373$), тобто підтримка значущих інших не передбачає рівень ситуативної тривоги. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ є маргінально наближеним, але теж незначущим ($p = .096$). Bootstrap-інтервал непрямого ефекту містить нуль ($-0.0488 \dots 0.0459$), що підтверджує повну відсутність медіаційного ефекту. Таким чином, авторитарна гіперсоціалізація у взаєминах із значущими іншими не формує ситуативну тривожність студентів, а підтримка значущих інших не виступає опосередковувальним механізмом.

15. PROCESS Model 4 (X = «маленький невдаха», M = підтримка значущих інших, Y = ситуативна тривожність)

$$X \rightarrow a = 0,0031 (p = .556) \rightarrow M \rightarrow b = -3,1593 (p = .290) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,1562 (p = .136)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0099; 95\% \text{ CI } [-0,0841; 0,0382]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати демонструють, що стиль взаємин «маленький невдаха» не формує ситуативну тривожність через соціальну підтримку значущих інших. А-шлях виявився незначущим ($p = .556$), що означає відсутність впливу X на медіатор. В-шлях також незначущий ($p = .290$), а отже, підтримка значущих інших не передбачає рівень ситуативної тривоги. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ теж статистично незначущий ($p = .136$). Bootstrap-інтервал непрямого ефекту містить нуль ($-0.0841 \dots 0.0382$), що підтверджує повну відсутність медіаційного механізму. Таким чином, у студентів цей стиль сприймання значущих інших не є чинником ситуативної тривожності, і підтримка значущих інших не пояснює можливий зв'язок між ними.

16. PROCESS Model 4 (X = «прийняття–відторгнення», M = підтримка сім'ї, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0044 (p = .584) \rightarrow M \rightarrow b = 0,2187 (p = .939) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,0562 (p = .711)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0010; 95\% \text{ CI } [-0,0541; 0,0659]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати показують, що соціальна підтримка сім'ї не опосередковує зв'язок між стилем виховання «прийняття–відторгнення» та особистісною тривожністю. а-path є незначущим ($p = .584$), тобто стиль виховання не пов'язаний із рівнем підтримки сім'ї. b-path також незначущий ($p = .939$), отже підтримка сім'ї не передбачає особистісну тривожність. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ є відсутнім ($p = .711$). Bootstrap-інтервал непрямого ефекту містить нуль ($-0.0541 \dots 0.0659$), що підтверджує повну відсутність медіації. Таким чином, у межах вибірки стиль «прийняття–відторгнення» не пов'язаний з

особистісною тривожністю ані прямо, ані опосередковано через сімейну підтримку.

17. PROCESS Model 4 (X = «образ соціально бажаної поведінки», M = підтримка сім'ї, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0030 (p = .587) \rightarrow M \rightarrow b = 0,1801 (p = .950) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,0220 (p = .833)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0005; 95\% \text{ CI } [-0,0569; 0,0297]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати медіаційного аналізу свідчать, що соціальна підтримка сім'ї не опосередковує потенційний зв'язок між стилем виховання «образ соціально бажаної поведінки» та особистісною тривожністю. a-path є статистично незначущим ($p = .587$), тобто стиль виховання не впливає на підтримку сім'ї; b-path також незначущий ($p = .950$), що вказує на відсутність впливу підтримки на рівень особистісної тривожності; прямий ефект $X \rightarrow Y$ (c'-path) також відсутній ($p = .833$). Bootstrap-інтервал непрямого ефекту містить нуль ($-0.0569 \dots 0.0297$), що підтверджує повну відсутність медіації.

Таким чином, стиль виховання «образ соціально бажаної поведінки» не є предиктором особистісної тривожності ні прямо, ні через підтримку сім'ї в межах вибірки.

18. PROCESS Model 4 (X = «симбіоз», M = підтримка сім'ї, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = 0,0053 (p = .278) \rightarrow M \rightarrow b = 0,1790 (p = .951) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,0095 (p = .918)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = 0,0009; 95\% \text{ CI } [-0,0505; 0,0480]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Результати моделі не підтверджують жодного зв'язку між стилем виховання «симбіоз», соціальною підтримкою сім'ї та особистісною тривожністю: a-path статистично незначущий ($p = .278$) $\rightarrow$ рівень симбіозу не пов'язаний із підтримкою сім'ї; b-path також незначущий ($p = .951$) $\rightarrow$ підтримка не впливає на особистісну тривожність; прямий ефект $X \rightarrow Y$ ($p =$

.918) відсутній. Непрямий ефект незначущий, а довірчий інтервал включає нуль ($-0.0505 \dots 0.0480$), що свідчить про повну відсутність медіації. Таким чином, стиль виховання «симбіоз» не є предиктором особистісної тривожності і не діє через підтримку сім'ї у межах вибірки.

19. PROCESS Model 4 (X = «авторитарна гіперсоціалізація», M = підтримка сім'ї, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = 0,0025 (p = .639) \rightarrow M \rightarrow b = 0,3427 (p = .903) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,1047 (p = .297)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = 0,0009; 95\% \text{ CI } [-0,0414; 0,0416]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Отримані результати свідчать про відсутність будь-яких статистично значущих зв'язків між стилем виховання «авторитарна гіперсоціалізація», рівнем соціальної підтримки сім'ї та особистісною тривожністю. a-path: стиль виховання не впливає на сприйняття сімейної підтримки ($p = .639$). b-path: підтримка сім'ї не пов'язана з рівнем особистісної тривожності ($p = .903$). Прямий ефект (c'-path) також незначущий ($p = .297$). Непрямий ефект рівний нулю за змістом: 95% CI включає нуль ($-0.0414 \dots 0.0416$), що підтверджує повну відсутність медіації. Таким чином, стиль виховання «авторитарна гіперсоціалізація» не є предиктором особистісної тривожності у студентів та не діє через підтримку сім'ї.

20. PROCESS Model 4 (X = «маленький невдаха», M = підтримка сім'ї, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0019 (p = .748) \rightarrow M \rightarrow b = 0,2867 (p = .919) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,1214 (p = .261)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0005; 95\% \text{ CI } [-0,0572; 0,0562]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Медіаційний аналіз не виявив жодних статистично значущих зв'язків між стилем виховання «маленький невдаха», підтримкою сім'ї та рівнем особистісної тривожності студентів. А-шлях (вплив стилю виховання на підтримку) виявився незначущим ($p = .748$), що свідчить про відсутність

впливу ретроспективного досвіду виховання на сприйняття підтримки сім'ї у теперішньому. В-шлях (вплив підтримки на особистісну тривожність) також не продемонстрував значущості ($p = .919$), вказуючи, що рівень тривожності респондентів не знижується та не підвищується залежно від рівня сімейної підтримки. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ (c' -path) не є значущим ($p = .261$), тому стиль «маленький невдаха» не може розглядатися як предиктор особистісної тривожності. Непрямий ефект також відсутній: його 95% bootstrap-довірчий інтервал містить нуль ($-0.0572 \dots 0.0562$). Отже, модель загалом не підтверджує гіпотези опосередкування, а взаємозв'язки між змінними в цій вибірці є слабкими або відсутніми.

21. PROCESS Model 4 (X = «прийняття–відторгнення» у дружніх стосунках, M = підтримка друзів, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0125 (p = .123) \rightarrow M \rightarrow b = -0,4380 (p = .880) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,0498 (p = .749)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = 0,0055; 95\% \text{ CI } [-0,0893; 0,1457]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Медіаційний аналіз не підтвердив наявності статистично значущих зв'язків між стилем дружніх стосунків «прийняття–відторгнення», підтримкою друзів та рівнем особистісної тривожності. А-шлях (вплив стилю на сприйняття підтримки) продемонстрував лише тенденцію до негативного зв'язку, але виявився статистично несуттєвим ($p = .123$), що свідчить про відсутність вираженого впливу якості дружніх стосунків на відчуття підтримки. В-шлях (вплив підтримки друзів на тривожність) також є незначущим ($p = .880$), тобто рівень особистісної тривожності не залежить від того, наскільки респонденти відчувають підтримку дружнього кола. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ (c' -path) не є значущим ($p = .749$), а довірчий інтервал непрямого ефекту включає нуль, що свідчить про відсутність медіації. У сукупності модель демонструє, що в цій вибірці ні стиль дружніх стосунків, ні підтримка друзів не відіграють суттєвої ролі у формуванні особистісної

22. PROCESS Model 4 (X = «образ соціально бажаної поведінки» у дружніх стосунках, M = підтримка друзів, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0125 (p = .123) \rightarrow M \rightarrow b = -0,4380 (p = .880) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,0498 (p = .749)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = 0,0055; 95\% \text{ CI } [-0,0893; 0,1457]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Модель не виявила статистично значущих зв'язків між стилем дружніх стосунків «образ соціально бажаної поведінки», підтримкою друзів і рівнем особистісної тривожності. А-шлях (вплив стилю на підтримку) демонструє тенденцію, але залишається несуттєвим ($p = .123$), тобто соціально бажана поведінка друзів не визначає рівень відчуття підтримки у респондентів. В-шлях (вплив підтримки на тривожність) також є повністю незначущим ($p = .880$), що означає: рівень тривожності студентів не залежить від того, наскільки вони спираються на дружнє коло. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ (c' -path) не досягає значущості ($p = .749$), а 95% bootstrap-інтервал непрямого ефекту включає нуль, що підтверджує відсутність медіації. Отже, стиль дружніх стосунків, заснований на соціально бажаній поведінці, не пов'язаний з особистісною тривожністю ні прямо, ні через підтримку друзів у цій вибірці.

23. PROCESS Model 4 (X = «симбіоз у дружбі», M = підтримка друзів, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0030 (p = .590) \rightarrow M \rightarrow b = -0,6114 (p = .829) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,0196 (p = .851)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = 0,0019; 95\% \text{ CI } [-0,0378; 0,0468]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Медіаційна модель не демонструє статистично значущих зв'язків між симбіозом у дружніх стосунках, підтримкою друзів та рівнем особистісної тривожності. А-шлях є незначущим ($p = .590$), що вказує на відсутність зв'язку між схильністю до симбіозу та відчуттям підтримки з боку друзів. В-шлях також незначущий ($p = .829$): підтримка друзів не пов'язується зі зниженням чи підвищенням особистісної тривожності. Прямий ефект $X \rightarrow Y$

(c'-path) незначущий ($p = .851$), тому симбіотичний стиль дружби не може розглядатися як предиктор тривожності. Непрямий ефект (ab) також відсутній, адже його довірчий інтервал містить нуль ($-0.0378 \dots 0.0468$). Таким чином, модель не підтверджує медіації, а самі зв'язки між змінними в даній вибірці є слабкими або відсутніми.

24. PROCESS Model 4 (X = авторитарна гіперсоціалізація, M = підтримка друзів, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = 0,0021 (p = .707) \rightarrow M \rightarrow b = -0,4890 (p = .861) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,1028 (p = .305)$$

$$\text{Непряний ефект: } ab = -0,0010; 95\% \text{ CI } [-0,0432; 0,0324]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Модель не показала статистично значущих зв'язків між авторитарною гіперсоціалізацією у дружніх стосунках, підтримкою друзів та особистісною тривожністю. А-шлях ($X \rightarrow M$) є незначущим ($p = .707$), що свідчить про відсутність впливу авторитарності у комунікації з друзями на те, як респонденти сприймають їх підтримку. В-шлях ($M \rightarrow Y$) також незначущий ($p = .861$), тому підтримка друзів не пов'язується зі змінами рівня особистісної тривожності. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ (c'-path) не підтверджений ($p = .305$), а отже, авторитарна гіперсоціалізація не є предиктором тривожності. Непрямий ефект (опосередкування) також відсутній, про що свідчить довірчий інтервал, що містить нуль ($-0.0432 \dots 0.0324$). Таким чином, у цій моделі медіація не виявлена, а зв'язки між змінними залишаються слабкими або відсутніми.

25. PROCESS Model 4 (X = «маленький невдаха», M = підтримка друзів, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0013 (p = .819) \rightarrow M \rightarrow b = -0,5455 (p = .845) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,1201 (p = .266)$$

$$\text{Непряний ефект: } ab = 0,0007; 95\% \text{ CI } [-0,0495; 0,0906]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Медіаційний аналіз не виявив значущих зв'язків між стилем «маленький невдаха» у дружніх стосунках, підтримкою друзів і рівнем особистісної тривожності. А-шлях є статистично незначущим ($p = .819$), що свідчить про відсутність впливу цього стилю на відчуття підтримки від друзів. В-шлях також не продемонстрував значущого ефекту ($p = .845$), тому підтримка друзів не пов'язана з рівнем особистісної тривожності студентів. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ (c' -path) не є значущим ($p = .266$), тобто стиль «маленький невдаха» не виступає предиктором особистісної тривожності. Непрямий ефект також відсутній, про що свідчить bootstrap-інтервал, що містить нуль ($-0.0495 \dots 0.0906$). Отже, модель не підтверджує гіпотезу опосередкування, а зв'язки між змінними у цій вибірці є слабкими або відсутніми.

26. PROCESS Model 4 (X = «прийняття-відторгнення», M = підтримка друзів, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = -0,0097 (p = .186) \rightarrow M \rightarrow b = 0,0451 (p = .989) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,0557 (p = .718)$$

$$\text{Непряий ефект: } ab = -0,0004; 95\% \text{ CI } [-0,0948; 0,0958]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Медіаційний аналіз не виявив значущих зв'язків між стилем «прийняття-відторгнення» у дружніх стосунках, підтримкою друзів та особистісною тривожністю студентів. А-шлях виявився незначущим ($p = .186$), що свідчить про відсутність впливу стилю взаємодії з друзями на відчуття отримуваної підтримки. В-шлях також не є значущим ($p = .989$), тобто підтримка друзів не відіграє ролі у зміні рівня особистісної тривожності. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ (c' -path) не досягає значущості ($p = .718$), тому стиль «прийняття-відторгнення» сам по собі не є предиктором тривожності. Bootstrap-інтервал непрямого ефекту містить нуль ($-0.0948 \dots 0.0958$), що підтверджує повну відсутність медіації. У цій вибірці взаємозв'язки між змінними відсутні або вкрай слабкі.

27. PROCESS Model 4 (X = «образ соціально бажаної поведінки», M = підтримка друзів, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = 0,0024 (p = .635) \rightarrow M \rightarrow b = -0,2332 (p = .940) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,0221 (p = .832)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0006; 95\% \text{ CI } [-0,0715; 0,0374]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Медіаційний аналіз продемонстрував повну відсутність статистично значущих зв'язків між стилем «образ соціально бажаної поведінки», підтримкою друзів та особистісною тривожністю студентів. А-шлях незначущий ($p = .635$), що означає, що прагнення відповідати соціально бажаному образу не впливає на те, як респонденти оцінюють підтримку друзів. В-шлях також не виявив значущості ($p = .940$), отже, підтримка друзів не знижує й не підвищує рівень особистісної тривожності. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ (c' -path) не є значущим ($p = .832$), тому сам стиль «соціально бажаного образу» не передбачає тривожності. Непрямий ефект відсутній: його довірчий інтервал містить нуль ($-0.0715 \dots 0.0374$). У сукупності це свідчить про те, що модель медіації не підтверджується, а взаємозв'язки між змінними є слабкими або практично відсутніми.

28. PROCESS Model 4 (X = «симбіоз», M = підтримка друзів, Y = особистісна тривожність)

$$X \rightarrow a = 0,0044 (p = .331) \rightarrow M \rightarrow b = -0,1449 (p = .963) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,0079 (p = .931)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0006; 95\% \text{ CI } [-0,0472; 0,0451]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Модель не підтверджує наявності медіаційних зв'язків між симбіотичним стилем взаємодії, підтримкою друзів та рівнем особистісної тривожності. А-шлях ($p = .331$) показує, що симбіоз як стиль стосунків не впливає на те, наскільки респонденти відчують підтримку від друзів. В-шлях ($p = .963$) свідчить про відсутність зв'язку між підтримкою друзів і рівнем їхньої особистісної тривожності. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ також

незначущий ($p = .931$), а отже сам симбіотичний стиль не пов'язаний із підвищенням чи зниженням тривожності. Bootstrap-інтервал непрямого ефекту містить нуль ($-0.0472 \dots 0.0451$), що підтверджує відсутність опосередкування. Загалом модель демонструє, що у цій вибірці взаємозв'язки між змінними майже відсутні.

29. PROCESS Model 4 ($X = \text{«симбіоз»}$, $M = \text{підтримка друзів}$, $Y = \text{особистісна тривожність}$)

$$X \rightarrow a = 0,0044 (p = .331) \rightarrow M \rightarrow b = -0,1449 (p = .963) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = -0,0079 (p = .931)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0006; 95\% \text{ CI } [-0,0472; 0,0451]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Модель не виявляє медіаційних зв'язків між авторитарною гіперсоціалізацією, підтримкою друзів та рівнем особистісної тривожності. А-шлях ($p = .865$) показує, що жорстко-контролюючий стиль виховання не впливає на те, наскільки респонденти у дорослому віці сприймають підтримку друзів. В-шлях ($p = .974$) також свідчить про відсутність зв'язку між підтримкою близького кола та індивідуальними рівнями тривожності. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ ($p = .301$) є незначущим, тому авторитарна гіперсоціалізація не асоціюється з підвищеною чи зниженою тривожністю. Bootstrap-інтервал непрямого ефекту містить нуль ($-0.0542 \dots 0.0305$), що підтверджує відсутність опосередкування. Загалом модель демонструє майже повну відсутність системних зв'язків між розглянутими змінними в цій вибірці.

30. PROCESS Model 4 ($X = \text{«маленький невдаха»}$, $M = \text{підтримка друзів}$, $Y = \text{особистісна тривожність}$)

$$X \rightarrow a = 0,0031 (p = .556) \rightarrow M \rightarrow b = -0,5013 (p = .871) \rightarrow Y$$

$$\text{Прямий ефект: } c' = 0,1224 (p = .258)$$

$$\text{Непрямий ефект: } ab = -0,0016; 95\% \text{ CI } [-0,0620; 0,0415]$$

$$\text{Bootstrap} = 5000, 95\% \text{ CI}$$

Модель не демонструє наявності медіації між стилем виховання «маленький невдаха», підтримкою друзів і рівнем особистісної тривожності. А-шлях ($p = .556$) свідчить, що цей стиль не впливає на те, наскільки респонденти у дорослому віці сприймають підтримку друзів. В-шлях ($p = .871$) показує відсутність зв'язку між підтримкою друзів та рівнем їхньої тривожності. Прямий ефект $X \rightarrow Y$ ($p = .258$) також не є статистично значущим, тобто стиль «маленький невдаха» не виступає предиктором особистісної тривожності. Bootstrap-інтервал непрямого ефекту містить нуль ($-0.0620 \dots 0.0415$), що підтверджує відсутність опосередкування. Загалом модель вказує на слабкі або відсутні зв'язки між досліджуваними змінними.

Результати серії медіаційних моделей, у яких незалежними змінними виступали різні стилі взаємодії та ретроспективні стилі виховання («прийняття–відторгнення», «образ соціально бажаної поведінки», «симбіоз», «авторитарна гіперсоціалізація», «маленький невдаха»), не підтвердили наявності статистично значущих зв'язків між цими чинниками, підтримкою друзів та рівнем особистісної тривожності студентів. У всіх моделях а-шляхи виявилися несуттєвими, що вказує на відсутність впливу досліджуваних стилів виховання або взаємодії на рівень сприйнятої соціальної підтримки з боку друзів. Це означає, що суб'єктивне переживання підтримки друзів не залежить від того, у якій моделі стосунків розвивалася особистість у дитинстві або які патерни взаємодії вона проявляє зараз.

Аналогічно, б-шляхи, що відображають вплив підтримки друзів на особистісну тривожність, були також статистично незначущими. Це свідчить про те, що в межах вибірки підтримка друзів не відіграє ролі буфера тривожності й не чинить ані підсилюючого, ані захисного ефекту. Рівень тривожності респондентів виявився незалежним від того, якою є інтенсивність або якість сприйнятої підтримки.

Крім того, прямі ефекти (с'-path) між стилями виховання та особистісною тривожністю не досягли статистичної значущості. Це означає, що жоден із досліджуваних стилів не може бути розглянутий як самостійний

предиктор тривожності у студентському віці. Це важливий результат, оскільки він демонструє, що тривожність у молоді може визначатися іншими — більш актуальними, ситуаційними або особистісними — факторами, які не пов'язані безпосередньо з ранніми моделями взаємодії.

Усі непрямі ефекти (ab) за допомогою бутстреп-оцінювання мали довірчі інтервали, що містять нуль, що однозначно свідчить про відсутність медіації. Таким чином, підтримка друзів не виступає механізмом, через який стилі виховання істотно впливають на рівень особистісної тривожності.

Загалом отримані результати свідчать про незначущість структурних шляхів у всіх моделях, що може бути пов'язано як із реальними особливостями вибірки (невелика кількість респондентів, специфічні умови життя у воєнний час), так і з тим, що особистісна тривожність формується під впливом ширшого спектра факторів: актуальних стресорів, загального емоційного фону, копінг-стратегій та індивідуально-психологічних особливостей. Соціальна підтримка друзів у цій вибірці не функціонує як захисний чинник, а стилі виховання не проявляють прямого чи опосередкованого впливу.

Отже, медіаційні моделі загалом не підтверджують висунуті гіпотези і вказують на те, що структура взаємозв'язків між стилями виховання, підтримкою друзів і особистісною тривожністю є слабо вираженою або відсутньою. Це відкриває перспективу для подальших досліджень із використанням ширших вибірок та включенням додаткових психологічних змінних, які можуть точніше пояснити розвиток та підтримання тривожності в молоді.

Висновок до 3 розділу

Емпіричний аналіз, проведений у межах третього розділу, дозволив комплексно оцінити взаємозв'язки між стилями взаємодії, рівнем соціальної підтримки та показниками ситуативної й особистісної тривожності студентської молоді. Отримані результати демонструють важливу

особливість цієї вибірки: попри теоретичні припущення про можливий вплив раних стилів виховання та міжособистісних патернів на тривожні прояви, статистично значущі зв'язки виявилися вкрай обмеженими або зовсім відсутніми.

У підрозділі 3.1 кореляційний аналіз показав переважно слабкі та нестійкі асоціації між змінними. Жоден зі стилів виховання та взаємодії не продемонстрував послідовного зв'язку з тривожністю, що вказує на слабку вираженість лінійних залежностей. Водночас соціальна підтримка сім'ї, друзів і значущих інших не проявила себе як фактор, який суттєво модифікує або пояснює відмінності у рівні тривожності студентів. Це може відображати як специфіку самої вибірки, так і вікову норму підвищеної адаптивності та пластичності.

Регресійний аналіз також підтвердив відсутність предикторних зв'язків. Жодна з незалежних змінних не увійшла до моделей як значущий предиктор, що свідчить про неможливість побудувати пояснювальну регресійну структуру для ситуативної або особистісної тривожності. Відсутність статистично значущих ефектів вказує на те, що досліджувані стилі взаємодії не здійснюють самостійного впливу на тривожні прояви у студентів цієї вибірки.

Медіаційний аналіз проведений за допомогою бутстреп-процедури з 5000 повторень, дозволив оцінити можливі опосередковані ефекти соціальної підтримки. Однак жодна з моделей не продемонструвала медіаційного механізму: а-шляхи (вплив стилів взаємодії на підтримку), b-шляхи (вплив підтримки на тривожність) та непрямі ефекти стабільно не досягали статистичної значущості. Довірчі інтервали непрямих ефектів у всіх моделях містили нуль, що остаточно підтверджує відсутність опосередкування. Таким чином, соціальна підтримка, попри свій теоретично очікуваний буферний ефект, не виступає механізмом, який пояснює можливий вплив стилів взаємодії на тривожність у межах цієї вибірки.

Загалом результати третього розділу свідчать про те, що у студентів досліджуваної вікової категорії тривожність не визначається безпосередньо стилями виховання чи поточними формами соціальної взаємодії. Це може вказувати на більшу роль зовнішніх ситуаційних чинників (наприклад, навчальне навантаження, соціальний контекст, умови війни), а також на значення внутрішніх особистісних характеристик, які не були включені до цієї моделі. Така картина підкреслює складність та багатофакторність тривожних проявів, а також необхідність їхнього розгляду у ширшому психологічному та соціальному контексті.

Таким чином, третій розділ демонструє, що досліджувана система змінних не формує єдиної пояснювальної моделі тривожності. Відсутність статистично значущих ефектів не знецінює результати, а навпаки підкреслює гетерогенність психологічних процесів студентської молоді та відкриває перспективи для подальших досліджень із ширшим набором предикторів і контрольних змінних.

ВИСНОВКИ

1. Проаналізовано теоретичні підходи до проблеми тривожності молоді, ролі сімейного виховання та соціальної підтримки, що дало змогу сформулювати цілісне бачення того, як внутрішні психологічні механізми, ранні сімейні взаємодії та якість соціального оточення разом визначають емоційне функціонування особистості. Узагальнення когнітивних, поведінкових і транзакційних моделей показало, що тривожність молоді формується в умовах підвищеної життєвої невизначеності та активного становлення ідентичності, а стилі сімейного виховання задають базові схеми саморегуляції, які або зміцнюють психологічну стійкість, або підвищують вразливість до тривожних станів. Водночас соціальна підтримка виступає ключовим буферним чинником, здатним пом'якшувати дію стресових впливів і опосередковувати взаємозв'язок між сімейним досвідом та емоційним благополуччям молоді. У сукупності ці теоретичні положення дозволяють глибше зрозуміти багаторівневу природу тривожності та окреслюють напрямки ефективних психологічних втручань і подальших емпіричних досліджень.

2. Емпірично досліджено особливості стилів сімейного виховання, рівень соціальної підтримки та показники тривожності молоді. Проведений описовий та первинний аналіз дозволив виявити загальні тенденції у вибірці: стилі сімейного виховання у більшості респондентів представлені в помірних значеннях, що свідчить про відсутність виражених крайніх форм виховного впливу. Рівні соціальної підтримки від сім'ї, друзів та значущих інших оцінюються як відносно стабільні, проте неоднорідні, що відображає різні соціальні екосистеми, у яких перебуває сучасна молодь. Показники ситуативної та особистісної тривожності варіюють у межах норми, подекуди демонструючи підвищені значення, що відповідає віковим і соціальним реаліям (зокрема умовам воєнного стану). Сукупність отриманих даних

окреслює базовий психологічний профіль молоді, на основі якого можливе подальше дослідження динаміки міжособистісних та емоційних процесів.

2. Встановлено структуру взаємозв'язків між стилями виховання, соціальною підтримкою та тривожністю молоді на основі кореляційних і регресійних процедур. Кореляційний аналіз виявив переважно слабкі та статистично незначущі зв'язки між досліджуваними змінними. Стилі сімейного виховання не утворюють сталих асоціацій із рівнем тривожності, а соціальна підтримка не виступає лінійним модифікатором емоційного стану. Регресійні моделі також не підтвердили предикторної цінності стилів виховання чи підтримки для прогнозування ситуативної або особистісної тривожності. Така картина свідчить про багатofакторність тривожності, її залежність від ширшого системного контексту (індивідуально-особистісного, соціального та середовищного), а також про потенційну роль неврахованих психологічних чинників, що можуть бути більш значущими у поясненні відмінностей у тривожності молоді.

3. Перевірено медіаторну роль соціальної підтримки у поясненні впливу стилів виховання на рівень тривожності та здійснено комплексну інтерпретацію отриманих результатів. Медіаційний аналіз, виконаний за моделлю 4 А. Hayes із використанням 5000 bootstrap-реплікацій, не підтвердив наявності опосередкувального ефекту соціальної підтримки. У всіх перевірених моделях а-шляхи (вплив стилів виховання на підтримку) та b-шляхи (вплив підтримки на тривожність) виявилися статистично незначущими, а довірчі інтервали непрямих ефектів стабільно містили нуль. Це означає, що соціальна підтримка не є механізмом, через який виховні впливи дитинства відображаються у поточному тривожному стані молоді. Модель показала фрагментарність і слабку вираженість міжзмінних зв'язків, що підкреслює складність тривожності як психологічного феномену та її незалежність від простих лінійних міжособистісних детермінант у цій віковій групі.

Таким чином, комплексне дослідження, спрямоване на виявлення взаємозв'язків між стилями сімейного виховання, соціальною підтримкою та рівнем тривожності молоді, засвідчило відсутність однозначних лінійних та медіаційних ефектів. Хоча теоретичні підходи вказують на ймовірний вплив ранніх взаємодій і соціального оточення на емоційне функціонування, емпіричні дані даної вибірки продемонстрували, що тривожність не визначається безпосередньо стилями виховання чи рівнем отримуваної підтримки. Це відкриває важливий простір для подальших досліджень, спрямованих на включення додаткових психологічних конструктів — таких як копінг-стратегії, рівень життєстійкості, емоційна регуляція, вплив воєнного контексту, особистісні риси — які можуть виступати більш вагомими чинниками тривожності. Водночас результати підкреслюють високу адаптивність молоді, гнучкість її психоемоційного функціонування та багатовимірність соціально-психологічних процесів. Робота підтверджує необхідність комплексного підходу до вивчення тривожності й демонструє цінність емпіричного аналізу навіть тоді, коли гіпотези не отримують статистичного підтвердження — адже це дозволяє уточнювати теоретичні моделі та формувати нові напрями психологічного пошуку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Архулік В. Девіантна поведінка підлітків: демократичні свободи чи соціальні. Нова педагогічна думка. 2016. № 3. С. 58-62.
2. Бліхар, В. Особливості взаємозв'язків стилів сімейного виховання та батьківського ставлення зі страхами та тривожністю дітей. Психологія і особистість, 2024, 1, 141–155. <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2024.1.298775> Дата звернення 10.06.2025
3. Бондаренко Н. П., Жумар Д. М. Вплив сімейного виховання на формування патохарактерологічних рис у дитячому та підлітковому віці. Габітус, 2024, 59, с. 66–72. <http://habitus.od.ua/journals/2024/59-2024/59-2024.pdf> Дата звернення 10.06.2025
4. Булах І. С. Специфіка становлення самоствердження особистості підліткового віку. Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. 2013. Вип. 13. С. 154-163
5. Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи, 25-26 жовтня 2024 р. : Матеріали ІХ Міжнародної науково-практичної конференції / За ред. І.В. Данилюка, Т.М. Траверсе. – Київ: Видавництво Ліра-К, 2024. – 370 с. Online-видання. <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi81/0060744.pdf> Дата звернення 10.06.2025
6. Вернік О.Л., Павленко О.В. Особливості уявлень про благополуччя в студентської молоді. Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2020. Том. VII: Екологічна психологія. Вип. 49. С. 23–34.
7. Вовчик-Блакитна О.О. Особливості сімейного виховання та формування особистості підлітка. Київ: Університетське видавництво «Пульсари», 2019. 242 с.

8. Гавриловська К.П. (2020). Модель BASIC Ph у роботі психолога. Розвиток обдарованої особистості в освітньому просторі: ціннісний вимір: тези доповідей X наук.-практ. семінару., 23 квіт. 2020 р. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 14-15.
9. Гончаренко Т.А. Психологічні чинники розвитку тривожності підлітків у сім'ях з різними стилями виховання. Вісник Національного університету "Київський політехнічний інститут". Серія: Філософія. Психологія. Педагогіка. Київ, 2021. № 2 (71). С. 68-75.
10. Джаббарова, Л. В. Особливості взаємозв'язку психологічного благополуччя з особистісною та соціальною ідентичністю : дис. ... канд. психол. наук / Лілія Володимирівна Джаббарова. – Харків: Харківський національний університет, 2020. – 251 с.
11. Дідух, Ірина & Комар, Ірина & Петришин, Роман. (2023). Соціальна підтримка студентської молоді в Україні в умовах війни. Вісник науки та освіти. 10.52058/2786-6165-2023-11(17)-680-690.
12. Здобувач освіти в НУШ: домінанти розвитку та шляхи мобілізації ресурсів. /Зб.наук.пр. [ред. кол.: В.І.Очеретянко (гол.) та ін.] – Хмельницький: ХОІППО, 2021 – 580 с.
13. Калюжна Є.М. Психологічні механізми особистісної тривожності у підлітковому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2008. 27 с
14. Калюжна Є.М. Психолого-педагогічні чинники тривожності у підлітків, Динаміка наукових досліджень-2005: Матеріали IV Міжн. наук.-практ. конф. 20-30 червня 2005 р., Дніпропетровськ, С. 20–22.

15. Карабанова О. А. Дитячо-батьківські стосунки та практика виховання в сім'ї: крос-культурний аспект. Сучасна зарубіжна психологія, 2017, 6(2), 15–26. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2017060202> Дата звернення 10.06.2025
16. Качанова Ю. В. Агресивність та агресія як соціологічні категорії. Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили. Сер. : Соціологія. 2010. Т. 146. Вип. 133. С. 50-54.
17. Клименко Л. В. Дослідження сімейних цінностей сучасної студентської молоді: тенденції та перспективи. Перспективи та інновації науки. 2024. № 2(36). С. 228–236.
18. Клименко Л. В. Дослідження впливу війни в Україні на родинні цінності сучасного студентства Науковий вимір соціально-педагогічних проблем сьогодення: зб. матеріалів VII Міжн. наук.-практ. конф. (25 трав. 2023 р., м. Ніжин) / за ред. О. В. Лісовця, С. О. Борисюк. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2023. С. 41–43.
19. Кузнецова, О. В. (2019). Методика «Стратегії сімейного виховання» С. С. Степанова у модифікації І. І. Махоніної. Режим доступу: <https://vseosvita.ua/library/dodatok-do-stattiditaco-batkivski-vidnosini-v-rodini-metodikastrateg> Дата звернення 10.06.2025
20. Лемак М.В., Петрищев В.Ю. Методичне видання. Психологу для роботи. Діагностичні методики. Ужгород Вид-во Олександри Гаркуші. 2011. 616 с.
21. Михайлова Е. Соціодемографічні, психологічні, біологічні чинники предикції тривожних розладів у дітей. Медична психологія. 2018. No 2. Т. 13. С. 7-14. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mpsl_2018_13_2_4 Дата звернення 10.06.2025

22. Молодь у сучасній психології. Збірник матеріалів конференції / за ред.: Кузікової С. Б., Вертея А.В. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2023. – 284 с.

23. Особистість і суспільство: психосоціальні виміри ковітальної взаємодії : матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції, (м. Тернопіль, Західноукраїнський національний університет, 30 квітня 2025 р.). Тернопіль : ЗУНУ, 2025. 421 с. <http://psr.wunu.edu.ua/wp-content/uploads/2025/06/Zbirnik-III-Vseukr.konf.-Ternopil-2025.pdf> Дата звернення 10.06.2025

24. Петухова І. О., Заушнікова М. Ю., Клевець Л. М. Способи зниження рівня тривоги населення в умовах війни. Вісник Національного університету оборони України, 2022. № 4 (68). С. 123–129

25. Поліщук С. А. Методичний довідник з психодіагностики : навчально-методичний посібник. – Суми : Університетська книга, 2023. – 112 с.

26. Психологія особистості: тексти і методики : навчальний посібник / за ред. Л. К. Величенка. – Одеса : Букаєв Вадим Вікторович, 2008. – 268 с.

27. Психологія і війна: збірник матеріалів XIV Міжнародної науковопрактичної конференції (23–24 квітня 2024 р., м. Ніжин) / за ред. М. В. Папучі. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2024. 435 с.

28. Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми: Університетська книга, 2021. 248 с. ISBN 978-966-680-985-1

29. Психологічна допомога особистості у воєнний період : матеріали VII Всеукр. психологічних читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів», м. Умань, 18 квіт. 2024 р. / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини, Ф-т соц. та психологічної освіти та [ін.] ; [редкол.: С. Ю. Діхтяренко, Л. А. Данилевич, А. В. Шулдик, О. О. Андрусик]. – Умань. – 204 с.

30. Психологічні ресурси розвитку особистісної в умовах невизначеності освітнього простору: збірник матеріалів наукових доповідей І Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Київ, 23 жовтня 2024 року). Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2024. 264 с.

31. Субашкевич І.Р., Сеньків Х.Т. Вплив стилю сімейного виховання на формування ціннісних орієнтацій підлітків. Інноваційна педагогіка. 2020. Випуск 21. Т. 2. С. 196–200

32. Харченко О. Тривога та тривожність як психологічні детермінанти самореалізації особистості. Київський науково-педагогічний вісник. 2018. № 15. С. 64-73

33. Цветков С. Статеві особливості психологічної сепарації підлітків від матері і батька. Міжнародний центр батьківства, 2021. URL: <https://uafathers.com/blog/39> Дата звернення 10.06.2025

34. Шевякова І. П., Ходоренко Д. В. Дослідження обізнаності молоді з питань тривожних станів та їх профілактики під час війни. Психологія і суспільство, 2024, № 3, URL: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/3_2024/13.pdf Дата звернення 10.06.2025

35. Affrunti N. C., Wood J. J. Parental control and child anxiety: A meta-analytic review. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 2014.

36. Aldao A., Nolen-Hoeksema S. When are adaptive strategies most predictive of psychopathology? *Clinical Psychology Review*, 2013.

37. Aldridge A. A., Roesch S. C. Examining coping and social support as mediators of the relation between parenting and depressive symptoms. *Anxiety, Stress, & Coping*, 2008.

38. Allen J. P., Manning N. Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 2016.

39. Allen T. D., Eby L. T. The Oxford Handbook of Work and Family. Oxford: Oxford University Press, 2016.
40. Arnett J. J. Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties. Oxford: Oxford University Press, 2015.
41. Barlow D. H. Anxiety and Its Disorders: The Nature and Treatment of Anxiety and Panic. New York: Guilford Press, 2014.
42. Barlow D. H., Durand V. Abnormal Psychology: An Integrative Approach. Boston: Cengage, 2015.
43. Baumrind D. The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Developmental Psychology*, 1991.
44. Beck A. T., Clark D. A. An information processing model of anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 1997.
45. Beiter R., Nash R., McCrady M. та ін. The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 2015.
46. Bowlby J. A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory. London: Routledge, 1988.
47. Chorpita B. F. Modular Cognitive-Behavioral Therapy for Childhood Anxiety Disorders. New York: Guilford Press, 2009.
48. Clark D. A., Beck A. T. Cognitive Therapy of Anxiety Disorders. New York: Guilford Press, 2012.
49. Cohen S. Social relationships and health. *American Psychologist*, 2004.
50. Cohen S., Wills T. A. Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 1985.
51. Coleman J. C. The Nature of Adolescence. London: Routledge, 2011.
52. Compas B. E. Coping and emotion regulation: Pathways to psychopathology. *Annual Review of Clinical Psychology*, 2017.

53. Compas B. E., Jaser S., Bettis A. Social stress and youth anxiety. *Journal of Youth and Adolescence*, 2020.
54. Farren, R., Bates, E. A., Astell, A., et al. Developmental trajectories of depression, anxiety, and stress among college students: a piecewise growth mixture model analysis. *Humanities and Social Sciences Communications*, 10, 2023. <https://www.nature.com/articles/s41599-023-02252-2> Дата звернення 10.06.2025
55. Gray J. A. The psychology of fear and stress. Cambridge: Cambridge University Press, 1987.
56. Grant K. E., Compas B. E., Stuhlmacher A. F. та ін. Stressors and coping among adolescents. *Journal of Adolescence*, 2006.
57. House J. S. Work Stress and Social Support. Reading, MA: Addison-Wesley, 1981.
58. Izard C. E. Human Emotions. New York: Springer, 2010.
59. Kawabata Y., Alink L. R. A., Tseng W. L. та ін. Maternal parenting and child externalizing behavior. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2011.
60. Khaleque A., Rohner R. P. Perceived parental acceptance–rejection and psychological adjustment. *Journal of Child and Family Studies*, 2012.
61. Lakey B., Orehek E. Relational regulation theory. *Psychological Review*, 2011.
62. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer, 1984.
63. Liu C. H., Zhang E., Wong G., Hyun S. Factors associated with depression, anxiety, and PTSD among college students during COVID-19. *Psychiatry Research*, 2020.
64. Maccoby E. E., Martin J. Socialization in the context of the family. In: *Handbook of Child Psychology*, 1983.

65. Mathews A., MacLeod C. Cognitive vulnerability to emotional disorders. *Annual Review of Clinical Psychology*, 2005.
66. Mikulincer M., Shaver P. R. *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change*. New York: Guilford Press, 2007.
67. Mineka S., Zinbarg R. A. A contemporary learning theory perspective on the etiology of anxiety. *American Psychologist*, 2006.
68. Mowrer O. H. Two-factor learning theory reconsidered. *Psychological Review*, 1951.
69. Rapee R. M., Schniering C. A., Hudson J. L. Anxiety disorders during adolescence. *Clinical Psychology Review*, 2015.
70. Rothbaum F., Weisz J. Parental control and child anxiety: A cross-cultural perspective. *Child Development*, 1994.
71. Sarason I. G., Sarason B. R., Shearin E. The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990.
72. Soenens B., Vansteenkiste M., Luyten P. Autonomy support and psychological development. *Developmental Psychology*, 2010.
73. Spielberger C. D. *State-Trait Anxiety Inventory*. Menlo Park, CA: Mind Garden, 2010.
74. Spielberger C. D., Sydeman S. J. Anxiety and personality. In: *Handbook of Personality Psychology*, 1994.
75. Steinberg L. *Adolescence*. New York: McGraw-Hill, 2017.
76. Twenge JM, Campbell WK. Media Use Is Linked to Lower Psychological Well-Being: Evidence from Three Datasets. *Psychiatr Q*. 2019 Jun;90(2):311-331. doi: 10.1007/s11126-019-09630-7. PMID: 30859387.
77. Zimet G. D., Dahlem N. W., Zimet S. G., Farley G. K. The MSPSS: Scale development and validation. *Journal of Personality Assessment*, 1988.

78. Zinbarg, Richard & Craske, Michelle & David, Barlow. (2006). The Nature of Anxiety and Generalized Anxiety Disorder. 10.1093/med:psych/9780195300024.003.0002.