

ОСОБЛИВОСТІ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

Нетудихата Софія

Актуальність дослідження зумовленим тим, що сучасне суспільство розвивається в умовах постійної невизначеності, що зумовлена швидкими соціальними змінами, нестабільністю життєвих обставин, надмірним інформаційним потоком та зростанням кількості стресових чинників. За таких умов особливого значення набуває проблема психологічної адаптації особистості, особливо підлітків, які перебувають на етапі активного формування особистості та системи соціальних взаємин.

Підлітковий вік є важливим періодом для розвитку міжособистісних стосунків, адже саме в цей час інтенсивно формується самосвідомість, система цінностей, соціальні ролі та комунікативні навички. Разом із тим підлітки особливо чутливо реагують на вплив зовнішніх умов, зокрема ситуацій невизначеності, які можуть спричиняти підвищену тривожність, емоційну нестабільність та труднощі у взаємодії з оточенням. Невизначеність як психологічне явище пов'язана з браком чітких орієнтирів, прогнозованості та контролю над подіями, що ускладнює прийняття рішень і процес спілкування. У таких обставинах важливого значення набувають індивідуально-психологічні особливості особистості, зокрема рівень тривожності та толерантність до невизначеності, які визначають способи реагування людини та її поведінку в соціальному середовищі.

Саме тому, вивчення особливостей міжособистісної взаємодії підлітків в умовах невизначеності є важливим як для теорії, так і для практики психології, оскільки дає можливість глибше зрозуміти механізми адаптації підлітків до сучасних соціальних викликів і окреслити шляхи психологічної підтримки.

Метою дослідження є аналіз психологічних особливостей міжособистісної взаємодії підлітків в умовах невизначеності та визначення чинників, які впливають

на її результативність.

Міжособистісна взаємодія являє собою складний багатокomпонентний процес, який охоплює обмін інформацією, емоціями та поведінковими реакціями між людьми. У підлітковому віці вона має особливе значення, оскільки є важливим чинником соціалізації, формування самооцінки та особистісної ідентичності.

Теоретичний аналіз наукових джерел свідчить, що ефективність міжособистісної взаємодії залежить від поєднання когнітивних, емоційних і поведінкових компонентів. Одним із провідних чинників, що впливають на цей процес, виступає тривожність. Вона розглядається як емоційний стан, який виникає в ситуаціях невизначеності та супроводжується очікуванням небезпеки чи негативних наслідків. У підлітків високий рівень тривожності може проявлятися через невпевненість у собі, труднощі у спілкуванні, уникнення соціальних контактів або агресивні форми поведінки.

Важливим чинником також є толерантність до невизначеності, що визначається як здатність людини сприймати неоднозначні ситуації без надмірного емоційного напруження. Особи з високим рівнем толерантності до невизначеності характеризуються гнучкістю мислення, відкритістю до нового досвіду та кращою здатністю адаптуватися до змін. Натомість низький рівень толерантності супроводжується підвищеною тривожністю, прагненням уникати складних ситуацій і труднощами у міжособистісних стосунках.

Емпіричне дослідження здійснювалося за допомогою психодіагностичних методик: шкали тривожності Спілбергера, методики Т. Лірі, шкали толерантності до невизначеності Д. Маклейна та методики В. Бойка. Результати засвідчили, що міжособистісна взаємодія підлітків у ситуаціях невизначеності є неоднорідною. Підвищена тривожність у значної частини респондентів ускладнює встановлення довірливих стосунків, сприяє уникненню контактів і підвищує схильність до конфліктної поведінки. Водночас встановлено, що підлітки з високою толерантністю до невизначеності демонструють більш адаптивні моделі поведінки

у спілкуванні. Вони характеризуються відкритістю, готовністю до співпраці, вищим рівнем комунікативної толерантності та ефективніше будують міжособистісні стосунки навіть у складних життєвих умовах.

Саме тому, результати дослідження підтверджують, що тривожність і толерантність до невизначеності є важливими психологічними чинниками міжособистісної взаємодії підлітків. Їхній вплив проявляється як на емоційному, так і на поведінковому рівнях, визначаючи ефективність соціальної взаємодії загалом.

Таким чином, у ході дослідження встановлено, що міжособистісна взаємодія підлітків в умовах невизначеності є складним багатофакторним процесом, який значною мірою визначається індивідуально-психологічними особливостями особистості. Високий рівень тривожності негативно впливає на процес спілкування, сприяє виникненню труднощів у взаємодії, підвищує конфліктність і знижує ефективність соціальних контактів. Натомість високий рівень толерантності до невизначеності є важливим психологічним ресурсом, який забезпечує гнучкість поведінки, емоційну стійкість та сприяє формуванню конструктивних моделей взаємодії. Отже, розвиток у підлітків здатності приймати невизначеність та зниження рівня тривожності є важливими напрямками психологічної роботи, спрямованої на покращення їхньої соціальної адаптації та міжособистісного спілкування.

Перспективи подальших досліджень полягають у створенні та впровадженні психокорекційних програм, орієнтованих на розвиток комунікативних умінь, формування психологічної стійкості та підвищення толерантності до невизначеності у підлітків.

Список використаних джерел

1. Алексеева Ю.А., Артемчук О. Г., Шишова О. М. Психодіагностика дітей та підлітків (Для психодіагностичної практики студентів): Навчально-методичний посібник. К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011.
2. Галієва О. М. Диференціація понять «тривога» і «тривожність». *Психологія та соціальна робота*. Київ, 2019
3. Долинська Л. В., Лисянська Т. М., Ширяєва Л. М. Вікова психологія: хрестоматія навч. посіб. упоряд.: Київ. Каравела. 2014.
4. Кутішенко В.П., Вікова та педагогічна психологія. Київ «Центр учбової літератури» 2010.