

МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ ТА ІНФОРМАЦІЙНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ КУЛЬТУРИ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ

**АКЦЕНТУАЦІЯ ХАРАКТЕРУ ТА СПРИЙНЯТТЯ СОЦІАЛЬНОЇ  
ПІДТРИМКИ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ СЕРЕД МОЛОДІ**

Кваліфікаційна робота

Освітня програма: Психологія  
Спеціальність: 053 Психологія  
Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки  
Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

Виконав здобувач

4 курсу 1 групи

Пелих Вадим Вадимович

---

(підпис)

Науковий керівник

(к.психол.н., доцент)

Приходько Д.П.

---

(підпис)

Роботу захищено «    »    2024

р.

Оцінка: \_\_\_\_\_

---

(підпис)

Харків, 2024

## ЗМІСТ

ЗМІСТ.....	2
ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ АКЦЕНТУАЦІЙ ХАРАКТЕРУ ТА СПРИЙНЯТТЯ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ У МОЛОДІ.....	6
1.1. Поняття акцентуації характеру та її типи.....	6
1.2. Особливості сприйняття соціальної підтримки молоддю.....	8
1.3. Взаємозв'язок акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки .....	11
ВИСНОВОК ДО РОЗДІЛУ 1.....	17
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АКЦЕНТУАЦІЙ ХАРАКТЕРУ ТА СПРИЙНЯТТЯ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ СЕРЕД МОЛОДІ.....	19
2.1. Організація дослідження.....	19
2.2. Аналіз результатів дослідження акцентуацій характеру серед молоді.....	24
2.3. Особливості сприйняття соціальної підтримки молоддю з різними типами акцентуацій характеру.....	27
ВИСНОВОК ДО РОЗДІЛУ 2.....	33
ВИСНОВКИ.....	35
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	37
ДОДАТКИ.....	40

## ВСТУП

**Актуальність теми.** У сучасному суспільстві проблема психологічного благополуччя та адаптації молоді набуває особливої актуальності. Молодість є важливим періодом становлення особистості, який характеризується інтенсивним розвитком самосвідомості, формуванням життєвих цілей та цінностей, а також пошуком свого місця у соціумі. Водночас, молодь стикається з численними викликами та стресовими ситуаціями, які можуть негативно впливати на їх психологічне здоров'я та адаптацію.

Одним з факторів, що впливають на психологічне благополуччя молоді, є акцентуації характеру. Акцентуації характеру розглядаються як крайні варіанти норми, що характеризуються надмірною вираженістю окремих рис характеру та можуть виступати як фактори ризику для розвитку психологічних проблем та дезадаптивної поведінки. Дослідження показують, що молодь з різними типами акцентуацій характеру може мати відмінності у емоційному реагуванні, міжособистісних стосунках та адаптації до стресових ситуацій.

Іншим важливим фактором психологічного благополуччя молоді є сприйняття соціальної підтримки. Соціальна підтримка розглядається як наявність або доступність людей, на яких можна покластися, які піклуються про індивіда та цінують його. Дослідження свідчать, що високий рівень сприйняття соціальної підтримки пов'язаний з кращим психологічним здоров'ям, вищою самооцінкою та більш ефективним подоланням стресових ситуацій.

Разом з тим, особливості сприйняття соціальної підтримки можуть різнитися залежно від індивідуальних характеристик особистості, зокрема, від типу акцентуації характеру. Молодь з різними типами акцентуацій характеру може мати відмінності у потребах та очікуваннях щодо соціальної підтримки, а також у реакціях на її отримання або відсутність. Розуміння цих особливостей є важливим для надання ефективної психологічної допомоги та підтримки молоді.

Таким чином, дослідження взаємозв'язку акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у молоді є актуальним та значущим для сучасної психологічної науки та практики. Врахування індивідуальних особливостей характеру та потреб у соціальній підтримці дозволить розробляти ефективні програми психологічного супроводу молоді, спрямовані на підвищення їх психологічного благополуччя та адаптації.

**Мета дослідження:** вивчити взаємозв'язок акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у молоді.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у молоді.
2. Емпірично дослідити особливості акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у молоді.
3. Проаналізувати взаємозв'язок акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у молоді.
4. Розробити рекомендації щодо психологічного супроводу молоді з різними типами акцентуацій характеру з урахуванням їх особливостей сприйняття соціальної підтримки.

**Об'єкт дослідження:** психологічні особливості молоді.

**Предмет дослідження:** взаємозв'язок акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у молоді.

**Практичне значення** роботи полягає у тому, що отримані результати можуть бути використані для розробки та впровадження ефективних програм психологічної допомоги та підтримки молоді з різними типами акцентуацій характеру. Врахування індивідуальних особливостей характеру та потреб у соціальній підтримці дозволить підвищити ефективність психологічного супроводу молоді та сприятиме їх успішній адаптації та особистісному зростанню.

**Теоретичне значення** роботи полягає у поглибленні наукових уявлень про взаємозв'язок акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у

молоді. Результати дослідження можуть бути використані для подальших теоретичних та емпіричних розробок у галузі психології особистості та вікової психології.

**Гіпотеза дослідження:** існує взаємозв'язок між типами акцентуацій характеру та особливостями сприйняття соціальної підтримки у молоді. Молодь з різними типами акцентуацій характеру матиме відмінності у показниках сприйняття соціальної підтримки.

**Новизна роботи** полягає у тому, що вперше здійснено комплексне дослідження взаємозв'язку акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у молоді. Отримані результати поглиблюють розуміння індивідуальних особливостей молоді та можуть бути використані для розробки інноваційних підходів до психологічного супроводу цієї вікової групи.

**Методи дослідження.** В процесі написання нашої роботи була використана система загальнонаукових та спеціальних емпіричних і теоретичних методів дослідження. Також використовувалися такі емпіричні методи, як, опис, порівняння та узагальнення.

**Структура роботи.** Робота складається зі змісту, вступу, двох розділів, 6 підрозділів, висновків, списку використаних джерел та додатку.

# РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ АКЦЕНТУАЦІЙ ХАРАКТЕРУ ТА СПРИЙНЯТТЯ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ У МОЛОДІ

## 1.1. Поняття акцентуації характеру та її типи

Акцентуація характеру є однією з ключових концепцій у психології особистості, яка привертає увагу дослідників протягом багатьох десятиліть. Термін "акцентуація" був введений німецьким психіатром Карлом Леонгардом у 1968 році для позначення надмірної вираженості окремих рис характеру, що не досягають рівня патології [1, с. 15]. Акцентуація характеру розглядається як крайній варіант норми, при якому окремі риси характеру надмірно посилені, що призводить до вибіркової вразливості щодо певних психогенних впливів при хорошій і навіть підвищеній стійкості до інших [2, с. 7].

Концепція акцентуації характеру набула подальшого розвитку в роботах вітчизняних і зарубіжних дослідників. Зокрема, А. Є. Лічко розглядав акцентуації характеру як дисгармонійність розвитку характеру, гіпертрофовану вираженість окремих його рис, що обумовлює підвищену вразливість особистості відносно певного роду дій і ускладнює її адаптацію в деяких специфічних ситуаціях [3, с. 23]. Він підкреслював, що акцентуації характеру не є психічними розладами, але можуть бути передумовою для їх розвитку при несприятливих обставинах.

Дослідники виділяють різні типи акцентуації характеру, спираючись на домінуючі риси особистості. Найбільш відомою є типологія К. Леонгарда, яка включає десять типів акцентуацій: гіпертимний, застрягаючий, емотивний, педантичний, тривожний, циклотимний, демонстративний, збудливий, дистимний та екзальтований [1, с. 18-19]. Кожен тип характеризується своєрідним поєднанням рис характеру, що визначає особливості емоційного реагування, міжособистісної взаємодії та адаптації індивіда.

Гіпертимний тип акцентуації характеризується підвищеним фоном настрою, активністю, енергійністю, оптимізмом, але водночас і схильністю до

ризикованої поведінки та недостатньою серйозністю [4, с. 105]. Застрагаючий тип проявляється у надмірній стійкості афекту, ригідності, честолюбстві та підвищеній чутливості до соціальної справедливості. Емотивний тип вирізняється високою чутливістю, вразливістю, глибиною переживань та емпатійністю.

Педантичний тип акцентуації характеру проявляється у надмірній акуратності, скрупульозності, прагненні до порядку та нерішучості [2, с. 11]. Тривожний тип характеризується схильністю до страхів, невпевненістю у собі, низькою контактністю та самооцінкою [4, с. 109]. Циклотимний тип вирізняється циклічними змінами настрою та активності, чергуванням періодів підйому та спаду.

Демонстративний тип акцентуації характеру проявляється у прагненні бути в центрі уваги, егоцентризмі, артистизмі та схильності до маніпуляцій [3, с. 92]. Збудливий тип характеризується імпульсивністю, низькою стриманістю, грубістю та схильністю до асоціальної поведінки. Дистимний тип вирізняється зниженим фоном настрою, песимізмом, низькою контактністю та фіксацією на негативних аспектах життя [4, с. 112].

Екзальтований тип акцентуації характеру проявляється у високій контактності, емоційності, захопленості та схильності до перебільшень. Кожен тип акцентуації має свої сильні та слабкі сторони, що впливають на адаптацію індивіда в різних життєвих ситуаціях.

Акцентуації характеру найбільш яскраво проявляються в підлітковому та юнацькому віці, коли відбувається активне формування особистості. В. В. Русалов зазначає, що акцентуації характеру в цьому віці можуть бути пов'язані з нерівномірністю та гетерохронністю розвитку різних сфер особистості [5, с. 180]. Підлітки та юнаки з акцентуаціями характеру можуть стикатися з труднощами у спілкуванні, навчанні та адаптації до нових умов.

Дослідження показують, що акцентуації характеру можуть впливати на різні аспекти життя молоді. Зокрема, Н. Ю. Максимова виявила зв'язок між типами акцентуацій характеру та схильністю до девіантної поведінки у

підлітків [6, с. 58]. Підлітки з демонстративним, збудливим та застрягаючим типами акцентуацій характеру мали вищий ризик розвитку девіантної поведінки порівняно з іншими типами.

Акцентуації характеру також можуть позначатися на навчальній діяльності та професійному самовизначенні молоді. О. С. Кочарян та Т. А. Алексеєва виявили, що студенти з різними типами акцентуацій характеру мають відмінності в навчальній мотивації та ставленні до навчання [7, с. 125]. Студенти з гіпертимним типом акцентуації характеру мали вищу навчальну мотивацію, але нижчу академічну успішність порівняно зі студентами з педантичним та емотивним типами.

Розуміння особливостей акцентуацій характеру є важливим для надання психологічної допомоги та підтримки молоді. Л. М. Собчик підкреслює, що при роботі з акцентуєваними особистостями необхідно враховувати їх індивідуальні особливості та використовувати диференційований підхід. Психологічна допомога може бути спрямована на розвиток адаптивних копінг-стратегій, формування адекватної самооцінки та покращення міжособистісних стосунків.

Акцентуації характеру також можуть впливати на сприйняття та потребу в соціальній підтримці у молоді. О. В. Царькова виявила, що підлітки з різними типами акцентуацій характеру мають відмінності в оцінці значущості різних видів соціальної підтримки [9, с. 215]. Підлітки з тривожним та педантичним типами акцентуацій характеру надавали більшого значення емоційній підтримці, тоді як підлітки з гіпертимним та демонстративним типами більше цінували інформаційну та інструментальну підтримку.

Таким чином, акцентуації характеру є важливим аспектом особистості, що впливає на різні сфери життя молоді. Розуміння типів акцентуацій характеру та їх особливостей є необхідним для надання ефективної психологічної допомоги та підтримки молодим людям у їх особистісному та професійному розвитку. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення зв'язку акцентуацій характеру з іншими психологічними



характеристиками та розробку диференційованих підходів до психологічного супроводу акцентуєваних особистостей.

## **1.2. Особливості сприйняття соціальної підтримки молоддю**

Соціальна підтримка є важливим фактором, що впливає на психологічне благополуччя та адаптацію молоді. Вона визначається як наявність або відсутність психологічної, інформаційної та матеріальної допомоги з боку оточення, що сприймається індивідом [10, с. 45]. Сприйняття соціальної підтримки є суб'єктивним відображенням реальної підтримки, яку отримує особистість, та може відрізнятися від об'єктивної оцінки наявної підтримки.

Молодь, як особлива соціально-демографічна група, має свої особливості сприйняття соціальної підтримки. О. В. Петрунко зазначає, що для молоді важливими є такі аспекти соціальної підтримки, як емоційна близькість, довіра, прийняття та розуміння з боку значущих осіб [11, с. 128]. Молоді люди потребують відчуття належності до соціальної групи та визнання їх цінності як особистостей.

Дослідження показують, що сприйняття соціальної підтримки у молоді пов'язане з різними факторами. Зокрема, Т. М. Титаренко виявила, що на сприйняття соціальної підтримки впливають особливості сімейних стосунків, стиль батьківського виховання та рівень сімейної згуртованості [12, с. 201]. Молодь, яка зростала в емоційно близьких та підтримуючих сім'ях, як правило, має вище сприйняття соціальної підтримки порівняно з молоддю з дисфункціональних сімей.

Гендерні відмінності також можуть позначатися на сприйнятті соціальної підтримки молоддю. Н. В. Гребінь зазначає, що дівчата зазвичай мають вищу потребу в емоційній підтримці та більше цінують близькі довірливі стосунки, тоді як хлопці більше орієнтуються на інструментальну підтримку та незалежність [13, с. 87]. Ці відмінності можуть бути пов'язані з гендерними стереотипами та соціальними очікуваннями щодо поведінки та потреб чоловіків і жінок.

Сприйняття соціальної підтримки також може змінюватися залежно від життєвого контексту та стресових ситуацій, з якими стикається молодь. Л. А. Лепіхова виявила, що в період адаптації до нових умов, наприклад, при вступі до закладу вищої освіти або початку трудової діяльності, молодь може відчувати підвищену потребу в соціальній підтримці [14, с. 115]. У цей період важливою є наявність надійних соціальних зв'язків та відчуття прийняття з боку нового оточення.

Соціальна підтримка відіграє важливу роль у подоланні стресу та адаптації молоді до життєвих труднощів. Н. І. Сердюк зазначає, що наявність соціальної підтримки може зменшувати негативний вплив стресових факторів на психологічне благополуччя молоді [15, с. 68]. Молоді люди, які мають надійну соціальну підтримку, як правило, демонструють вищу стресостійкість та краще справляються з викликами.

Водночас, низьке сприйняття соціальної підтримки може бути фактором ризику для розвитку емоційних та поведінкових проблем у молоді. О. В. Чуйко виявила зв'язок між низьким рівнем сприйняття соціальної підтримки та схильністю до депресивних станів і суїцидальних думок у студентів [16, с. 180]. Відсутність відчуття підтримки та розуміння з боку оточення може посилювати почуття самотності та безнадії у молоді.

Розуміння особливостей сприйняття соціальної підтримки молоддю є важливим для розробки ефективних програм психологічної допомоги та профілактики емоційних проблем. Т. В. Говорун підкреслює необхідність створення сприятливого соціального середовища, яке б забезпечувало молоді відчуття прийняття, поваги та підтримки [17, с. 243]. Це може досягатися через розвиток навичок ефективної комунікації, формування здорових міжособистісних стосунків та залучення молоді до соціально значущої діяльності.

Особливу увагу слід приділяти молоді, яка належить до груп ризику, наприклад, молоді з неблагополучних сімей або молоді з особливими потребами. Л. М. Коробка зазначає, що ця категорія молоді може мати нижче

сприйняття соціальної підтримки та потребувати додаткових ресурсів для адаптації та інтеграції в суспільство [18, с. 95]. Психологічна робота з цією категорією молоді має бути спрямована на розширення соціальних зв'язків, розвиток навичок пошуку та прийняття допомоги, а також на підвищення самооцінки та впевненості в собі.

Таким чином, сприйняття соціальної підтримки є важливим аспектом психологічного благополуччя молоді. Воно пов'язане з різними факторами, такими як сімейні стосунки, гендерні особливості та життєвий контекст. Наявність соціальної підтримки може сприяти адаптації молоді до стресових ситуацій та запобігати розвитку емоційних проблем. Розуміння особливостей сприйняття соціальної підтримки молоддю є необхідним для розробки ефективних програм психологічної допомоги та профілактики. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення факторів, що впливають на сприйняття соціальної підтримки у різних категорій молоді, та розробку інтервенцій, спрямованих на підвищення рівня сприйняття підтримки та покращення психологічного благополуччя молоді.

### **1.3. Взаємозв'язок акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки**

Акцентуації характеру та сприйняття соціальної підтримки є важливими факторами, що впливають на психологічне благополуччя та адаптацію молоді. Дослідження показують, що існує взаємозв'язок між типами акцентуацій характеру та особливостями сприйняття соціальної підтримки у молодих людей [10, с. 67]. Розуміння цього взаємозв'язку може допомогти у розробці ефективних стратегій психологічної допомоги та підтримки молоді з різними типами акцентуацій характеру.

Акцентуації характеру, як надмірна вираженість окремих рис характеру, можуть впливати на сприйняття та потребу в соціальній підтримці. Л. М. Коробка зазначає, що молоді люди з різними типами акцентуацій характеру можуть мати відмінності у сприйнятті та реагуванні на соціальну підтримку

[18, с. 112]. Деякі типи акцентуацій, такі як гіпертимний та демонстративний, можуть бути пов'язані з вищою потребою в соціальній увазі та схваленні, тоді як інші типи, такі як тривожний та дистимний, можуть характеризуватися нижчою довірою до оточення та страхом відкидання.

Дослідження Т. В. Говорун показало, що молодь з емотивним типом акцентуації характеру має вищу потребу в емоційній підтримці та чутливість до міжособистісних стосунків [17, с. 156]. Вони можуть гостро реагувати на критику та відкидання, а також потребувати постійного підтвердження своєї значущості для оточення. У той же час, молодь з педантичним типом акцентуації характеру може мати нижчу потребу в емоційній підтримці, але вищу потребу в інформаційній та інструментальній підтримці [11, с. 243].

Н. В. Гребінь виявила, що молодь з тривожним типом акцентуації характеру може мати нижчу довіру до соціальної підтримки та вищу схильність до самотності [13, с. 91]. Вони можуть уникати соціальних контактів через страх критики та відкидання, а також мати труднощі у прийнятті допомоги від інших. У таких випадках важливо створювати безпечне та підтримуюче середовище, яке б дозволило молоді з тривожним типом акцентуації поступово розвивати довіру та відкритість до підтримки.

О. В. Чуйко зазначає, що молодь з циклотимним типом акцентуації характеру може мати нестабільне сприйняття соціальної підтримки, яке залежить від їх емоційного стану [16, с. 182]. У період підйому настрою вони можуть активно шукати соціальні контакти та підтримку, тоді як у період спаду можуть відчувати себе самотніми та відкинутими. Для цієї категорії молоді важливо розвивати навички емоційної саморегуляції та стабільності у міжособистісних стосунках.

Л. А. Лепіхова підкреслює, що молодь з гіпертимним типом акцентуації характеру може мати високу потребу в соціальній активності та схваленні, але водночас може недооцінювати важливість емоційної підтримки [14, с. 117]. Вони можуть бути схильні до ризикованої поведінки та ігнорування потенційних небезпек. У роботі з цією категорією молоді важливо розвивати

усвідомлення власних емоційних потреб та важливості збалансованої соціальної підтримки.

Н. І. Сердюк зазначає, що молодь з дистимним типом акцентуації характеру може мати нижчу задоволеність соціальною підтримкою та вищу схильність до песимістичного світосприйняття [15, с. 70]. Вони можуть фокусуватися на негативних аспектах життя та недооцінювати наявну підтримку. Для цієї категорії молоді важливо розвивати навички позитивного мислення та вдячності, а також заохочувати до активного пошуку та прийняття соціальної підтримки.

О. В. Петрунько виявила, що молодь з демонстративним типом акцентуації характеру може мати високу потребу в соціальній увазі та визнанні, але водночас може маніпулювати оточенням для задоволення власних потреб. Вони можуть бути схильні до поверхневих та нестабільних міжособистісних стосунків. У роботі з цією категорією молоді важливо розвивати навички щирого та емпатійного спілкування, а також заохочувати до побудови глибоких та взаємопідтримуючих стосунків.

Т. М. Титаренко підкреслює важливість врахування індивідуальних особливостей молоді при наданні соціальної підтримки [12, с. 215]. Різні типи акцентуацій характеру можуть потребувати різних підходів та форм підтримки. Наприклад, молодь з емотивним типом може потребувати більше емоційної підтримки та розуміння, тоді як молодь з педантичним типом може цінувати чіткі інструкції та практичну допомогу.

Л. М. Коробка зазначає, що при роботі з молоддю важливо створювати атмосферу прийняття та поваги до індивідуальних особливостей [18, с. 128]. Психологічна допомога має бути спрямована на розвиток адаптивних стратегій взаємодії з оточенням, формування реалістичних очікувань щодо соціальної підтримки та розвиток навичок ефективного комунікації.

Таким чином, існує взаємозв'язок між акцентуаціями характеру та сприйняттям соціальної підтримки у молоді. Різні типи акцентуацій можуть бути пов'язані з відмінностями у потребах, очікуваннях та реакціях на

соціальну підтримку. Розуміння цих особливостей є важливим для надання ефективної психологічної допомоги та підтримки молоді з урахуванням їх індивідуальних характеристик. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на розробку диференційованих підходів до психологічного супроводу молоді з різними типами акцентуацій характеру та вивчення ефективності різних форм соціальної підтримки для цієї категорії населення.

Особливості сприйняття соціальної підтримки також можуть бути пов'язані з копінг-стратегіями, які використовує молодь для подолання стресових ситуацій. Дослідження показують, що молодь з різними типами акцентуацій характеру може надавати перевагу різним копінг-стратегіям [18, с. 164]. Наприклад, особи з гіпертимним типом акцентуації можуть частіше використовувати стратегію пошуку соціальної підтримки, тоді як особи з тривожним типом можуть надавати перевагу стратегії уникнення [19, с. 48].

Крім того, сприйняття соціальної підтримки може бути пов'язане з рівнем самооцінки та самоствалення молоді. Особи з високою самооцінкою та позитивним самостваленням можуть бути більш схильні до пошуку та прийняття соціальної підтримки, тоді як особи з низькою самооцінкою можуть уникати соціальних контактів та недооцінювати наявну підтримку [20, с. 114].

Сімейні фактори також можуть впливати на сприйняття соціальної підтримки молоддю. Дослідження показують, що молодь, яка зростала в емоційно близьких та підтримуючих сім'ях, як правило, має вище сприйняття соціальної підтримки порівняно з молоддю з дисфункціональних сімей [21, с. 189]. Досвід позитивних сімейних стосунків може формувати довіру до оточення та готовність звертатися за підтримкою в разі потреби.

Особливості сприйняття соціальної підтримки можуть також залежати від культурних та етнічних факторів. Дослідження показують, що в різних культурах можуть існувати відмінності в очікуваннях щодо соціальної підтримки та способах її надання [22, с. 76]. Наприклад, в колективістських культурах може бути більш виражена орієнтація на підтримку з боку родини та

близького оточення, тоді як в індивідуалістичних культурах може бути більш прийнятним звернення за професійною допомогою.

Гендерні стереотипи та соціальні очікування також можуть впливати на сприйняття соціальної підтримки молоддю. Дослідження показують, що жінки зазвичай мають вищу потребу в емоційній підтримці та більше цінують близькі довірливі стосунки, тоді як чоловіки більше орієнтуються на інструментальну підтримку та незалежність [23, с. 59]. Ці відмінності можуть бути пов'язані з традиційними гендерними ролями та соціалізацією.

Сприйняття соціальної підтримки може також залежати від індивідуальних особливостей темпераменту та емоційної реактивності молоді. Дослідження показують, що особи з високою емоційною реактивністю та негативною афективністю можуть бути більш чутливими до відсутності або недостатності соціальної підтримки [24, с. 83]. Вони можуть потребувати більше емоційної підтримки та розуміння з боку оточення.

Особливості сприйняття соціальної підтримки можуть також бути пов'язані з наявністю стресових або травматичних подій в житті молоді. Дослідження показують, що молодь, яка пережила травматичні події, може мати труднощі з довірою до оточення та прийняттям підтримки [25, с. 136]. Для цієї категорії молоді важливо створювати безпечне та підтримуюче середовище, яке б сприяло відновленню довіри та формуванню здорових стосунків.

Сприйняття соціальної підтримки може також залежати від особливостей соціальної мережі молоді. Дослідження показують, що наявність широкої та різноманітної соціальної мережі може сприяти вищому рівню сприйняття соціальної підтримки [26, с. 151]. Молодь, яка має добрі стосунки з родиною, друзями та значущими іншими, може відчувати себе більш захищеною та підтриманою.

Особливості сприйняття соціальної підтримки можуть також бути пов'язані з рівнем соціальної компетентності молоді. Дослідження показують, що молодь з високим рівнем соціальної компетентності може бути більш

ефективною у встановленні та підтримці соціальних контактів, а також у пошуку та прийнятті підтримки [27, с. 94]. Розвиток соціальних навичок та компетентності може сприяти покращенню сприйняття соціальної підтримки.

Сприйняття соціальної підтримки може також залежати від особливостей професійної діяльності або навчання молоді. Дослідження показують, що молодь, яка відчуває підтримку з боку колег або однокурсників, може мати вище сприйняття соціальної підтримки та краще адаптуватися до стресових ситуацій [28, с. 63]. Створення сприятливого та підтримуючого середовища в професійній або навчальній діяльності може сприяти покращенню психологічного благополуччя молоді.

Особливості сприйняття соціальної підтримки можуть також бути пов'язані з рівнем психологічного благополуччя молоді. Дослідження показують, що високий рівень сприйняття соціальної підтримки може сприяти покращенню психологічного благополуччя, зниженню рівня стресу та депресивних симптомів [29, с. 217]. Водночас, низьке сприйняття соціальної підтримки може бути фактором ризику для розвитку психологічних проблем.

Таким чином, сприйняття соціальної підтримки у молоді з різними типами акцентуацій характеру може залежати від багатьох факторів, таких як копінг-стратегії, самооцінка, сімейні стосунки, культурні особливості, гендерні стереотипи, емоційна реактивність, травматичний досвід, соціальна мережа, соціальна компетентність, професійне середовище та рівень психологічного благополуччя. Врахування цих факторів є важливим для розуміння індивідуальних особливостей молоді та надання їм ефективною психологічної допомоги та підтримки.

Розуміння особливостей сприйняття соціальної підтримки молоддю з різними типами акцентуацій характеру має важливе значення для розробки та впровадження програм психологічного супроводу та профілактики. Такі програми можуть бути спрямовані на розвиток навичок ефективною комунікації, формування здорових міжособистісних стосунків, підвищення самооцінки та



впевненості в собі, а також на навчання методам емоційної саморегуляції та стресостійкості.

Психологічна робота з молоддю має враховувати їх індивідуальні особливості характеру та потреби у соціальній підтримці. Для молоді з тривожним та застрягаючим типами акцентуацій може бути корисним створення безпечного та підтримуючого середовища, яке б сприяло розвитку довіри та відкритості. Для молоді з емотивним та демонстративним типами акцентуацій важливо навчати навичкам ефективного вираження емоцій та формування реалістичних очікувань щодо міжособистісних стосунків.

Також важливо звертати увагу на розвиток соціальної компетентності молоді, яка може сприяти покращенню їх здатності встановлювати та підтримувати соціальні контакти, а також звертатися за підтримкою в разі потреби. Розвиток навичок ефективної комунікації, емпатії, асертивності та вирішення конфліктів може бути корисним для молоді з різними типами акцентуацій характеру.

## ВИСНОВОК ДО РОЗДІЛУ 1

У першому розділі нашої роботи було розглянуто теоретичні засади дослідження акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у молоді. Зокрема, було проаналізовано поняття акцентуації характеру, її типи та особливості прояву у молодіжному віці.

Акцентуації характеру розглядаються як крайні варіанти норми, що характеризуються надмірною вираженістю окремих рис характеру та можуть виступати як фактори ризику для розвитку психологічних проблем та дезадаптивної поведінки.

Найбільш відомою є типологія К. Леонгарда, яка включає десять типів акцентуацій: гіпертимний, застрягаючий, емотивний, педантичний, тривожний, циклотимний, демонстративний, збудливий, дистимний та екзальтований.

Також було розкрито особливості сприйняття соціальної підтримки молоддю, яка є важливим фактором психологічного благополуччя та адаптації соціального середовища.

Було показано, що сприйняття соціальної підтримки може різнитися залежно від індивідуальних характеристик особистості, зокрема, від типу акцентуації характеру. Соціальна підтримка визначається як наявність або відсутність психологічної, інформаційної та матеріальної допомоги з боку оточення, що сприймається індивідом. Сприйняття соціальної підтримки є суб'єктивним відображенням реальної підтримки, яку отримує особистість, та може відрізнятися від об'єктивної оцінки наявної підтримки. Молодь з різними типами акцентуацій характеру може мати відмінності у потребах та очікуваннях щодо соціальної підтримки, а також у реакціях на її отримання або відсутність.

Крім того, було розглянуто взаємозв'язок між акцентуаціями характеру та сприйняттям соціальної підтримки у молоді. Різні типи акцентуацій можуть бути пов'язані з відмінностями у потребах, очікуваннях та реакціях на соціальну підтримку.

Дослідження показують, що тип акцентуації характеру може впливати на доступність та ефективність соціальної підтримки, а також на здатність молоді звертатися за допомогою та приймати її. Так, молодь з емотивним типом акцентуації характеру має вищу потребу в емоційній підтримці та чутливість до міжособистісних стосунків. Молодь з тривожним типом акцентуації характеру може мати нижчу довіру до соціальної підтримки та вищу схильність до самотності. Молодь з циклотимним типом акцентуації характеру може мати нестабільне сприйняття соціальної підтримки, яке залежить від їх емоційного стану. Молодь з гіпертимним типом акцентуації характеру може мати високу потребу в соціальній активності та схваленні, але водночас може недооцінювати важливість емоційної підтримки. Молодь з дистимним типом акцентуації характеру може мати нижчу задоволеність соціальною підтримкою та вищу схильність до песимістичного світосприйняття.

Розуміння цього взаємозв'язку є важливим для розробки ефективних програм психологічної допомоги та підтримки молоді з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

Теоретичний аналіз проблеми дозволив визначити, що акцентуації характеру та сприйняття соціальної підтримки є важливими факторами, які впливають на психологічне благополуччя та адаптацію молоді.

Врахування індивідуальних особливостей характеру та потреб у соціальній підтримці є необхідним для надання ефективної психологічної допомоги молоді.

До того ж у ході теоретичного аналізу було встановлено, що особливості сприйняття соціальної підтримки також можуть бути пов'язані з копінг-стратегіями, які використовує молодь для подолання стресових ситуацій.

Подальше емпіричне дослідження спрямоване на вивчення особливостей акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у молоді, а також на розробку рекомендацій щодо психологічного супроводу цієї вікової групи.

## РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АКЦЕНТУАЦІЙ ХАРАКТЕРУ ТА СПРИЙНЯТТЯ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ СЕРЕД МОЛОДІ

### 2.1. Організація дослідження

Для проведення емпіричного дослідження взаємозв'язку акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки серед молоді було розроблено програму дослідження. Вибірку склали 120 здобувачі вищої освіти віком від 18 до 25 років, серед яких 60 дівчат та 60 хлопців. Дослідження проводилося на базі закладів вищої освіти міста Києва, а саме: Київського національного університету імені Тараса Шевченка, Київського торговельно-економічного університету і Національного авіаційного університету.

Дослідження проводилося в електронному варіанті шляхом застосування «Гугл-форм» з урахуванням принципу конфіденційності та добровільності.

У дослідженні використовувалися наступні психодіагностичні методики:

1. Опитувальник акцентуацій характеру Леонгарда-Шмішека [19, с. 45].

Опитувальник спрямований на вставлення вираженості акцентуації характеру підлітків. Складається опитувальник з 88 тверджень, які стосуються різних сфер життя опитуваного. На кожне запитання досліджуваній має надати відповідь «так» (у разі згоди) або «ні» у разі незгоди з ним. Після чого відбувається підрахунок сирих балів за ключем методики з подальшою їх конвертацією в коефіцієнт за показником акцентуації.

Загалом в методиці виділено гіпертимну, тривожну, дистимічну, педантичну, збудливу, емотивну, застрягаючу, демонстративну, циклотимічну та екзальтовану акцентуації характеру.

2. Шкала сприйняття соціальної підтримки (MSPSS) в адаптації В. М. Ялтонського та Н. А. Сироти [20, с. 112].

Методика має на меті вимір суб'єктивного сприйняття соціальної підтримки за 12-бальним рейтингом. Шкала призначення як для підлітків, так і для дорослих та містить наступні шкали:

- Сім'я;
- Друзі;
- Значимі інші.

3. Опитувальник копінг-стратегій Лазаруса в адаптації Т. Л. Крюкової [21, с. 67].

Методика призначена для визначення копінг-стратегій, методів подолання стресу.

Опитувальник містить наступні вісім шкал.

- Конфронтації – агресивні дії щодо зміни ситуації. Передбачає певну ступінь ворожості і готовність до ризику.
- Дистанціювання - когнітивні зусилля на відстороненні від ситуації і зменшення її значущості.
- Самоконтролю - зусилля з регулювання своїх почуттів і дій.
- Пошуку соціальної підтримки - зусилля в пошуку інформаційної, дієвої та емоційної підтримки.
- Прийняття відповідальності - визнання своєї ролі в проблемі з супутньою темою її рішення.
- Втечі-уникнення - уявне прагнення і поведінкові зусилля, спрямовані до втечі або уникнення проблеми на відміну від дистанціювання від неї.
- Планування вирішення проблеми - довільні, проблемно-сфокусовані зусилля щодо зміни ситуації, що включають аналітичний підхід до вирішення проблем.
- Позитивної переоцінки - зусилля по створенню позитивного значення фокусуванням на зростанні власної особистості.

Опитувальник містить 51 твердження, в яких треба вказати яким чином піддослідний найчастіше вирішує складні для себе ситуації, та оцінює кожен з варіантів поведінки. Підраховується загальний бал за кожною шкалою (сума відповідей): «ніколи» - 0 балів; «іноді» - 1 бал; «рідко» - 2 бали; «часто» - 3 бали. Потім аналізується профіль копінг-стратегій за всіма шкалами.

Позитивним вважається переважання середнього значення за субшкалами: 3-5, 7, 8 над субшкалами 1, 2, 6.

#### 4. Шкала самооцінки рівня тривожності Спілбергера-Ханіна [22, с. 29].

Тест Спілбергера-Ханіна належить до методик, за допомогою яких досліджують психологічний феномен тривожності. Цей опитувальник складається з 20 висловлювань, які відносяться до тривожності як стану (стан тривожності, реактивна або ситуативна тривожність) і з 20 висловлювань на визначення тривожності як диспозиції, особливості особистості (властивість тривожності).

Після обрахунку отриманих балів відбувається їх інтерпретація у відповідності до ключа методики.

Якщо РТ не перевищує 30, то, особа, яку опитували, не відчуває особливої тривоги, тобто у неї в даний момент виявляється низька тривожність.

Якщо сума знаходиться в інтервалі 31-45, то це означає помірну тривожність.

При 46 і більше - тривожність висока.

Дуже висока тривожність (> 46) прямо корелює з наявністю невротичного конфлікту, з емоційними і невротичними зривами і з психосоматичними захворюваннями. Низька тривожність (

Дослідження проводилося у два етапи. На першому етапі досліджувані заповнювали опитувальники, які дозволили виявити типи акцентуацій характеру та рівень сприйняття соціальної підтримки. На другому етапі проводилася обробка та аналіз отриманих результатів, а також їх інтерпретація.

Розподіл вибірки за типами акцентуацій характеру, що було встановлено за допомогою методики «Опитувальник акцентуацій характеру Леонгарда-Шмішека» представлено у таблиці 1.

*Таблиця 1.*

#### **Розподіл вибірки за типами акцентуацій характеру**

Тип акцентуації	Кількість досліджуваних	Відсоток від вибірки
Гіпертимний	24	20%
Застрагаючий	18	15%
Емотивний	21	17,5%
Педантичний	15	12,5%
Тривожний	17	14,2%
Циклотимний	13	10,8%
Демонстративний	12	10%

Як видно з таблиці 1. , у вибірці переважають особи з гіпертимним (20%), емотивним (17,5%) та застрягаючим (15%) типами акцентуацій характеру. Найменш представленими є демонстративний (10%) та циклотимний (10,8%) типи.

Рівень сприйняття соціальної підтримки, що вивчався шляхом застосування методики «Шкала сприйняття соціальної підтримки (MSPSS) в адаптації» В. М. Ялтонського та Н. А. Сироти, у досліджуваних представлено у таблиці 2.

*Таблиця 2.*

#### **Рівень сприйняття соціальної підтримки у досліджуваних**

Рівень сприйняття соціальної підтримки	Кількість досліджуваних	Відсоток від вибірки
Високий	38	31,7%
Середній	56	46,7%
Низький	26	21,6%

Як видно з таблиці 2. , переважна більшість досліджуваних мають середній (46,7%) та високий (31,7%) рівні сприйняття соціальної підтримки. Низький рівень сприйняття соціальної підтримки виявлено у 21,6% досліджуваних.

Вивчення копінг-стратегій серед опитуваних проводилося шляхом застосування методики «Опитувальник копінг-стратегій» Р. Лазаруса в адаптації Т.Л. Крюкової. Розподіл досліджуваних за домінуючими копінг-стратегіями представлено у таблиці 3.

*Таблиця 3.*

### Розподіл досліджуваних за домінуючими копінг-стратегіями

Копінг-стратегія	Кількість досліджуваних	Відсоток від вибірки
Конфронтація	15	12,5%
Дистанціювання	18	15%
Самоконтроль	24	20%
Пошук соціальної підтримки	29	24,2%
Прийняття відповідальності	11	9,2%
Втеча-уникнення	13	10,8%
Планування вирішення проблеми	21	17,5%
Позитивна переоцінка	19	15,8%

Як видно з таблиці 3. , серед досліджуваних переважають такі копінг-стратегії, як пошук соціальної підтримки (24,2%), самоконтроль (20%) та планування вирішення проблеми (17,5%). Найменш вираженими є стратегії прийняття відповідальності (9,2%) та втечі-уникнення (10,8%).

Таким чином, організація дослідження передбачала використання комплексу психодіагностичних методик для вивчення акцентуацій характеру, сприйняття соціальної підтримки, копінг-стратегій та рівня тривожності у молоді. Отримані результати дозволяють перейти до аналізу та інтерпретації даних, а також до вивчення взаємозв'язків між досліджуваними змінними.

Для визначення рівня тривожності у досліджуваних було використано шкалу самооцінки рівня тривожності Спілбергера-Ханіна. Результати представлено у таблиці 4.

Таблиця 4.

#### Рівень тривожності у досліджуваних

Рівень тривожності	Кількість досліджуваних	Відсоток від вибірки
Високий	32	26,7%
Помірний	61	50,8%
Низький	27	22,5%

Як видно з таблиці 4. , половина досліджуваних (50,8%) мають помірний рівень тривожності, тоді як високий рівень тривожності виявлено у 26,7%



досліджуваних. Низький рівень тривожності притаманний 22,5% досліджуваних.

Для забезпечення надійності та валідності результатів дослідження було дотримано наступних умов:

- вибірка формувалася з урахуванням вікових та гендерних характеристик досліджуваних;
- використовувалися стандартизовані та валідні психодіагностичні методики;
- дослідження проводилося в однакових умовах для всіх досліджуваних;
- забезпечувалася конфіденційність та анонімність участі в дослідженні.

Отримані результати дозволяють перейти до аналізу та інтерпретації даних, а також до вивчення взаємозв'язків між акцентуаціями характеру, сприйняттям соціальної підтримки, копінг-стратегіями та рівнем тривожності у молоді.

## 2.2. Аналіз результатів дослідження акцентуацій характеру серед молоді

Для аналізу результатів дослідження акцентуацій характеру серед молоді було використано дані, отримані за допомогою методики «Опитувальник акцентуацій характеру Леонгарда-Шмішека». Розподіл досліджуваних за типами акцентуацій характеру представлено у таблиці 5.

*Таблиця 5.*

### **Розподіл досліджуваних за типами акцентуацій характеру**

Тип акцентуації	Кількість досліджуваних	Відсоток від вибірки
Гіпертимний	24	20%
Застрягаючий	18	15%
Емотивний	21	17,5%
Педантичний	15	12,5%
Тривожний	17	14,2%
Циклотимний	13	10,8%
Демонстративни	12	10%

й		
---	--	--

Як видно з таблиці 5. , у вибірці переважають особи з гіпертимним (20%), емотивним (17,5%) та застрягаючим (15%) типами акцентуацій характеру. Ці результати узгоджуються з даними інших досліджень, які виявили високу поширеність цих типів акцентуацій серед молоді [23, с. 57].

Гіпертимний тип акцентуації характеризується високою активністю, енергійністю, оптимізмом та схильністю до ризикованої поведінки [24, с. 81]. Емотивний тип акцентуації вирізняється високою чутливістю, вразливістю та глибиною переживань [25, с. 39]. Застрягаючий тип акцентуації характеризується ригідністю, упертістю та схильністю до фіксації на певних переживаннях чи обставинах [26, с. 145].

Найменш вираженими типами акцентуацій у вибірці виявилися демонстративний (10%) та циклотимний (10,8%) типи. Демонстративний тип акцентуації характеризується егоцентризмом, прагненням до визнання та схильністю до маніпулятивної поведінки [27, с. 92]. Циклотимний тип акцентуації вирізняється циклічністю настрою та активності, з чергуванням періодів підйому та спаду [28, с. 61].

Гендерні відмінності у вираженості типів акцентуацій характеру представлено у таблиці 6.

*Таблиця 6*

**Гендерні відмінності у вираженості типів акцентуацій характеру**

Тип акцентуації	Дівчата	Хлопці
Гіпертимний	18,3%	21,7%
Застрягаючий	13,3%	16,7%
Емотивний	23,3%	11,7%
Педантичний	10%	15%
Тривожний	18,3%	10%
Циклотимний	8,3%	13,3%
Демонстративний	8,3%	11,7%

Як видно з таблиці 6. , у дівчат більш вираженими є емотивний (23,3%) та тривожний (18,3%) типи акцентуацій характеру, тоді як у хлопців переважають

гіпертимний (21,7%) та застрягаючий (16,7%) типи. Ці результати узгоджуються з даними інших досліджень, які виявили подібні гендерні відмінності у вираженості акцентуацій характеру [29, с. 215].

Отримані результати свідчать про необхідність врахування індивідуальних особливостей характеру молоді при наданні психологічної допомоги та підтримки. Розуміння переважаючих типів акцентуацій характеру дозволяє розробляти диференційовані підходи до психологічного супроводу молоді, спрямовані на розвиток адаптивних стратегій поведінки та подолання негативних проявів акцентуацій.

Акцентуації характеру, як крайні варіанти норми, можуть виступати як фактори ризику для розвитку психологічних проблем та дезадаптивної поведінки [23, с. 58]. Тому аналіз результатів дослідження акцентуацій характеру серед молоді є важливим для розуміння потенційних труднощів, з якими може стикатися ця вікова група.

Особи з гіпертимним типом акцентуації характеру, які переважають у вибірці, можуть мати труднощі з дотриманням дисципліни та правил, а також з довготривалою концентрацією уваги [24, с. 82]. Вони схильні до імпульсивності та необдуманих вчинків, що може призводити до конфліктів з оточенням.

Емотивний тип акцентуації, який також є одним з найбільш виражених у вибірці, характеризується високою чутливістю до емоційних подразників та схильністю до глибоких переживань [25, с. 41]. Особи з таким типом акцентуації можуть мати труднощі з емоційною саморегуляцією та бути вразливими до стресових ситуацій.

Застрягаючий тип акцентуації, який займає третє місце за вираженістю у вибірці, характеризується схильністю до фіксації на негативних переживаннях та образах [26, с. 146]. Особи з таким типом акцентуації можуть мати труднощі з адаптацією до змін та нових ситуацій, а також бути надмірно критичними до себе та інших.

Педантичний тип акцентуації, який займає четверте місце за вираженістю у вибірці, характеризується надмірною увагою до деталей та порядку, а також схильністю до перфекціонізму [27, с. 93]. Особи з таким типом акцентуації можуть мати труднощі з прийняттям рішень та адаптацією до невизначеності.

Тривожний тип акцентуації, який є більш вираженим у дівчат, характеризується схильністю до переживання страхів та невпевненості у собі [28, с. 62]. Особи з таким типом акцентуації можуть мати труднощі з встановленням соціальних контактів та адаптацією до нових ситуацій.

Аналіз гендерних відмінностей у вираженості типів акцентуацій характеру показав, що у дівчат більш вираженими є емотивний та тривожний типи, тоді як у хлопців - гіпертимний та застрягаючий [29, с. 216]. Ці відмінності можуть бути обумовлені як біологічними, так і соціокультурними факторами, зокрема, гендерними стереотипами та очікуваннями щодо поведінки чоловіків і жінок.

Розуміння індивідуальних особливостей характеру молоді є важливим для надання їм психологічної підтримки та допомоги у розвитку адаптивних стратегій поведінки [23, с. 59]. Врахування типів акцентуацій характеру дозволяє розробляти індивідуалізовані програми психологічного супроводу, які відповідають потребам та ресурсам конкретної особистості.

Особливу увагу слід приділяти молоді з вираженими акцентуаціями характеру, які можуть мати підвищений ризик розвитку емоційних та поведінкових проблем [24, с. 84]. Своєчасна психологічна допомога та підтримка може запобігти розвитку дезадаптивних форм поведінки та сприяти особистісному зростанню молоді.

Наші подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення зв'язку акцентуацій характеру з іншими психологічними характеристиками молоді, такими як самооцінка, комунікативні навички, стресостійкість тощо [25, с. 44]. Такі дослідження дозволять поглибити розуміння індивідуальних особливостей молоді та розробити більш ефективні стратегії психологічної допомоги.

### 2.3. Особливості сприйняття соціальної підтримки молоддю з різними типами акцентуацій характеру

Сприйняття соціальної підтримки є важливим фактором, що впливає на психологічне благополуччя та адаптацію молоді [10, с. 67]. Однак, особливості сприйняття соціальної підтримки можуть різнитися залежно від індивідуальних характеристик особистості, зокрема, від типу акцентуації характеру [11, с. 243].

Для аналізу особливостей сприйняття соціальної підтримки молоддю з різними типами акцентуацій характеру було проведено порівняльний аналіз показників за методикою «Шкала сприйняття соціальної підтримки» (MSPSS) в адаптації В. М. Ялтонського та Н. А. Сироти в групах досліджуваних з різними домінуючими типами акцентуацій. Результати представлено у таблиці 7.

Таблиця 7.

#### Показники сприйняття соціальної підтримки у молоді з різними типами акцентуацій характеру

Тип акцентуації	Сім'я	Друзі	Значущі інші	Загальний показник
Гіпертимний	5,2	5,8	5,5	5,5
Застрагаючий	4,9	4,7	4,6	4,7
Емотивний	5,6	5,4	5,7	5,6
Педантичний	5,1	4,8	5,0	5,0
Тривожний	4,5	4,3	4,2	4,3
Циклотимний	4,8	5,1	4,9	4,9
Демонстративний	5,3	5,7	5,9	5,6

Як видно з таблиці 7., найвищі показники сприйняття соціальної підтримки виявлено у молоді з емотивним та демонстративним типами акцентуацій характеру. Зокрема, для емотивного типу характерні високі показники підтримки з боку сім'ї та значущих інших, що може бути пов'язано з їх високою чутливістю та потребою в емоційному відгуку [25, с. 40]. Для демонстративного типу характерні високі показники підтримки з боку друзів та

значущих інших, що може бути обумовлено їх прагненням до визнання та соціальної уваги [27, с. 92].

Найнижчі показники сприйняття соціальної підтримки виявлено у молоді з тривожним та застрягаючим типами акцентуацій характеру. Для тривожного типу характерні низькі показники підтримки з боку всіх джерел, що може бути пов'язано з їх схильністю до переживання страхів та невпевненості у міжособистісних стосунках [28, с. 62]. Для застрягаючого типу характерні нижчі показники підтримки з боку друзів та значущих інших, що може бути обумовлено їх ригідністю та схильністю до фіксації на негативних переживаннях [26, с. 146].

Молодь з гіпертимним типом акцентуації характеру демонструє високі показники підтримки з боку друзів, що може бути пов'язано з їх активністю та комунікабельністю [24, с. 82]. Однак, для них також характерні нижчі показники підтримки з боку сім'ї, що може бути обумовлено їх прагненням до самостійності та незалежності [23, с. 58].

Для педантичного типу акцентуації характерні середні показники сприйняття соціальної підтримки з боку всіх джерел, що може бути пов'язано з їх зосередженістю на деталях та правилах, а не на емоційних аспектах стосунків [27, с. 93].

Молодь з циклотимним типом акцентуації характеру демонструє середні показники сприйняття соціальної підтримки з незначним переважанням підтримки з боку друзів, що може бути обумовлено їх циклічністю настрою та потребою в активності та спілкуванні у період підйому [28, с. 61].

Отримані результати свідчать про наявність відмінностей у сприйнятті соціальної підтримки молоддю з різними типами акцентуацій характеру. Ці відмінності можуть бути обумовлені як індивідуальними особливостями емоційного реагування та потребами у міжособистісних стосунках, так і соціальними факторами, такими як доступність та якість соціальної підтримки [29, с. 214].

Враховання особливостей сприйняття соціальної підтримки молоддю з різними типами акцентуацій характеру є важливим для розробки ефективних програм психологічної допомоги та підтримки [10, с. 68]. Зокрема, для молоді з тривожним та застрягаючим типами акцентуацій може бути корисним розвиток навичок встановлення та підтримки соціальних контактів, а також навчання методам емоційної саморегуляції [11, с. 244].

Для молоді з емотивним та демонстративним типами акцентуацій характеру важливо розвивати навички розпізнавання та вираження власних емоцій, а також формувати реалістичні очікування щодо міжособистісних стосунків [25, с. 41]. Для гіпертимного типу може бути корисним розвиток навичок планування та цілепокладання, а також формування відповідальності у стосунках [24, с. 83].

Наші подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення динаміки сприйняття соціальної підтримки у молоді з різними типами акцентуацій характеру у процесі надання психологічної допомоги [12, с. 216]. Також перспективним напрямком досліджень є вивчення зв'язку між сприйняттям соціальної підтримки та іншими аспектами психологічного благополуччя молоді, такими як самооцінка, стресостійкість, задоволеність життям тощо [13, с. 88].

Отримані результати можуть бути використані для розробки диференційованих підходів до психологічного супроводу молоді з урахуванням їх індивідуальних особливостей характеру та потреб у соціальній підтримці [14, с. 116]. Такий підхід дозволить підвищити ефективність психологічної допомоги та сприятиме гармонійному розвитку особистості молодої людини [15, с. 69].

Дослідження показують, що молодь з педантичним типом акцентуації характеру може мати труднощі з прийняттям соціальної підтримки через їх схильність до перфекціонізму та самокритичності [11, с. 261]. Вони можуть встановлювати надмірно високі стандарти для себе та оточуючих, що може заважати формуванню довірливих стосунків та прийняттю допомоги.

Молодь з циклотимним типом акцентуації характеру може мати нестабільне сприйняття соціальної підтримки, яке залежить від їх емоційного стану [12, с. 89]. У період підйому настрою вони можуть активно шукати соціальні контакти та підтримку, тоді як у період спаду можуть відчувати себе самотніми та ізольованими. Для цієї категорії молоді важливо розвивати навички емоційної саморегуляції та стабільності у стосунках.

Сприйняття соціальної підтримки у молоді з різними типами акцентуацій характеру може також залежати від їх ціннісних орієнтацій та життєвих цілей. Дослідження показують, що молодь, яка має спрямовані на соціум цінності та орієнтацію на допомогу іншим, може мати вище сприйняття соціальної підтримки [13, с. 118]. Водночас, молодь з егоцентричними цінностями та орієнтацією на власні інтереси може недооцінювати важливість соціальної підтримки.

Особливості сприйняття соціальної підтримки можуть також бути пов'язані з рівнем емоційного інтелекту молоді. Дослідження показують, що молодь з високим рівнем емоційного інтелекту може краще розпізнавати та виражати власні емоції, а також розуміти емоції інших людей [14, с. 71]. Це може сприяти формуванню більш глибоких та підтримуючих стосунків з оточенням.

Сприйняття соціальної підтримки у молоді з різними типами акцентуацій характеру може також залежати від наявності у них специфічних захоплень або інтересів. Дослідження показують, що молодь, яка має захоплення або хобі, може відчувати вищу соціальну підтримку завдяки спілкуванню з однодумцями та отриманню визнання своїх досягнень [15, с. 184]. Заохочення та підтримка конструктивних захоплень молоді може сприяти покращенню їх психологічного благополуччя.

Особливості сприйняття соціальної підтримки можуть також бути пов'язані з релігійністю або духовністю молоді. Дослідження показують, що молодь, яка має релігійні або духовні переконання, може відчувати вищу соціальну підтримку завдяки залученню до релігійної спільноти та відчуттю



єдності з вищою силою [16, с. 203]. Водночас, релігійність або духовність можуть виступати як ресурси для подолання стресових ситуацій та підтримки психологічного благополуччя.

Сприйняття соціальної підтримки у молоді з різними типами акцентуацій характеру може також залежати від їх життєвого досвіду та подій, які вони переживали. Дослідження показують, що молодь, яка мала досвід позитивних життєвих подій та досягнень, може мати вище сприйняття соціальної підтримки [17, с. 97]. Водночас, негативний життєвий досвід, такий як втрати, розчарування або невдачі, може знижувати рівень сприйняття соціальної підтримки.

Особливості сприйняття соціальної підтримки можуть також бути пов'язані з рівнем домагань та самоефективності молоді. Дослідження показують, що молодь з високим рівнем домагань та вірою у власну ефективність може бути більш схильна до пошуку соціальної підтримки та подолання труднощів [18, с. 173]. Розвиток впевненості у власних силах та формування адекватного рівня домагань може сприяти покращенню сприйняття соціальної підтримки.

Сприйняття соціальної підтримки у молоді з різними типами акцентуацій характеру може також залежати від їх комунікативних навичок та стилю спілкування. Дослідження показують, що молодь з розвиненими комунікативними навичками та асертивним стилем спілкування може бути більш ефективною у встановленні та підтримці соціальних контактів, а також у пошуку підтримки [19, с. 51]. Розвиток комунікативної компетентності може бути корисним для молоді з різними типами акцентуацій характеру.

Особливості сприйняття соціальної підтримки можуть також бути пов'язані з наявністю у молоді певних страхів або фобій. Дослідження показують, що молодь, яка має виражені страхи або фобії, може мати нижче сприйняття соціальної підтримки через уникнення соціальних контактів та труднощі у встановленні близьких стосунків [20, с. 124]. Для цієї категорії

молоді важливо створювати безпечне та підтримуюче середовище, яке б сприяло поступовому подоланню страхів та розвитку соціальних навичок.

Таким чином, сприйняття соціальної підтримки у молоді з різними типами акцентуацій характеру є складним та багатогранним феноменом, який залежить від взаємодії численних особистісних, соціальних та ситуативних факторів. Врахування індивідуальних особливостей молоді та їх потреб у соціальній підтримці є необхідною умовою для розробки ефективних програм психологічного супроводу та профілактики.

Виходячі з результатів роботи нами було розроблено рекомендації щодо психологічного супроводу молоді з різними типами акцентуацій характеру для соціальних педагогів та фахівців з психологічного супроводу (Дивитися додаток А).

Наші подальші дослідження можуть бути спрямовані на поглиблене вивчення механізмів формування сприйняття соціальної підтримки у молоді з різними типами акцентуацій характеру, а також на подальшу розробку диференційованих підходів до психологічної допомоги цій категорії населення.

## ВИСНОВОК ДО РОЗДІЛУ 2

У другому розділі нашої роботи було представлено результати емпіричного дослідження акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки серед молоді. Зокрема, було описано організацію дослідження, яке включало використання комплексу психодіагностичних методик для вивчення типів акцентуацій характеру, рівня сприйняття соціальної підтримки, копінг-стратегій та тривожності у молоді. Вибірку склали 120 осіб віком від 18 до 25 років, серед яких були 60 дівчат і 60 хлопців.

Аналіз результатів дослідження акцентуацій характеру показав, що у вибірці переважають особи з гіпертимним, емотивним та застрягаючим типами акцентуацій. Було виявлено гендерні відмінності у вираженості окремих типів акцентуацій, зокрема, у дівчат більш вираженими є емотивний та тривожний типи, тоді як у хлопців - гіпертимний та застрягаючий. Ці результати свідчать про необхідність врахування індивідуальних особливостей характеру молоді при наданні психологічної допомоги та підтримки.

Дослідження особливостей сприйняття соціальної підтримки молоддю з різними типами акцентуацій характеру показало наявність відмінностей у показниках за шкалою сприйняття соціальної підтримки. Найвищі показники сприйняття соціальної підтримки виявлено у молоді з емотивним та демонстративним типами акцентуацій, тоді як найнижчі - у молоді з тривожним та застрягаючим типами. Ці відмінності можуть бути обумовлені індивідуальними особливостями емоційного реагування, потребами у міжособистісних стосунках та соціальними факторами.

Отримані результати емпіричного дослідження підтверджують теоретичні положення про взаємозв'язок акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у молоді. Врахування цих особливостей є важливим для розробки ефективних програм психологічної допомоги та підтримки молоді з різними типами акцентуацій характеру.

Виходячі з результатів роботи нами було розроблено рекомендації щодо психологічного супроводу молоді з різними типами акцентуацій характеру для соціальних педагогів та фахівців з психологічного супроводу молоді (Дивитися додаток А).

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення динаміки сприйняття соціальної підтримки у процесі надання психологічної допомоги, а також на розробку диференційованих підходів до психологічного супроводу молоді з урахуванням їх індивідуальних особливостей та потреб.

## ВИСНОВКИ

Проведене дослідження дозволило вивчити взаємозв'язок акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у молоді. Теоретичний аналіз проблеми показав, що акцентуації характеру та сприйняття соціальної підтримки є важливими факторами, які впливають на психологічне благополуччя та соціальну адаптацію молоді. Врахування індивідуальних особливостей характеру та потреб у соціальній підтримці є необхідним для надання ефективної психологічної допомоги цій віковій групі.

Емпіричне дослідження виявило, що у вибірці молодих людей переважають особи з гіпертимним, емотивним та застрягаючим типами акцентуацій характеру. Було виявлено гендерні відмінності у вираженості окремих типів акцентуацій, зокрема, у дівчат більш вираженими є емотивний та тривожний типи, тоді як у хлопців - гіпертимний та застрягаючий.

Дослідження особливостей сприйняття соціальної підтримки молоддю з різними типами акцентуацій характеру показало наявність відмінностей у показниках за шкалою сприйняття соціальної підтримки. Найвищі показники сприйняття соціальної підтримки виявлено у молоді з емотивним та демонстративним типами акцентуацій, тоді як найнижчі - у молоді з тривожним та застрягаючим типами.

Отримані результати підтверджують гіпотезу про наявність взаємозв'язку між типами акцентуацій характеру та особливостями сприйняття соціальної підтримки у молоді. Молоді люди з різними типами акцентуацій характеру мають відмінності у потребах та очікуваннях щодо соціальної підтримки, а також у реакціях на її отримання або відсутність.

На основі результатів дослідження нами було розроблено рекомендації щодо психологічного супроводу молоді з різними типами акцентуацій характеру для соціальних педагогів та фахівців з психологічного супроводу

молоді з урахуванням їх особливостей сприйняття соціальної підтримки. Зокрема, для молоді з тривожним та застрягаючим типами акцентуацій може бути корисним розвиток навичок встановлення та підтримки соціальних контактів, а також навчання методам емоційної саморегуляції. Для молоді з емотивним та демонстративним типами акцентуацій важливо розвивати навички розпізнавання та вираження власних емоцій, а також формувати реалістичні очікування щодо міжособистісних стосунків.

Проведене дослідження має практичне значення для розробки та впровадження ефективних програм психологічної допомоги та підтримки молоді з різними типами акцентуацій характеру. Врахування індивідуальних особливостей характеру та потреб у соціальній підтримці дозволить підвищити ефективність психологічного супроводу молоді та сприятиме їх успішній адаптації та особистісному зростанню.

Теоретичне значення роботи полягає у поглибленні наукових уявлень про взаємозв'язок акцентуацій характеру та сприйняття соціальної підтримки у молоді. Результати дослідження можуть бути використані для подальших теоретичних та емпіричних розробок у галузі психології особистості та вікової психології.

Перспективи подальших досліджень вбачаються у вивченні динаміки сприйняття соціальної підтримки у процесі надання психологічної допомоги молоді з різними типами акцентуацій характеру, а також у розробці та апробації диференційованих програм психологічного супроводу цієї вікової групи з урахуванням їх індивідуальних особливостей та потреб.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Леонгард К. Акцентуйовані особистості. Київ: Вища школа, 2019. 390 с.
2. Лічко А. Є. Психопатії та акцентуації характеру у підлітків. Львів: Світ, 2018. 288 с.
3. Русалов В. В. Темперамент і характер: психологічна діагностика. Київ: Академія, 2020. 196 с.
4. Собчик Л. М. Психодіагностика індивідуальності: теорія і практика. Харків: Гуманітарний центр, 2021. 356 с.
5. Максимова Н. Ю. Психологія девіантної поведінки. Київ: Либідь, 2018. 232 с.
6. Кочарян О. С., Алексеєва Т. А. Психологічні особливості навчальної мотивації студентів з різними типами акцентуацій характеру. Психологія і особистість. 2019. № 1. С. 121-130.
7. Царькова О. В. Особливості сприйняття соціальної підтримки підлітками з різними типами акцентуацій характеру. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2020. Вип. 2. С. 212-218.
8. Грановська Р. М. Елементи практичної психології. Київ: Центр учбової літератури, 2019. 648 с.
9. Москаленко В. В. Соціальна психологія. Київ: Центр учбової літератури, 2021. 624 с.
10. Петрунько О. В. Соціалізація молоді в умовах трансформації суспільства. Київ: Міленіум, 2020. 248 с.
11. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ: Либідь, 2019. 376 с.
12. Гребінь Н. В. Гендерні особливості психологічного благополуччя особистості. Психологічний часопис. 2021. № 2. С. 83-92.

13. Лепіхова Л. А. Соціально-психологічна компетентність у цілеспрямованій поведінці особистості. *Психологія і особистість*. 2018. № 2. С. 110-119.
14. Сердюк Н. І. Стресостійкість як чинник психологічного благополуччя особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2019. Вип. 3. С. 65-71.
15. Чуйко О. В. Психологічні чинники суїцидальної поведінки у студентської молоді. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2020. Вип. 1. С. 175-184.
16. Говорун Т. В. Соціалізація статі та сексуальності. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2021. 360 с.
17. Коробка Л. М. Соціально-психологічна адаптація молоді з особливими потребами. Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2018. 216 с.
18. Петренко В. М. Психологія особистості: навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2019. 320 с.
19. Шмішек Г. Опитувальник акцентуацій характеру. Київ: Психологічна думка, 2020. 64 с.
20. Ялтонський В. М., Сирота Н. А. Психологія подолання: адаптація методик дослідження копінг-поведінки. *Науковий вісник Чернівецького університету. Серія: Педагогіка та психологія*. 2021. Вип. 2. С. 109-116.
21. Крюкова Т. Л. Психологія подолання: сучасний стан та перспективи досліджень. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2018. Вип. 1. С. 64-69.
22. Спілбергер Ч. Д., Ханін Ю. Л. Шкала ситуативної та особистісної тривожності. Київ: Психологічний інструментарій, 2020. 32 с.
23. Прокоф'єва О. О. Акцентуації характеру та їх вплив на поведінку підлітків. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки*. 2019. Вип. 2. С. 54-60.



24. Максименко С. Д., Максименко К. С., Главник О. П. Адаптивність та акцентуації характеру. Практична психологія та соціальна робота. 2020. № 7. С. 78-85.
25. Дубравська Н. М., Фурман А. В. Психологія характеру: теорія, діагностика, корекція. Тернопіль: ТНЕУ, 2018. 256 с.
26. Стоян О. В. Психологічні особливості застрягаючого типу акцентуації характеру у юнацькому віці. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія: Психологія. 2021. Вип. 1. С. 143-148.
27. Бурлачук Л. Ф., Королев Д. К. Адаптація опитувальника для діагностики п'яти факторів особистості. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія. 2020. Вип. 69. С. 88-94.
28. Карпенко В. О. Циклотимний розлад: сучасні підходи до діагностики та лікування. Український вісник психоневрології. 2019. Т. 27, вип. 1. С. 58-63.
29. Щербакова О. О. Гендерні особливості копінг-поведінки осіб з різними типами акцентуацій характеру. Теорія і практика сучасної психології. 2018. № 5. С. 213-218.

## ДОДАТКИ ДОДАТОК А

### **Рекомендації щодо психологічного супроводу молоді з різними типами акцентуацій характеру для соціальних педагогів та фахівців з психологічного супроводу молоді**

Психологічний супровід молоді з різними типами акцентуацій характеру потребує індивідуального підходу та врахування особливостей сприйняття соціальної підтримки. Нижче розглянемо рекомендації для вчителів щодо роботи з молоддю з різними типами акцентуацій характеру.

Гіпертимний тип особистості характеризується оптимізмом, енергійністю та життєрадісністю. Для таких людей важливо створити позитивне та підтримуюче середовище, де вони можуть відчувати себе комфортно та реалізувати свій потенціал. В освітньому контексті це може означати створення класу, де панує доброзичлива атмосфера, підтримується відкритий діалог і заохочується активна участь у всіх видах діяльності.

Важливо підтримувати емоційний зв'язок з молоддю гіпертимного типу, висловлюючи розуміння та схвалення їхньої активності. Викладачам і наставникам слід бути чуйними до їхніх емоційних потреб, виявляти цікавість

до їхніх захоплень та інтересів. Це допомагає встановити довірливі стосунки, що сприяють кращій взаємодії та більш ефективному навчанню.

Необхідно надавати здобувачам освіти можливості для прояву ініціативи та лідерських якостей у різних заходах та проектах. Організація групових проектів, участь у університетських і поза університетських заходах, наукових та творчих конкурсах може бути відмінною можливістю для таких людей. Важливо дати їм простір для самовираження, підтримуючи їхні починання і визнаючи їхні досягнення.

Слід також заохочувати активну участь у класних дискусіях і обговореннях, надаючи можливість висловлювати свої думки та ідеї. Це дозволить їм відчувати свою значимість і сприятиме розвитку комунікативних навичок. Молоді люди гіпертимного типу часто мають великий запас енергії, тому важливо направити цю енергію в конструктивне русло.

Не менш важливо створювати умови для розвитку креативності та інноваційного мислення. Використання інтерактивних методів навчання, таких як рольові ігри, мозкові штурми, проекти, орієнтовані на вирішення реальних проблем, може бути дуже ефективним. Це допоможе не лише розкрити потенціал здобувачів, але й зробити навчання більш цікавим і мотивуючим.

Організація спортивних заходів і активних перерв також може бути корисною для підтримки їхнього рівня енергії та задоволення потреби в русі. Це допоможе уникнути перевантаження та стресу, забезпечуючи баланс між навчанням і фізичною активністю.

Також важливо надавати зворотний зв'язок, що допоможе абітурієнтам оцінити свої досягнення та визначити напрями для подальшого розвитку. Позитивний зворотний зв'язок, підкреслення сильних сторін та досягнень молоді сприятиме підвищенню їхньої самооцінки і впевненості у власних силах.

Нарешті, слід враховувати індивідуальні особливості кожного здобувача освіти, адаптуючи підходи до навчання відповідно до їхніх потреб і здібностей. Це дозволить створити інклюзивне навчальне середовище, де кожен здобувач

може досягти успіху. Такий підхід допоможе гіпертимним студентам реалізувати свій потенціал, розвивати лідерські якості та залишатися мотивованими протягом усього навчального процесу.

Дистимний тип особистості характеризується підвищеною тривожністю та чутливістю. Для таких людей надзвичайно важливо створити спокійне та безпечне середовище, де вони можуть відчувати себе захищеними і комфортно. Це включає мінімізацію стресових факторів у просторі, використання спокійного тону голосу, структуровані та передбачувані розклади, а також створення дружньої та підтримуючої атмосфери.

Важливо проявляти терплячість та уважність до проблем молодих людей, активно слухати їх і бути готовими надати підтримку. Здобувачам освіти дистимного типу часто потрібен додатковий час для виконання завдань і освоєння нового матеріалу. Викладачі повинні проявляти терплячість, надавати можливість молоді висловлювати свої почуття та думки, показувати, що їхні переживання важливі і їх чують.

Необхідно допомагати здобувачам розвивати стратегії подолання стресу та тривоги. Це може включати навчання технікам релаксації, таким як глибоке дихання, медитація, йога та інші методи саморегуляції. Використання цих технік допоможе здобувачам зменшити рівень тривоги та навчитися контролювати свої емоції в стресових ситуаціях.

Створення можливостей для самовираження через мистецтво, письмо або інші творчі види діяльності може бути дуже корисним для здобувачів дистимного типу. Це дозволяє їм висловлювати свої емоції та почуття в безпечному середовищі, що сприяє зниженню внутрішньої напруги та тривоги.

Важливо також встановлювати чіткі та реалістичні очікування, які можуть бути досяжними для молодих людей. Це допомагає зменшити тривожність, пов'язану з виконанням завдань і досягненням результатів. Регулярний позитивний зворотний зв'язок, підкреслення досягнень і прогресу, навіть незначного, сприятиме підвищенню самооцінки та впевненості в своїх силах.

Підтримка з боку однолітків також грає важливу роль у створенні безпечного середовища для здобувачів дистимного типу. Заохочення дружніх відносин, проведення групових заходів і проектів, де студенти можуть співпрацювати та підтримувати один одного, допомагає створити відчуття спільності та взаємної підтримки.

Не менш важливо навчати молодих людей навичкам тайм-менеджменту та організації. Допомога в плануванні часу, розподілі завдань та встановленні пріоритетів сприяє зниженню відчуття перевантаженості і тривожності, пов'язаної з навчальними обов'язками.

Підтримка з боку батьків також є важливим аспектом у роботі з здобувачами дистимного типу. Викладачі можуть співпрацювати з батьками, надаючи їм рекомендації щодо створення спокійної атмосфери вдома та застосування технік релаксації. Це сприяє послідовності у підходах до подолання стресу і тривоги.

Використання індивідуального підходу до кожного учня, врахування їхніх особистісних особливостей і потреб, створення індивідуальних планів розвитку і підтримки також є ключовими аспектами у роботі з дистимічними студентами. Це дозволяє максимально адаптувати навчальний процес до їхніх можливостей і забезпечити успішне навчання.

Загалом, створення спокійного, підтримуючого середовища, прояв терплячості та розуміння, навчання технікам релаксації та саморегуляції, а також індивідуальний підхід допоможуть абітурієнтам дистимічного типу почуватися комфортно і досягати успіхів у навчанні.

Циклотимного тип особистості характеризується змінами настрою та емоційною нестабільністю. Для таких людей важливо забезпечити стабільність і передбачуваність у навчальному процесі та відносинах. Це може включати чіткий розклад занять, регулярні нагадування про важливі дати та події, а також структуровані завдання, що допоможуть зменшити відчуття хаосу і невизначеності. Здобувачі циклотимного типу потребують впевненості у тому, що їхнє середовище є надійним і передбачуваним.

Важливо виявляти розуміння та підтримку під час змін настрою, бути терплячими та гнучкими. Викладачі повинні проявляти емпатію до молоді, які можуть відчувати різкі емоційні коливання. Це може включати проведення індивідуальних розмов, надання можливості для емоційного вираження через мистецтво, письмо або інші види творчої діяльності. Підтримка з боку дорослих, які розуміють і приймають ці зміни настрою, допомагає молодим людям відчувати себе почутими і прийнятими.

Необхідно допомагати здобувачам знаходити баланс між навчанням та відпочинком, сприяючи їхньому емоційному добробуту. Це включає заохочення до регулярного відпочинку, заняття спортом, участь у позакласних заходах, які сприяють розслабленню і відновленню. Важливо навчати здобувачів технікам релаксації та саморегуляції, таким як глибоке дихання, медитація, йога. Ці техніки допомагають зменшити рівень стресу і покращити загальний емоційний стан.

Підтримка однолітків також грає важливу роль у стабілізації емоційного стану абітурієнтам циклотимного типу. Заохочення дружніх відносин, проведення групових занять і проектів, де студенти можуть співпрацювати та підтримувати один одного, створює відчуття спільності та взаємної підтримки.

Також слід надавати позитивний зворотний зв'язок і визнавати досягнення молодих людей ,незалежно від їхньої емоційної нестабільності. Це сприяє підвищенню самооцінки і впевненості в своїх силах. Важливо акцентувати увагу на сильних сторонах і успіхах здобувачів освіти , навіть незначних, щоб підтримати їхній мотиваційний рівень.

Використання індивідуального підходу до кожного здобувача ,врахування їхніх особистісних особливостей і потреб також є ключовими аспектами у роботі з особами циклотимного типу.Це дозволяє максимально адаптувати навчальний процес до їхніх можливостей і забезпечити успішне навчання. Наприклад, молоді люди можуть потребувати додаткового часу для виконання завдань у періоди емоційного спаду, або ж, навпаки, більше завдань і викликів у періоди підвищеної активності.

Підтримка з боку батьків також є важливим аспектом у роботі з здобувачами циклотимного типу. Викладачі можуть співпрацювати з батьками, надаючи їм рекомендації щодо створення стабільної атмосфери вдома та застосування технік релаксації. Це сприяє послідовності у підходах до подолання емоційної нестабільності.

Організація індивідуальних консультацій з психологом може бути корисною для здобувачів, що відчувають значні емоційні коливання. Професійна підтримка допоможе їм розібратися зі своїми почуттями, навчитися керувати своїми емоціями і зменшити вплив стресу на навчальний процес.

Загалом, створення стабільного та передбачуваного середовища, прояв розуміння і підтримки, навчання технікам саморегуляції та релаксації, а також індивідуальний підхід допоможуть молодим людям циклотимного типу ефективно справлятися зі змінами настрою і досягати успіхів у навчанні.

Педантичний тип особистості характеризується орієнтованістю на деталі та перфекціонізм. Для таких здобувачів важливо створювати структуроване середовище з чіткими правилами та очікуваннями. Це може включати організацію навчального простору, де є зрозумілі і передбачувані розклади занять, чітко визначені завдання та критерії їх виконання. Структура допомагає педантичним студентам відчувати себе впевненіше та знижує рівень тривожності, пов'язаної з невизначеністю.

Слід заохочувати досягнення успіхів та розвитку здібностей здобувачів, надаючи конструктивний зворотний зв'язок. Важливо визнавати і хвалити навіть незначні досягнення, оскільки це сприяє мотивації та впевненості в своїх силах. Конструктивний зворотний зв'язок повинен бути конкретним і змістовним, з акцентом на сильних сторонах і практичних рекомендаціях для подальшого розвитку. Наприклад, замість загальної похвали «Добре зроблено», варто сказати «Мені сподобалося, як ти детально розробив цей проект».

Необхідно підтримувати молодих людей у подоланні страху невдачі, допомагаючи їм встановлювати реалістичні цілі та пріоритети. Студенти педантичного типу часто переживають через можливі помилки та невдачі, тому

важливо навчати їх, що помилки є частиною навчання і розвитку. Викладачі можуть допомагати у встановленні досяжних, короткострокових цілей, що допомагає здобувачам відчувати прогрес і успіх на кожному етапі.

Також варто надавати підтримку в розвитку навичок тайм-менеджменту та організації. Допомога у плануванні часу, розподілі завдань та встановленні пріоритетів сприяє ефективному управлінню навчальним навантаженням і знижує відчуття перевантаженості. Це може включати навчання методам розбиття великих завдань на менші, більш керовані частини, а також використання списків справ і календарів.

Підтримка емоційного благополуччя також є важливою складовою роботи зі здобувачами педантичного типу . Важливо створювати умови для відпочинку та релаксації, заохочувати участь у позакласних заходах, які сприяють зниженню стресу та напруги. Використання технік релаксації, таких як глибоке дихання, медитація, фізична активність може бути корисним для підтримання емоційної рівноваги.

Необхідно також забезпечувати підтримку з боку однолітків та дорослих. Важливо створювати дружнє та підтримуюче середовище, де абітурієнти відчують, що їхні зусилля та старання цінуються. Групові проекти та завдання, де молоді люди можуть співпрацювати і взаємодіяти, допомагають розвивати соціальні навички та створюють відчуття спільності.

Важливо вчити молодих людей педантичного типу відпускати надмірну потребу в контролі та перфекціонізмі. Це може включати навчання методам когнітивної поведінкової терапії, що допомагають змінювати негативні розумові шаблони і розвивати більш гнучкий підхід до завдань і викликів.

Залучення батьків до процесу підтримки молоді також є важливим аспектом. Співпраця з батьками, надання їм рекомендацій щодо створення структурованого та підтримуючого середовища вдома, може сприяти послідовності у підходах до виховання та навчання.

Загалом, створення структурованого середовища, надання конструктивного зворотного зв'язку, підтримка в подоланні страху невдачі,



навчання навичкам тайм-менеджменту та організації, а також забезпечення емоційної підтримки допоможуть молодим людям педантичного типу реалізувати свій потенціал і досягати успіхів у навчанні.

Кожен підліток є унікальним, тому важливо працювати індивідуально, дотримуючись принципів емпатії, розуміння та підтримки. Підлітки приходять до університетів з різним рівнем підготовки, різними емоційними потребами і власними способами взаємодії зі світом. Врахування цих особливостей є ключовим для створення комфортного та ефективного навчального середовища.

Індивідуальний підхід передбачає адаптацію методів навчання та виховання до конкретних потреб кожного учня. Це може включати надання додаткової підтримки тим, хто її потребує, або створення викликів для тих, хто готовий до більш складних завдань. Важливою складовою цього підходу є регулярне спілкування зі здобувачами, що дозволяє краще розуміти їхні переживання, потреби та інтереси.

Емпатія допомагає викладачам встановлювати довірливі відносини з молоддю, що сприяє відкритості та взаєморозумінню. Коли молоді люди відчують, що їхні емоції і потреби розуміють і поважають, вони стають більш впевненими і мотивованими. Розуміння означає не лише усвідомлення емоційних станів студентів, але й готовність підтримати їх у важкі моменти.

Підтримка відіграє важливу роль у розвитку впевненості в собі та мотивації до навчання. Це може включати як емоційну підтримку, так і практичну допомогу у виконанні завдань або освоєнні нових навичок. Заохочення навіть невеликих досягнень допомагає здобувачам відчувати успіх і прагнути до подальших досягнень.

Врахування індивідуальних потреб і реакцій молодих людей сприяє створенню ефективних стратегій психологічного супроводу. Це включає регулярний моніторинг емоційного стану здобувачів, надання своєчасної допомоги і підтримки, а також використання методів, які сприяють розвитку саморегуляції та самостійності.

Такий підхід забезпечує не лише академічний успіх, але й сприяє особистісному розвитку здобувачів . Вони вчаться розуміти і висловлювати свої почуття, справлятися зі стресом, взаємодіяти з іншими людьми. Це готує їх до успішного життя поза школою, де ці навички є не менш важливими, ніж академічні знання.

Загалом, індивідуальний підхід, заснований на емпатії, розумінні та підтримці, є ключовим для створення сприятливого навчального середовища, яке сприяє всебічному розвитку здобувачів .