

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»

Факультет соціальних наук

(повне найменування факультету)

Психологія

(повне найменування кафедри)

Пояснювальна записка

до дипломного проєкту (роботи)

бакалавр

(ступінь вищої освіти)

на тему Взаємозв'язок стилів міжособистісної взаємодії та
маніпулятивних тенденцій у молоді

(назва теми)

Виконав(ла): студент(ка) 4 курсу,

групи СН-113 сп

Спеціальності 053 Психологія

(код і найменування спеціальності)

Освітня програма (спеціалізація)

Психологія

ДОНЕНКО Д.А.

(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

Керівник КОВАЛЬ В.О.

(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

Рецензент МОСАЄВ Ю.В.

(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»
 (повне найменування закладу вищої освіти)

Факультет соціальних наук
 Кафедра «Психологія»
 Ступінь вищої освіти бакалавр
 Спеціальність 053 Психологія
 (код і найменування)
 Освітня програма (спеціалізація) Психологія
 (назва освітньої програми (спеціалізації))

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

« 09 » _____ березня _____ 2026 року

З А В Д А Н Н Я
НА ДИПЛОМНИЙ ПРОЄКТ (РОБОТУ) СТУДЕНТА(КИ)

ДОНЕНКО Дар'я Андріївна

(ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи) Взаємозв'язок стилів міжособистісної взаємодії та маніпулятивних тенденцій у молоді.

керівник проєкту (роботи) кандидат педагогічних наук, доцент КОВАЛЬ Владислав Олександрович

(науковий ступінь, вчене звання, ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

затверджені наказом закладу вищої освіти від «09» березня 2026 року № 69

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) 01 червня 2026 року

3. Вихідні дані до проєкту (роботи) 78 сторінок, 45 джерел, 5 рисунків, 12 таблиць, 1 додаток.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) було реалізовано ряд завдань: проаналізовано наукові підходи до розуміння міжособистісної взаємодії, її стилів та маніпулятивних тенденцій у молоді у вітчизняних та зарубіжних працях; проведено емпіричне дослідження; проаналізовано результати дослідження; розроблено практичну програму з профілактики маніпулятивних проявів та розвитку конструктивної взаємодії у молоді.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) таблиця 1.1. Теоретичні підходи до концептуалізації стилю взаємодії особистості; таблиця 1.2. Порівняльна характеристика рівнів міжособистісної взаємодії в молодому віці (за О. Васильєвою); таблиця 1.3. Операціоналізація маніпулятивних форм взаємодії: від психологічного механізму до комунікативного акту; таблиця 1.4. Функціональна характеристика маніпулятивних стратегій в освітній взаємодії студентів; таблиця 2.1. Перевірка нормальності розподілу основних показників

(критерій Шапіро–Вілکا); таблиця 2.2. Описові статистики основних показників дослідження; таблиця 2.3. Кореляції октантів методики Т. Лірі з макіавеллізмом; таблиця 2.4. Кореляції інтегральних показників методики Т. Лірі з макіавеллізмом; таблиця 2.5. Кореляції між основними психологічними показниками дослідження; таблиця 2.6. Порівняльний аналіз за статтю та віком; таблиця 3.1. Структура практичної програми; таблиця 3.2. Загальна хронологічна схема занять; рис. 2.1. Вікові відмінності у рівні макіавеллізму за критерієм Краскела-Уолліса; рис.3.1. Принципи практичної програми; рис. А.1. Шапка Google-форми з інструкцією для учасників опитування; рис. А.2. Візуалізація структури запитань та варіантів відповідей у формі; рис. А.3. Фрагмент закодованої таблиці відповідей респондентів для подальшого статистичного аналізу.

6. Консультанти розділів проєкту (роботи)

Розділ	ПРИЗВИЩЕ, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	прийняв виконане завдання
1	КОВАЛЬ В.О., доцент	10.03.2026	13.04.2026
2	КОВАЛЬ В.О., доцент	14.04.2026	08.05.2026
3	КОВАЛЬ В.О., доцент	09.05.2026	20.05.2026
Нормок-ь	Стадник А.Г., доцент	25.05.2026	28.05.2026

7. Дата видачі завдання «10» березня 2026 року.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проєкту (роботи)	Строк виконання етапів проєкту (роботи)	Примітка
1	Попереднє узгодження теми дипломного проєкту (роботи) з керівником	25.02.2026	
2	Збір матеріалу та вивчення літературних джерел за темою дипломного проєкту (роботи)	02.03.2026	
3	Затвердження теми	09.03.2026	
4	Затвердження завдання на дипломний проєкт (роботу)	10.03.2026	
5	Складання змісту	13.03.2026	
6	Виконання першого розділу	13.04.2026	
7	Виконання другого розділу	08.05.2026	
8	Виконання третього розділу	20.05.2026	
9	Формування висновків	22.05.2026	
10	Перевірка роботи керівником	23.05.2026	
11	Оформлення дипломного проєкту (роботи)	25.05.2026	
12	Нормоконтроль та перевірка на запозичення	28.05.2026	
13	Попередній захист дипломного проєкту(роботи)	29.05.2026	
14	Подання роботи на кафедру	01.06.2026	

15	Одержання відгуку та рецензії	02.06.2026	
16	Захист дипломної роботи	09.06.2026	

Студент(ка)

(підпис)

Дар'я ДОНЕНКО

(Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

Керівник проєкту (роботи)

(підпис)

Владислав КОВАЛЬ

(Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота бакалавра: 78 сторінок, 45 джерел, 5 рисунків, 12 таблиць, 1 додаток.

Дослідження зосереджено на молоді від 18 до 29 років.

Об'єкт дослідження – міжособистісна взаємодія у молодому віці.

Предмет дослідження – зв'язок стилів міжособистісної взаємодії зі ступенем вираженості маніпулятивних тенденцій (маніпулятивних проявів у спілкуванні) у молоді.

Мета дослідження – на основі дослідження взаємозв'язку стилів міжособистісної взаємодії й маніпулятивних тенденцій у молоді розробити практичні рекомендації щодо профілактики й корекції маніпулятивних проявів у спілкуванні.

В межах дослідження було поставлено наступні завдання:

1. Проаналізувати наукові підходи до розуміння міжособистісної взаємодії, її стилів та маніпулятивних тенденцій у молоді у вітчизняних та зарубіжних працях.
2. Емпірично дослідити стилі міжособистісної взаємодії та рівень маніпулятивних тенденцій у досліджуваних.
3. Розробити практичну програму з профілактики маніпулятивних проявів та розвитку конструктивної взаємодії у молоді.

Бакалаврська робота присвячена дослідженню психологічних засад міжособистісної взаємодії у молодіжному віці, зокрема проявів і специфіки маніпулятивних тенденцій, які часто виступають неадаптивними, компенсаторними реакціями психіки у відповідь на виклики соціалізації. У сучасних умовах цифрової реальності та соціальної нестабільності молоді люди (18–29 років) опиняються в ситуації, яка вимагає від них високої комунікативної гнучкості, екологічності та вміння захищати власні межі – фундаментальних компонентів особистісної зрілості. Саме тому тема дослідження взаємозв'язку

стилів взаємодії та латентного психологічного впливу набуває особливої актуальності.

Емпірична частина роботи спрямована на виявлення структури та кореляційних взаємозв'язків маніпулятивності особистості (макіавеллізму) зі стилями міжособистісного ставлення за допомогою валідного психодіагностичного інструментарію (опитувальник міжособистісної діагностики Т. Лірі, шкала маніпулятивності «MACH-IV» (Р. Крісті, Ф. Гейс), шкала асертивності С. Ратуса (Rathus Assertiveness Scale, RAS), шкала соціальної бажаності (Д. Кроун, Д. Марлоу)). Результати дослідження дозволяють визначити провідні маркери деструктивної комунікації: встановлено, що егоїстичний, агресивний та підозрілим типи взаємин прямо пов'язані з високим макіавеллізмом, тоді як інтегральний показник товарищескості, а також товариський та альтруїстичний октанти виступають чинниками, що зворотно пов'язані з маніпулятивністю особистості. Водночас емпірично спростовано наявність значущого зв'язку маніпулятивності з тенденцією до домінування та загальним рівнем асертивності молоді, а також зафіксовано виражений зворотний зв'язок макіавеллізму із показником соціальної бажаності.

У поясненні також обґрунтовується необхідність практичної частини дипломної роботи – розроблення та наукового обґрунтування комплексної тренінгової програми, спрямованої на оптимізацію інтерперсонального простору молоді. Запропоновані у межах трьох логічних модулів психотехніки та інтерактивні методи орієнтовані на зниження інтенсивності маніпулятивних реакцій, опанування навичок асертивної відмови, емпатійного слухання, трансформації звинувачень за допомогою техніки «Я-повідомлення» та екологічного захисту особистісних кордонів.

**МІЖОСОБИСТІСНА ВЗАЄМОДІЯ, СТИЛІ ВЗАЄМОДІЇ, СПІЛКУВАННЯ,
МАНІПУЛЯТИВНІ ТЕНДЕНЦІЇ, МАКІАВЕЛЛІЗМ, АСЕРТИВНІСТЬ**

ЗМІСТ

ВСТУП.....	8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ СТИЛІВ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ТА МАНІПУЛЯТИВНИХ ТЕНДЕНЦІЙ У МОЛОДІ	13
1.1. Міжособистісна взаємодія у молодому віці як психологічна проблема....	13
1.2. Стилї міжособистісної взаємодії: підходи, типології, прояви	17
1.3. Маніпулятивні тенденції у спілкуванні: сутність, види, психологічні механізми.....	22
1.4. Теоретичні моделі взаємозв'язку стилів взаємодії та маніпулятивних тенденцій	27
Висновки до розділу 1	29
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ	31
2.1. Організація дослідження та характеристика вибірки.....	31
2.2. Методи та методики дослідження	33
2.3. Процедура проведення дослідження.....	36
2.4. Аналіз та інтерпретація результатів	37
Висновки до розділу 2	45
РОЗДІЛ 3. ПРАКТИЧНА ПРОГРАМА З ПРОФІЛАКТИКИ МАНІПУЛЯТИВНИХ ПРОЯВІВ ТА РОЗВИТКУ КОНСТРУКТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У МОЛОДІ.....	48
3.1. Теоретико-емпіричне обґрунтування практичної програми.....	48
3.2. Мета, завдання та принципи програми	49
3.3. Структура та зміст практичної програми.....	52
3.4. Критерії та показники оцінювання ефективності практичної програми	64
Висновки до розділу 3	65
ВИСНОВКИ	67
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	70
ДОДАТКИ	76

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасний молодий вік (18–29 років) є унікальним етапом онтогенезу, який у сучасній психології дедалі частіше розглядається як період «щойно посталої дорослості» (emerging adulthood). Це час інтенсивного самопізнання, трансформації ідентичності та переходу від юнацького егоцентризму до побудови зрілих міжособистісних зв'язків. Основним новоутворенням цього віку, згідно з концепцією Е. Еріксона, є інтимність – здатність до глибокої довіри та близькості, що безпосередньо залежить від обраного індивідом стилю взаємодії з оточуючими.

Водночас цей період характеризується високим ступенем соціальної та психологічної вразливості. Необхідність одночасного вирішення завдань професійного самовизначення, фінансової автономії та побудови стабільних стосунків на тлі нестійкості самооцінки може породжувати внутрішню напруженість. У таких умовах маніпулятивні тенденції часто набувають компенсаторного характеру: вони виступають не лише як засіб досягнення прагматичних цілей, а й як неадаптивний механізм захисту від страху відкидання, соціальної тривоги чи дефіциту асертивних навичок.

Ситуація ускладнюється тим, що покоління 18–29-річних є «цифровими аборигенами», чия міжособистісна взаємодія значною мірою опосередкована віртуальним простором. Анонімність та емоційна дистантність цифрової комунікації створюють сприятливе середовище для апробації прихованих форм психологічного впливу. Зокрема, у сучасній молодіжній популяції спостерігається поширення таких деструктивних явищ, як фабінг, газлайтинг, емоційний шантаж та пасивно-агресивні стратегії, що витісняють прямий та відкритий діалог.

Наукові праці вказують на тісний зв'язок між домінуючим стилем взаємодії (за типологією Т. Лірі) та схильністю до маніпуляцій. Якщо домінантно-агресивні стилі спрямовані на відкритий контроль, то залежні та уникаючі – на приховані, пасивні маніпуляції, що є особливо характерним для молоді з незавершеними

процесами індивідуації. Окрім того, важливим є вивчення макіавеллізму як стійкої риси, що у молодому віці може кристалізуватися в деструктивний життєвий сценарій за умови недостатнього розвитку емоційного інтелекту та асертивності.

Незважаючи на значний інтерес науковців до окремих аспектів комунікації молоді, інтегративний зв'язок між стилями взаємодії, асертивністю та маніпулятивністю саме в діапазоні 18–29 років залишається недостатньо розкритим. Існує теоретична прогалина у розумінні того, як конструктивна асертивність (за С. Ратусом) може виступати протекторним фактором проти формування маніпулятивної спрямованості особистості.

Таким чином, дослідження взаємозв'язку стилів міжособистісної взаємодії та маніпулятивних тенденцій у молодому віці є актуальним, оскільки дозволяє не лише розширити теоретичні уявлення про механізми соціалізації сучасної молоді, а й розробити дієві програми психологічної допомоги, спрямовані на розвиток асертивності, щирості та емоційної стійкості в умовах складної цифрової реальності.

Ступінь розробленості проблеми. Проблема взаємозв'язку стилів міжособистісної взаємодії та маніпулятивних тенденцій у молодому віці розроблена фрагментарно.

Зарубіжні підходи представлені переважно в контексті теорії психосоціального розвитку (Е. Еріксон, Дж. Арнетт), психоаналітичної діагностики (Н. Мак-Вільямс), моделі «Темної тріади» (Д. Полхус, К. Вільямс) та онлайн-дисінгібіції (Дж. Сулери). Значний внесок зроблено в дослідження конфліктних стилів (К. Томас, Р. Кілман) та механізмів маніпуляції як прихованого впливу. Однак зарубіжні автори здебільшого розглядають ці феномени окремо, без комплексного аналізу їх взаємозв'язку саме в цифровому молодіжному середовищі.

Вітчизняні дослідження присвячені переважно загальним механізмам психологічного впливу (І. Герасимова, В. Татенко, Г. Балл), маніпулятивним стратегіям у спілкуванні (І. Новицька, О. Завгородня) та ролі асертивності й емоційного інтелекту як протекторних чинників (О. Пентелейчук, В. Гупаловська).

Окремо вивчаються цифрові форми маніпуляції (фабінг, газлайтинг) у працях сучасних українських авторів 2022–2025 років. Водночас комплексних емпіричних робіт, які б інтегрували стилі взаємодії та маніпулятивні тенденції саме в молодіжній популяції, практично немає.

Таким чином, попри значний теоретичний доробок, залишається недостатньо дослідженим інтегративний взаємозв'язок між домінуючим стилем спілкування, рівнем маніпулятивності та захисними чинниками (асертивність, емоційний інтелект) у сучасному цифровому контексті молодого віку, що й зумовлює необхідність даного дослідження.

Об'єкт дослідження – міжособистісна взаємодія у молодому віці.

Предмет дослідження – зв'язок стилів міжособистісної взаємодії зі ступенем вираженості маніпулятивних тенденцій (маніпулятивних проявів у спілкуванні) у молоді.

Мета дослідження – на основі дослідження взаємозв'язку стилів міжособистісної взаємодії й маніпулятивних тенденцій у молоді розробити практичні рекомендації щодо профілактики й корекції маніпулятивних проявів у спілкуванні.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукові підходи до розуміння міжособистісної взаємодії, її стилів та маніпулятивних тенденцій у молоді у вітчизняних та зарубіжних працях.
2. Емпірично дослідити стилі міжособистісної взаємодії та рівень маніпулятивних тенденцій у досліджуваних.
3. Розробити практичну програму з профілактики маніпулятивних проявів та розвитку конструктивної взаємодії у молоді.

Гіпотези дослідження. Передбачається, що між стилями міжособистісної взаємодії та маніпулятивними тенденціями молоді існує статистично значущий зв'язок: стилі, що відображають домінування та ворожість, будуть позитивно пов'язані з рівнем макіавеллізму, тоді як стилі, пов'язані з товариськістю та кооперативністю, – негативно. Додатково припускається, що асертивність виступає

чинником, який негативно корелює з маніпулятивністю, а висока соціальна бажаність корелює із заниженням показників макіавеллізму в самозвітах респондентів.

Методи дослідження

1. Теоретичні методи:

- аналіз, синтез, порівняння та узагальнення наукових джерел для окреслення понятійного апарату дослідження;
- систематизація та моделювання теоретичних підходів щодо детермінації маніпулятивної поведінки в молодіжному віці.

2. Емпіричні методи:

- опитувальник міжособистісної діагностики Т. Лірі – для ідентифікації домінуючого стилю взаємодії за осями домінування та любові;
- шкала маніпулятивності «MACH-IV» (Р. Крісті, Ф. Гейс) – для визначення рівня макіавеллізму як стійкої особистісної риси;
- шкала асертивності С. Ратуса (Rathus Assertiveness Scale, RAS) – для оцінки здатності особистості до конструктивного самовираження та протистояння маніпуляціям;
- шкала соціальної бажаності (Д. Кроун, Д. Марлоу) – для верифікації вірогідності самозвітів піддослідних.

3. Математично-статистичні методи:

- методи описової статистики (розрахунок середніх значень, стандартного відхилення) для первинної обробки даних;
- кореляційний аналіз (за Ч. Спірменом) для виявлення щільності та напрямку зв'язку між стилями взаємодії та маніпулятивністю;
- порівняльний аналіз (U-критерій Манна-Вітні) для виявлення відмінностей у маніпулятивних тенденціях.

Емпіричне дослідження проводилося у формі онлайн-тестування у період з лютого по травень 2026 року.

База дослідження. Вибірка формувалася за допомогою техніки «снігової кулі». Збір даних здійснювався у дистанційному форматі за допомогою цифрових

платформ: інструментарію Google Forms та розміщення посилань у тематичних Telegram-каналах із подальшим добровільним ланцюговим поширенням анкети учасниками серед свого соціального оточення. Використання онлайн-інструментів дозволило забезпечити широкий географічний охоплення респондентів з різних регіонів України та уникнути територіальних обмежень.

Вибірка склала 103 особи віком від 18 до 29 років: жінки – 53 осіб (51,46 %), чоловіки – 50 осіб (48,54 %).

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ СТИЛІВ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ТА МАНІПУЛЯТИВНИХ ТЕНДЕНЦІЙ У МОЛОДІ

1.1. Міжособистісна взаємодія у молодому віці як психологічна проблема

Фундаментом соціального існування людини є міжособистісна взаємодія, яка постає як складний процес взаємного впливу, де дії одного суб'єкта зумовлюють відповідні реакції іншого. У сучасній психологічній науці цей феномен інтегрує поняття спілкування та стосунків. Міжособистісна взаємодія в широкому розумінні визначається як «випадковий або умисний, приватний або публічний, довготривалий або короткочасний, вербальний або невербальний особистісний контакт двох і більше людей, що призводить до взаємних змін у їхній діяльності, стосунках, поведінці й установах, а у вузькому сенсі – як «система взаємообумовлених індивідуальних дій, пов'язаних циклічною причинною залежністю, при якій поведінка кожного з учасників є одночасно і стимулом, і реакцією на поведінку решти» [16, с. 14]. Цей процес реалізується насамперед через спілкування, яке постає як «складний багатоплановий процес встановлення й розвитку контактів між людьми, породжуваний потребою спільної діяльності й обміну інформацією, що включає в себе вироблення єдиної стратегії взаємодії, сприйняття й розуміння іншої людини» [26, с. 40].

Результатом тривалої та стабільної міжособистісної взаємодії й спілкування стають міжособистісні стосунки, які трактуються Л. Руденко як «безпосередні зв'язки й відносини, що складаються в реальному житті між живими індивідами, які мислять і відчують», тобто емпіричні стосунки реальних людей у їхньому реальному спілкуванні, що ґрунтуються на взаємній готовності суб'єктів до певного типу неформальної взаємодії й супроводжуються почуттям симпатії – антипатії [27, с. 3].

Аналіз наукового доробку свідчить, що категорія міжособистісної взаємодії перебуває у центрі уваги низки фундаментальних концепцій. Зокрема, у зарубіжній психології підґрунтя для розуміння соціальної природи особистості заклали: Г.Салліван (H. Sullivan), який у межах інтерперсональної теорії обґрунтував, що міжособистісні відносини є фундаментальною основою психічного здоров'я особистості, а сама психіатрія має вивчати саме процеси взаємодії між людьми [45, с. 13–14]; Дж. Мід (G. Mead), який розкрив соціально-філософське підґрунтя взаємодії, де соціальна інтеракція постає як основний механізм формування людського «Я» через соціальну комунікацію [41, с. 138]; К. Роджерс (C. Rogers), котрий виокремив емпатію як ключовий чинник конструктивної взаємодії, відкриваючи гуманістичний вектор дослідження [43, с. 210]. Особливої уваги заслуговує концепція Дж. Арнетта (J. Arnett), який акцентує на трансформації міжособистісних зв'язків у період "виникаючої дорослості" як ресурсу для самоідентифікації [34, с. 473].

В українському науковому дискурсі останнього десятиліття ці феномени аналізували: Т. Коломієць, яка розглядає емпатійну міжособистісну взаємодію як потужний ресурс розвитку особистості [16, с. 36]; Л. Руденко, яка акцентує увагу на детермінуючому впливі стосунків на особистісне та професійне самовизначення у молодому віці [27, с. 11]; З. Ковальчук, котра досліджує специфічні механізми та бар'єри взаємодії в сучасному освітньому просторі [15, с. 108].

Узагальнюючи погляди вітчизняних та зарубіжних науковців, можна стверджувати, що міжособистісна взаємодія не є статичним феноменом, а трансформується залежно від етапу життєвого шляху індивіда, набуваючи специфічних рис на кожному з них. Відтак, для ґрунтовного аналізу означеної проблеми необхідно звернутися до особливостей молодого віку, який постає як один із найбільш сензитивних етапів онтогенезу.

Цей період представляє собою складну перехідну фазу від підліткової залежності до повної соціальної зрілості та самостійного дорослого функціонування. У сучасній віковій психології поняття «молодь» є багатограним і охоплює доволі обширний проміжок життя, що включає різні вікові підгрупи.

Варто зауважити, що диференціація «молоді» як окремої категорії здійснюється за низкою гетерогенних критеріїв: біологічних (фізіологічне дозрівання), соціально-демографічних (зміна соціальних статусів), культурно-історичних, а також психологічних (формування стійких рис характеру та суб'єктивне відчуття дорослості). Саме через таку багатоаспектність ми спостерігаємо значні розбіжності у визначенні хронологічних меж молодого віку в різних наукових джерелах.

Неоднорідність вікових меж та розмитість соціальних очікувань зумовлюють високу складність внутрішніх трансформацій особистості. У цьому контексті ключовим механізмом розвитку стає не просто збільшення кількості контактів, а якісна зміна характеру соціальних зв'язків. Зокрема, Е. Еріксон (E. Erikson) та його психосоціальний підхід розглядає молодість (19–29 років) через призму нормативних криз та соціальних завдань. У праці «Ідентичність, юність і криза» вчений підкреслює, що саме в цей період історія життя індивіда перетинається з історією суспільства, а центральним завданням молодої людини стає формування ідентичності в гармонії зі своїм власним минулим та ідеологічною обіцянкою історичного процесу. Завдяки цьому молодь набуває сили впливати на суспільство – підтверджувати, оновлювати, відкидати, реформувати чи бунтувати [38, с. 210].

Паралельно відбувається трансформація соціального статусу особистості, що найбільш повно розкрито у концепції "Emerging Adulthood" (виникаючої дорослості) Дж. Арнетта (J. Arnett). Цей період (18–29 років) визначається як особлива фаза між підлітковим віком та повною зрілістю, для якої характерні суб'єктивне відчуття перебування "посередині", виражений фокус на собі, нестабільність життєвих обставин (зміна житла, роботи) та відкритість до широкого спектру життєвих виборів під впливом глобальних соціальних змін [34, с. 469-471]. Доповнює розуміння цього етапу концепція "життєвої структури" Д.Левінсона (D. Levinson), що описує процес «раннього переходу до дорослого віку, входження у світ дорослих та перехід до тридцяти років, що починається приблизно у 17 років та триває до 33 років (плюс-мінус два роки з кожного боку)» [40, с. 71].

Поряд із психологічними теоріями, важливу роль відіграють нормативні підходи. Зокрема, ВООЗ (World Health Organization) визначає молодий вік у широкому діапазоні від 18 до 44 років, орієнтуючись на пік репродуктивної та фізичної активності організму. Водночас біологічний акцент зміщується на період 20–30 років, коли спостерігається максимальна функціональна здатність усіх систем. В українському правовому полі, згідно із Законом "Про основні засади молодіжної політики", межі молоді визначені у межах 14–35 років [24].

Така вікова специфіка безпосередньо проєктується на сферу спілкування. У цей період міжособистісна взаємодія стає провідним чинником професійного самовизначення та соціальної адаптації. Г. Салліван (H.Sullivan), засновник інтерперсональної теорії, наголошував, що саме через дефіцит стабільної та конструктивної взаємодії формуються стійкі патерни поведінки, які в молодому віці можуть трансформуватися у труднощі з інтимністю, провокуючи тривожні та депресивні стани [45, с. 245-246].

Сучасні дослідження підтверджують, що взаємодія молодих людей часто обтяжена труднощами, зумовленими нестійкою самооцінкою та надмірною чутливістю до соціального схвалення. Якість такої взаємодії безпосередньо детермінується внутрішніми ресурсами особистості: рівнем емоційної регуляції, стабільністю самооцінки та ступенем сформованості соціальних навичок, які виступають фундаментом для подолання комунікативних бар'єрів. За таких умов спілкування може набувати деструктивних форм, зокрема маніпулятивних тенденцій, що порушують психологічну рівновагу учасників. Встановлення стабільної ідентичності та опанування навичок емпатійної комунікації є ключовим запобіжником розвитку таких деструктивних моделей.

Отже, межеве положення молоді між підлітковою залежністю та зрілою автономією робить цей період критично важливим для вивчення міжособистісної взаємодії як базису соціалізації, де формуються стратегії комунікації та закладаються передумови для подолання маніпулятивних впливів у майбутньому стосунках особистості.

1.2. Стилi міжособистісної взаємодії: підходи, типології, прояви

Перехід до аналізу процесуальних характеристик спілкування потребує детального розгляду категорії «стиль», яка дозволяє диференціювати індивідуальні способи реагування особистості на соціальні виклики. Стиль міжособистісної взаємодії слід розглядати як відносно стійку, індивідуально-своєрідну систему тактик та стратегій поведінки, що відображає внутрішні ціннісні установки, рівень емоційної саморегуляції та сформовані в онтогенезі моделі відносин з оточенням.

Незважаючи на динамічність соціальних контекстів – від інтимно-особистісної сфери до професійного середовища – стиль взаємодії зберігає певну стабільність, виступаючи інструментом адаптації та самовираження молодшої людини. У науковому дискурсі концептуалізація цього феномену здійснюється за кількома ключовими напрямками, порівняльну характеристику яких наведено нижче (таблиця 1.1).

Таблиця 1.1.

Теоретичні підходи до концептуалізації стилю взаємодії особистості

Науковий підхід	Основний фокус концептуалізації	Характер взаємодії та сприйняття партнера	Наслідки для міжособистісних стосунків
Суб'єкт-об'єктний	Інструментальний характер взаємодії	Партнер сприймається як об'єкт маніпуляцій або засіб досягнення власних цілей	Деперсоналізація стосунків, перетворення комунікації на акт одностороннього впливу
Суб'єкт-суб'єктний	Принципи діалогічності та паритетності	Взаємне визнання цінності кожного суб'єкта на засадах емпатії	Конструктивний розвиток обох сторін, створення простору широго діалогу
Системно-діяльнісний	Інтеграція індивідуальних особливостей з вимогами ситуації	Функціональна організація спільної діяльності для досягнення цілей	Досягнення прагматичних чи соціально значущих результатів через адаптацію

Джерело: складено на основі аналізу джерел [1; 13].

Представлена диференціація підходів дозволяє ґрунтовніше проаналізувати механізми формування індивідуального стилю взаємодії: від суто технічного виконання соціальних ролей до глибокого міжсуб'єктного порозуміння.

Реалізація цих підходів знаходить відображення у класичних типологіях. Зокрема, Т. Лірі (T. Leary) у своїй концепції довів, що стиль взаємодії є способом актуалізації особистості в соціумі, який розгортається навколо двох головних осей: «домінування – підпорядкування» та «любов – ненависть» [39, с. 65]. За Лірі, кожна людина має схильність до певного «октану» (сегменту) міжособистісної позиції, що визначає її типові реакції у групі.

Натомість К. Хорні акцентувала на динамічній природі стилю, розглядаючи його як стійку стратегію подолання базової тривоги через рух «до людей», «проти людей» або «від людей», що безпосередньо формує модель поведінки індивіда у стосунках [5, с. 156]. Сучасні підходи К. Томаса дозволяють трактувати стиль через баланс між орієнтацією на власні цілі та інтереси партнера, що виявляється у стратегіях суперництва, співпраці чи компромісу [12, с. 162-163]. В українському науковому просторі Т. Коломієць зазначає, що стиль міжособистісної взаємодії особистості детермінується її внутрішньою спрямованістю та здатністю до емпатійного резонансу. Авторка наголошує, що саме розвиток суб'єкт-суб'єктних параметрів спілкування є ключовим для гармонійного становлення молодшої людини [16, с. 10-15].

Аналіз стилів взаємодії у молодому віці потребує врахування не лише зовнішніх проявів, а й глибинних психологічних механізмів, що їх детермінують. Саме в цей період особистість активно експериментує з близькістю, балансує між автономією та залежністю. Неадаптивні стилі на цьому етапі можуть провокувати тривожні стани та самотність, тоді як адаптивні – закладають фундамент психологічного благополуччя.

Для розуміння внутрішньої архітектури цих стилів доцільно розглянути їх крізь призму кількох фундаментальних концепцій, кожна з яких виділяє специфічні маркери взаємодії:

1. Психодинамічні та інтерперсональні маркери (за Г. Салліваном).

Стиль взаємодії розглядається як інструмент мінімізації міжособистісної тривоги. Ключовим маркером тут виступає режим досвіду: від «паратаксічного» (коли сприйняття партнера викривлене минулими упередженнями) до

«синтаксичного» (логічно обґрунтована, зріла взаємодія). Це дозволяє виокремити когнітивні маркери стилю – ступінь адекватності сприйняття іншого [45, с. 42-50].

2. Емоційні та реляційні маркери (Теорія прихильності Дж. Боулбі (J.Bowlby)).

Стиль взаємодії детермінується внутрішньою робочою моделлю стосунків. Безпечний стиль маркується високим рівнем довіри та емоційної відкритості. Унікаючий стиль проявляється через поведінковий маркер дистанціювання. Тривожний стиль характеризується емоційним маркером страху відкидання та надмірною залежністю [37, с. 331-348].

3. Поведінкові та мотиваційні маркери (інтераціоналістський підхід).

Згідно з теоріями соціального обміну (Дж. Хоманс (G. Homans)) та соціального навчання (А. Бандура (A. Bandura)) [35, с. 2-6], стиль є результатом очікуваних винагород чи покарань.

Реалізація теоретичних підходів у практиці психологічних досліджень базується на низці типологій, що дозволяють класифікувати стилі взаємодії за конкретними параметрами. Фундаментальною в цьому контексті є модель Інтерперсонального Кола Т. Лірі. Автор представляє взаємодію як систему координат з двома осями: вертикальною – «домінування-підпорядкування» (агентивність) та горизонтальною – «тепло-холодність» (комуніон) [39, с. 65]. Ця модель пояснює механізм комплементарності (доповнюваності): наприклад, домінуючий стиль одного партнера часто провокує підлеглий стиль іншого, тоді як подібні стилі (особливо в зоні домінування) можуть ставати джерелом конфліктів [39, с. 70]. Для молодого віку дана модель є актуальною як інструмент корекції маладаптивних стилів у груповій динаміці.

Якщо модель Т. Лірі акцентує увагу на внутрішній спрямованості, то концепція соціальних стилів Д. Меррілла (D. Merrill) та Р. Рейда (R. Reid) дозволяє класифікувати взаємодію за емпірично зафіксованими поведінковими осями: напористістю та чутливістю [42, с. 142]. Автори виокремлюють чотири соціальні стилі (аналітичний, дружній, експресивний і драйвер), що дозволяє оцінювати особливості комунікації та рівень комунікативної гнучкості особистості. Доповнює

цей аналіз типологія Л. Беренс (L. Berens), яка виокремлює чотири базові стилі міжособистісної взаємодії, ґрунтуючись на поєднанні таких динамічних характеристик, як спрямованість на результат чи процес, ініціативність чи інформування, а також активне реагування чи ініціювання [36, с. 34].

Окрему увагу в контексті конструктивних стратегій поведінки варто приділити концепції асертивності. Асертивність розглядається не просто як набір комунікативних навичок, а як цілісний стиль взаємодії, що базується на здатності особистості відстоювати власні права, виражати почуття та переконання у прямий, чесний та адекватний спосіб, не порушуючи при цьому автономії інших людей [23, с. 75]. Асертивний стиль постає як ключова альтернатива як пасивному (уникаючому), так і агресивному чи маніпулятивному способам спілкування. Для молоді асертивність виступає базовим механізмом збереження особистісної стійкості в умовах соціального тиску, дозволяючи замінювати деструктивні патерни поведінки на суб'єкт-суб'єктну взаємодію [22, с. 184].

В українському науковому дискурсі Т. Васильєва наголошує на багаторівневості міжособистісної взаємодії, що визначається глибиною психологічного контакту та цілями суб'єктів. Авторка виокремлює три ключові рівні (ритуальний, маніпулятивний та гуманістичний), які в молодому віці набувають особливої виразності, оскільки саме в цей період відбувається активне формування ідентичності, романтичних стосунків, дружби та цифрової комунікації [4, с. 36].

Більш наочно особливості проявів цих рівнів у молодому віці представлено в таблиці 1.2.

Таблиця 1.2.

Порівняльна характеристика рівнів міжособистісної взаємодії в молодому віці (за О. Васильєвою)

Рівень стилю	Характеристика взаємодії	Прояви в романтичних стосунках	Прояви в дружбі та групах	Прояви в цифровому середовищі	Зв'язок з типом прихильності
Ритуальний (формальний)	Регламентований нормами, «спілкування масок»	Поверхневі знайомства, дотримання етикету	Підтримка соціальних зв'язків у групі	Стандартні привітання, реакції емоції	Частіше уникаючий стиль

Продовж. табл. 1.2.

Маніпулятивний (контролюючий)	Партнер – засіб досягнення егоцентричних цілей	Ревнощі, контроль, страх розриву, пасивна агресія	Використання друзів для власних цілей	Фабінг, тролінг, прихований вплив через пости	Тривожний стиль (надмірна залежність)
Гуманістичний (емпатичний)	Діалог, емпатія, визнання самоцінності партнера	Інтимність, довіра, стабільність, відкритість	Емоційна підтримка, гармонія в групі	Конструктивні коментарі, підтримка консенсусу	Безпечний стиль (довіра та відкритість)

Джерело: складено на основі [4].

Тип прихильності, сформований у ранньому віці, значною мірою детермінує вибір і прояв того чи іншого стилю взаємодії. Безпечний стиль прихильності сприяє здоровим відносинам, побудованим на довірі та емоційній відкритості, тоді як унікаючий стиль часто призводить до емоційної ізоляції, а тривожний – до залежності та конфліктів. [29, с. 48-49].

У дружбі стилі взаємодії проявляються через рівень емоційної підтримки: гуманістичний (емпатичний) стиль забезпечує гармонію в групах, експресивний – ентузіазм у спільних активностях, хоча іноді й призводить до ігнорування деталей. У цей період також зростає прагнення молоді до доброзичливих взаємостосунків з дорослими, де молодь виявляє готовність вибачати помилки, виходячи з розуміння людських недоліків. Молодь з асертивним стилем ефективніше розв'язує міжособистісні проблеми, тоді як пасивний стиль підвищує вразливість до маніпуляцій, особливо в цифровому середовищі. Важливу роль у саморегуляції та подоланні бар'єрів спілкування відіграє емоційний інтелект, який сприяє переходу від маніпулятивних до конструктивних (гуманістичних) типів взаємодії [18, с. 158].

Особливо яскраво стилі взаємодії трансформуються в цифровому середовищі. Тут вербальна (тексти, повідомлення) та невербальна (емодзі, тон, реакції) комунікація набуває нових форм. Експресивний стиль проявляється в активному постингу та генерації контенту, аналітичний – в обдуманих відповідях, а підтримуючий – у сприянні консенсусу через коментарі та репости. Поширеним негативним проявом є фабінг – пасивно-агресивна поведінка, коли людина

постійно відволікається на смартфон під час живого спілкування [7, с. 71-75]. У соцмережах домінуючі стилі виявляються в лідерстві групових чатів, а підтримуючі – у підтримці консенсусу. У стресових умовах (соціальні зміни, пандемія, кризи) тривожність посилюється, що провокує перехід до унікаючих або маніпулятивних стилів взаємодії. У конфліктних ситуаціях агресивний стиль може ескалювати суперечки, тоді як гуманістичний сприяє емпатії та конструктивному розв'язанню [19, с. 34-37].

На основі вищевикладеного можна припустити, що стиль міжособистісної взаємодії є цілісною, відносно стійкою системою стратегій і тактик поведінки, яка детермінується як внутрішніми чинниками (типом прихильності, емоційним інтелектом), так і зовнішніми вимогами соціального контексту. Різноманітність наукових підходів – від класичних моделей Т. Лірі та Л. Беренс до рівневої концепції О. Васильєвої – дозволяє розглядати стиль як динамічний інструмент адаптації, що в молодому віці коливається між ритуальними формами, маніпулятивним впливом та гуманістичним діалогом.

1.3. Маніпулятивні тенденції у спілкуванні: сутність, види, психологічні механізми

Маніпулятивні тенденції у спілкуванні є однією з найбільш поширених і водночас небезпечних форм прихованого психологічного впливу в міжособистісних відносинах. Вони являють собою навмисне, непряме та асиметричне керування свідомістю, емоціями, мотивами чи поведінкою партнера з метою досягнення власних цілей, часто в обхід волі та інтересів іншої людини [3, с. 103].

Фундаментальна відмінність маніпуляції від відкритого переконання чи примусу полягає в її латентній природі: ініціатор впливу камуфлює власні істинні наміри, створюючи в адресата ілюзію добровільності прийнятих рішень. Таким чином, маніпуляція постає як складна система психологічного детермінування, де

об'єкт впливу позбавлений можливості повного усвідомлення справжніх мотивів «оператора» [28, с. 256].

Аналізуючи сутність маніпулятивних тенденцій, доцільно розмежувати три споріднені категорії:

1. Маніпуляція – конкретний акт прихованого впливу, спрямований на зміну поведінки чи установок партнера.
2. Маніпулятивність – стійка риса особистості, що виражається в схильності розглядати інших людей як засіб (інструмент) для досягнення цілей.
3. Маніпулятивні тенденції – динамічна сукупність патернів поведінки та внутрішніх інтенцій, що актуалізуються в ситуаціях міжособистісної взаємодії як спосіб соціальної адаптації або захисту [8, с. 48-49].

У молодому віці (18–29 років) маніпулятивні тенденції набувають особливої вираженості через поєднання кількох факторів: інтенсивне формування ідентичності, нестійкість самооцінки, підвищену чутливість до соціальної оцінки, прагнення визнання та самоствердження, а також активне використання цифрових комунікацій, де анонімність і швидкість обміну посилюють маніпулятивний потенціал [21, с. 5–7; 11, с. 118–120]. Для сучасної молоді маніпуляція часто виступає компенсаторним механізмом: через незавершеність процесів сепарації або дефіцит навичок асертивної комунікації молода людина використовує прихований вплив як інструмент подолання тривоги відкидання чи страху перед соціальною ізоляцією [14, с. 77].

Особливого значення маніпулятивні тенденції набувають у цифровому середовищі. Анонімність, швидкість обміну інформацією та алгоритмічна персоналізація легітимізують такі форми деструктивного впливу, як газлайтинг, фабінг або емоційний шантаж. У цьому контексті маніпуляція виходить за межі простого комунікативного прийому, перетворюючись на стійку модель дезадаптивної взаємодії, що блокує формування автентичної інтимності та замінює щирість стратегічним розрахунком [6, с. 50; 33, с. 31]. Телеологічний (цільовий) розгляд маніпуляції дозволяє трактувати її як дефіцитарний спосіб саморегуляції.

Суб'єкт вдається до неї за умов неспроможності до прямої самопрезентації або при суб'єктивно відчутній загрозі власній автономії.

Перехід від аналізу сутності маніпулятивних тенденцій до їхньої структурної диференціації дозволяє виокремити стратегії впливу, що є найбільш релевантними для молодіжного середовища. Класифікація цих стратегій базується на ідентифікації конкретних «психологічних мішеней» – вразливих зон психіки адресата, на які спрямовується прихований тиск (таблиця 1.3).

Таблиця 1.3.

Операціоналізація маніпулятивних форм взаємодії: від психологічного механізму до комунікативного акту

Наукова назва / Стратегія	Психологічний механізм (зміст процесу)	Психологічна «мішень»	Операційний маркер (поведінковий прояв)
Індукція провини	Актуалізація внутрішнього конфлікту через апеляцію до соціальних норм або «боргу».	Потреба у позитивному «Я-образі» та соціальному схваленні.	Фрази-маркери: «Я думав, на тебе можна покластися», «Справжні друзі так не чинять».
Інграціяція	Формування «емоційного авансу» через надмірне позитивне підкріплення самооцінки об'єкта.	Потреба у визнанні, прийнятті та високому статусі.	Гіперболізовані компліменти перед висуванням прохання: «Тільки ти зможеш зробити це ідеально».
Когнітивна дестабілізація (газлайтинг)	Порушення процесу самосприйняття через систематичне заперечення об'єктивної реальності суб'єкта.	Довіра до власних когнітивних процесів (пам'яті, сприйняття).	Заперечення фактів: «Ти знову все вигадуєш», «Цього не було»; видалення цифрових повідомлень.
Депривація значущості (фабінг)	Порушення очікуваної комунікативної відповіді для встановлення ієрархічного контролю.	Базова потреба у включеності та соціальному підтвердженні.	Демонстративна концентрація на смартфоні під час діалогу, ігнорування повідомлень.
Афективний ультиматум (емоційний шантаж)	Штучне звуження поля вибору через активацію страху втрати або соціальної ізоляції.	Потреба у безпеці та стабільності міжособистісних зв'язків.	Фрази: «Якщо ти зараз підеш, ми розходимося», тривале демонстративне мовчання.
Експлуатація емпатійного резонансу	Трансляція дефіцитарного образу «жертви» для перекладання відповідальності на партнера.	Мотиваційна сфера (співчуття, альтруїзм, жалість).	Підкреслення власної безпорадності або «жахливих обставин» для уникнення обов'язків чи отримання ресурсів.

Джерело: створено на основі [6; 33].

Аналіз наведених даних свідчить, що маніпулятивні форми у молодому віці рідко існують у «чистому» вигляді. Найчастіше спостерігається контамінація стратегій, що створює кумулятивний деструктивний ефект. Наприклад, емоційний шантаж може підсилюватися газлайтингом, що призводить до глибокої дезорієнтації об'єкта впливу та зниження його критичності мислення.

Основним конструктом, що дозволяє кількісно виміряти схильність особистості до маніпулятивного впливу, є макіавеллізм. Згідно з концепцією Р.Крісті та Ф. Гейс, макіавеллізм виступає як поєднання цинічного погляду на людську природу, ігнорування конвенційної моралі та переконаності в ефективності маніпулятивних тактик для досягнення цілей. Високий рівень макіавеллізму корелює з емоційною холодністю та стратегічним використанням інших як інструментів, що особливо релевантно для аналізу міжособистісної взаємодії у молодому віці [9].

Окремим аспектом дослідження є маніпулятивна взаємодія в межах освітнього процесу, де об'єктом впливу стає не лише емоційний стан партнера, а й результативність спільної навчальної діяльності. У студентському середовищі маніпуляція часто виступає інструментом перерозподілу когнітивних зусиль або способом уникнення академічної відповідальності, що деталізовано в таблиці 1.4.

Таблиця 1.4.

Функціональна характеристика маніпулятивних стратегій в освітній взаємодії студентів

Наукова назва / Стратегія	Психологічний контекст (Мета впливу)	Психологічна мішень	Операційний маркер (Вербальний/ поведінковий акт)
Делегування відповідальності	Екстерналізація (перекладання) власних обов'язків на іншого суб'єкта.	Потреба партнера в експертному самоствердженні.	«Ти робиш презентації професійно, я так ніколи не зможу – оформи, будь ласка, і мою частину».
Експлуатація когнітивного дефіциту	Отримання інтелектуального продукту без власних зусиль через демонстрацію безпорадності.	Емпатійний резонанс та альтруїстичні установки.	«Я зовсім не розумію тему через хворобу, скинь свої конспекти/роботу, бо я не складу іспит».

Продовж. табл. 1.4.

Групова індукція (Конформізм)	Придушення індивідуальної автономії задля реалізації групових інтересів.	Страх соціальної ізоляції та відчуження від групи.	«Ми всі вирішили піти з лекції, не підставляй групу, ти що – найбільш відповідальний/на?»
Інформаційна асиметрія	Створення нерівних умов конкуренції через спотворення або приховування даних.	Прогностичні здібності та академічна успішність колег.	Навмисне поширення хибних чуток про зміну дедлайнів або вимог викладача задля виграшу часу.
Псевдо-кооперація	Формальна участь у груповій діяльності за фактичної відсутності внеску.	Відповідальність інших учасників за загальний результат.	Обіцянки надіслати свою частину проєкту «в останній момент», що змушує групу працювати за маніпулятора.
Етична апеляція до солідарності	Конвертація особистих стосунків у прагматичні академічні преференції.	Моральні установки щодо «дружнього боргу».	«Ми ж друзі, ти ж не даси мені отримати нижчий бал – дай списати свою роботу».

Джерело: власна розробка автора.

Аналіз наведених стратегій свідчить про те, що освітнє середовище стає специфічним полігоном для апробації прагматичних маніпуляцій. Якщо в романтичних стосунках молоді домінують афективні мішені (страх, любов), то в навчальному процесі маніпулятивні тенденції частіше спрямовані на когнітивну та прагматичну сфери.

Ефективність маніпулятивних форм забезпечується експлуатацією фундаментальних закономірностей психіки, що дозволяє ініціатору здійснювати латентну детермінацію поведінку адресата. Центральним механізмом у цьому процесі виступає афективна дестабілізація – штучне виведення особистості з емоційної рівноваги через актуалізацію почуття провини чи страху, що блокує раціональні когнітивні фільтри та суттєво знижує критичність сприйняття ситуації [30, с. 184].

У сучасному цифровому просторі зазначені механізми підсилюються ефектом онлайн-розгальмування – зниженням внутрішніх етичних бар'єрів у мережі. Для молодіжного віку ці процеси є найбільш критичними через домінуючу

потребу у груповій афіліації, де цифрова опосередкованість стає додатковим чинником зниження вольового контролю [44, с. 322].

Систематична реалізація маніпулятивних тенденцій зумовлює ерозію довіри та втрату автентичності, де партнер трансформується у функціональний ресурс. Наслідки для психічного благополуччя мають двосторонній деструктивний вектор: у об'єкта впливу спостерігається зростання тривожності та фрагментація ідентичності, тоді як у ініціатора відбувається закріплення ригідних дезадаптивних патернів, що веде до глибокої соціальної ізоляції та суб'єктивного відчуття самотності [32, с. 114].

1.4. Теоретичні моделі взаємозв'язку стилів взаємодії та маніпулятивних тенденцій

Сучасна психологічна наука розглядає взаємозв'язок стилів міжособистісної взаємодії та маніпулятивних тенденцій як складний інтегративний феномен, у якому стиль виступає стійким патерном комунікації, а маніпуляція – інструментом реалізації суб'єктивно значущих цілей. У період пізньої юності та молодого віку цей зв'язок набуває особливої виразності, оскільки процеси формування ідентичності часто супроводжуються експериментуванням із різними комунікативними стратегіями. Теоретичне пояснення механізму взаємозв'язку базується на тому, що маніпуляція як латентна детермінація актуалізується залежно від домінуючого стилю взаємодії. Зокрема, домінантні та агресивні стилі створюють умови для активної маніпуляції через прямий тиск і контроль, тоді як дефіцит асертивності та залежні стилі зумовлюють перехід до пасивної, прихованої маніпуляції, яка здійснюється через експлуатацію емпатії, почуття провини чи страху відкидання партнера [20, с. 70–72].

Центральне місце в поясненні особистісних предикторів маніпулятивності посідає модель «Темної тріади», яка інтегрує макіавеллізм, нарцисизм та психопатію. У молодіжному середовищі саме макіавеллізм виступає головним прогностичним фактором використання прихованого контролю, адже емоційна

холодність і прагматичне ставлення до інших дозволяють ігнорувати автономію партнера. Важливим доповненням цієї моделі є роль емоційного інтелекту як буферного механізму: високий рівень саморегуляції сприяє вибору конструктивних діалогічних стилів, тоді як його дефіцит посилює маніпулятивність як компенсаторну стратегію подолання міжособистісних труднощів [9, с. 54; 10, с. 35–45].

Концептуально близькою є модель суб'єкт-об'єктних взаємин, яка трактує маніпуляцію як перетворення партнера на засіб експлуатації. У цій парадигмі стилі взаємодії диференціюються на монологічні (імперативні або маніпулятивні) та діалогічні, а маніпуляція постає як майстерне створення ілюзії добровільності дій адресата. Цю ідею доповнює модель стратегій впливу Г. Балла, де маніпулятивний вектор формально враховує індивідуальні особливості реципієнта, але лише з метою ефективнішої організації його поведінки у власних інтересах ініціатора [31, с. 58].

На основі синтезу наведених концепцій ми формуємо робочу модель дослідження. У цій моделі стиль міжособистісної взаємодії виступає незалежною змінною, що визначає спрямованість та інтенсивність маніпулятивних тенденцій. Ми припускаємо, що вектори домінування та агресивності безпосередньо корелюють із прагненням до активного маніпулятивного контролю, тоді як вектори залежності, недовіри та дефіциту асертивності зумовлюють використання пасивних, прихованих маніпуляцій. Асертивність у цій системі розглядається як стрижневий протекторний фактор, що блокує потребу в маніпуляції завдяки здатності до прямого самовираження та поваги до кордонів іншого [22, с. 183].

Спираючись на сформульовану робочу модель, ми висуваємо ряд робочих гіпотез. По-перше, у молоді з переважанням агресивно-конкурентного стилю взаємодії рівень маніпулятивних тенденцій буде достовірно вищим, ніж у осіб з кооперативним стилем. По-друге, низький рівень асертивності позитивно корелює з використанням пасивних маніпулятивних стратегій, зокрема через актуалізацію почуття провини. По-третє, макіавеллізм як риса особистості виступає значущим предиктором вибору маніпулятивних засобів у конфліктних ситуаціях. Нарешті,

високий рівень емоційного інтелекту мінімізує прояви деструктивних маніпуляцій незалежно від домінуючого стилю взаємодії. Розуміння цих взаємозв'язків дозволить у подальшому обґрунтувати необхідність розвитку асертивності як ключового чинника переходу від маніпулятивних до продуктивних суб'єкт-суб'єктних відносин.

Таким чином, теоретичний аналіз дає змогу припустити, що стиль міжособистісної взаємодії є важливим предиктором маніпулятивних тенденцій у молодому віці. Домінантні та агресивні стилі сприяють активним формам маніпуляції, тоді як дефіцит асертивності зумовлює пасивні, приховані стратегії впливу.

Сформульована робоча модель, що інтегрує положення моделі «Темної тріади», суб'єкт-об'єктної парадигми та стратегій впливу Г. Балла, дозволяє висунути гіпотези про взаємозв'язок стилів взаємодії, макіавеллізму, емоційного інтелекту та маніпулятивних тенденцій. Отримані теоретичні положення створюють надійну основу для емпіричної перевірки у подальшому дослідженні.

Висновки до розділу 1

Теоретичне узагальнення проблеми взаємозв'язку стилів міжособистісної взаємодії та маніпулятивних тенденцій у молодіжному віці дозволяє сформулювати такі висновки:

1. В науковій літературі показано, що міжособистісна взаємодія у молодіжному віці (18–29 років) є фундаментальним психологічним процесом, що забезпечує соціальну адаптацію та формування ідентичності. Цей період характеризується переходом від підліткової залежності до дорослої автономії, де комунікація стає провідним чинником професійного самовизначення та побудови зрілих стосунків. Водночас нестійкість самооцінки та інтенсивне експериментування з поведінковими моделями створюють сприятливе підґрунтя для виникнення деструктивних форм впливу.

2. Стилi міжособистісної взаємодії можна розглядати як стійкі патерни поведінки, що формуються під впливом раннього досвіду прихильності та соціального навчання. Використання сучасних типологій (зокрема інтерперсонального кола Т. Лірі та соціальних стилів Л. Беренс) дозволяє класифікувати ці патерни за векторами домінування-підпорядкування та прийняття-відкидання. У низці праць показано, що ригідні, неадаптивні стилі (пасивний або агресивний) суттєво посилюють комунікативну вразливість особистості, тоді як асертивний стиль виступає гарантом збереження психологічних меж.

3. Маніпулятивні тенденції окреслено як латентний психологічний вплив, спрямований на експлуатацію вразливостей партнера задля досягнення односторонніх преференцій. Сутність маніпуляції полягає в інтенційній асиметрії – навмисній нерівності позицій, та маскуванні справжніх намірів, що фактично нівелює автономію об'єкта впливу. Сучасна класифікація видів маніпуляцій (від емоційного шантажу до цифрового фабінгу) та їхніх механізмів (когнітивних упереджень, емоційної активації) свідчить про їхню високу адаптивність до умов цифрового середовища, де молодь є найбільш вразливою категорією.

4. Теоретичний аналіз моделей взаємозв'язку (зокрема моделі «Темної тріади» та суб'єкт-об'єктних взаємин) показує, що маніпулятивні риси, як-от макіавеллізм та нарцисизм, інтегруються у стилі взаємодії, трансформуючи їх на інструменти прихованого контролю. Можна припустити, що ключову буферну роль – функцію захисного екрана – відіграють емоційний інтелект та позитивна самооцінка, які сприяють переходу від маніпулятивних стратегій до продуктивного діалогу.

Загалом, результати теоретичного аналізу дозволяють припустити, що неадаптивні патерни взаємодії та маніпулятивні тенденції утворюють цілісну деструктивну систему, яка становить загрозу психологічному здоров'ю молоді. Окреслений теоретико-методологічний базис є необхідною передумовою для переходу до емпіричного етапу дослідження, метою якого є верифікація виявлених взаємозв'язків та розробка стратегій психологічної корекції.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Організація дослідження та характеристика вибірки

Для емпіричної перевірки було сформульовано такі гіпотези:

- Гіпотеза 1. Стили міжособистісної взаємодії, що відображають домінування та ворожість, позитивно пов'язані з рівнем макіавеллізму у молоді.
- Гіпотеза 2. Стили міжособистісної взаємодії, пов'язані з товариськістю та кооперативністю, негативно пов'язані з рівнем макіавеллізму у молоді.
- Гіпотеза 3. Асертивність негативно пов'язана з маніпулятивними тенденціями у респондентів.
- Гіпотеза 4. Соціальна бажаність негативно пов'язана з показниками макіавеллізму у респондентів.

З метою перевірки висунутих гіпотез щодо взаємозв'язку стилів спілкування із маніпулятивними тенденціями у молоді було організовано та проведено емпіричне дослідження, яке охоплювало кілька етапів: підготовчий (формування діагностичного інструментарію), основний (збір даних) та аналітичний (статистична обробка результатів).

Емпіричне дослідження було організовано у формі конфіденційного онлайн-опитування за допомогою Google Forms (Додаток А) і мало кількісний характер, оскільки базувалося на використанні стандартизованих психодіагностичних методик та передбачало подальшу статистичну обробку отриманих даних із використанням методів описової та інференційної статистики. Такий формат організації дозволив забезпечити доступ до цільової групи респондентів та зручність участі в дослідженні. Участь в дослідженні була добровільною та конфіденційною, що забезпечило етичність та відкритість наданих відповідей.

Для участі у дослідженні було залучено осіб молодого віку від 18 до 29 років за допомогою техніки «сніжного кому», яка реалізовувалася через первинне

розміщення посилання на опитувальник у тематичних Telegram-каналах та подальше добровільне ланцюгове поширення його учасниками серед свого соціального оточення. Першочергово в опитуванні взяли участь 115 осіб. Після етапу очищення даних та вилучення некоректно заповнених анкет, фінальний загальний обсяг вибірки становив 103 респонденти. Соціально-демографічний блок анкети передбачав збір інформації про стать, вік, рівень освіти та сімейний стан учасників. За статевим складом вибірка була відносно збалансованою: у дослідженні взяли участь 50 чоловіків і 53 жінки, що дало змогу мінімізувати вплив гендерного дисбалансу та забезпечити можливість аналізу потенційних статевих відмінностей у показниках стилів міжособистісної взаємодії та маніпулятивних тенденцій.

Додатково фіксувалися дані щодо рівня освіти респондентів (базова середня, повна загальна середня, професійно-технічна, фахова передвища, бакалаврська, магістерська освіта та науковий ступінь) і сімейного стану (одружені/у партнерських стосунках, неодружені, розлучені, вдовці/вдови). Зазначені показники використовувалися для соціально-демографічної характеристики вибірки та могли враховуватися під час інтерпретації отриманих результатів.

Для підвищення однорідності вибірки та контролю емпіричних даних було встановлено критерії включення та виключення респондентів. До критеріїв включення належали вік учасників від 18 до 29 років, оскільки саме цей віковий діапазон відповідає періоду ранньої юності та молодості, коли активно формуються стійкі індивідуальні стилі спілкування та маніпулятивні тенденції як особистісні характеристики. Обов'язковою умовою участі була добровільна інформована згода на участь у дослідженні, що відповідає етичним вимогам психологічних досліджень. Крім того, респонденти повинні були володіти українською мовою на достатньому рівні (рідна або вільне володіння) для правильного розуміння тверджень психодіагностичних методик та демонструвати здатність самостійно заповнити опитувальники. До подальшого аналізу включалися лише повністю заповнені анкети, що не містили пропусків, суперечливих відповідей або очевидних порушень інструкцій.

До критеріїв виключення насамперед було віднесено вік учасників молодше або старше встановленого вікового діапазону, відмова від добровільної участі в опитуванні, а також неповне та некоректне заповнення анкет, таке як формальне або однотипне вибирання відповідей (похибка згоди або Ефект «Так-сету», позначення лише максимальних або мінімальних балів на всі пункти). Особлива увага приділялася результатам шкали соціальної бажаності Кроуна–Марлоу, яка використовувалася для оцінки щирості відповідей. Протоколи з надмірно високими показниками соціальної бажаності, що могли свідчити про тенденцію до представлення себе у виключно позитивному світлі та зниження достовірності самозвіту, могли бути виключені з остаточної вибірки або враховувалися з відповідними статистичними застереженнями.

2.2. Методи та методики дослідження

Для досягнення поставленої мети та перевірки висунутих гіпотез було використано комплекс теоретичних, емпіричних та математично-статистичних методів, що забезпечили всебічне вивчення взаємозв'язку між стилями міжособистісної взаємодії та маніпулятивними тенденціями у молоді.

Теоретичні методи включали аналіз, синтез, порівняння та узагальнення наукових джерел для окреслення понятійного апарату дослідження; систематизацію та моделювання теоретичних підходів щодо детермінації маніпулятивної поведінки в молодіжному віці.

До емпіричних методів було включено комплекс психодіагностичних методик, обраних із урахуванням специфіки теми дипломної роботи:

1. Опитувальник міжособистісної діагностики Тімоті Лірі, призначений для визначення домінуючих стилів міжособистісної взаємодії. Методика ґрунтується на двох базових вимірах – «домінування-підпорядкування» та «товариськість-ворожість» – і дозволяє виявити характерні способи поведінки особистості у спілкуванні. Опитувальник складається зі 128 оціночних суджень, з яких кожен із восьми типів міжособистісних відносин представлений 16 пунктами, які

розташовані в порядку зростання інтенсивності. Судження, спрямовані на виявлення певного типу відносин, розміщені не послідовно: вони групуються по чотири і повторюються через однакову кількість інших тверджень. При обробці результатів підраховується кількість проявів кожного типу відносин. Різні напрями діагностики дозволяють визначити домінуючий тип особистості, а також зіставити дані за окремими аспектами, такими як «соціальне «Я»», «реальне «Я»», «мої партнери» тощо [25, с. 539].

2. Шкала маніпулятивності Р. Крісті та Ф. Гейс (MACH-IV), яка використовувалася для оцінювання рівня макіавеллізму як стійкої особистісної характеристики, що проявляється у схильності до прагматичного ставлення до інших людей та використання прихованих стратегій впливу. Методика складається з 20 тверджень, на які респонденти відповідають за 7-бальною шкалою Лікерта (від «повністю не згоден» до «повністю згоден»). За результатами підраховується загальний показник макіавеллізму: високі значення свідчать про виражену схильність до маніпулятивної поведінки, недовіру до людей і орієнтацію на особисту вигоду, тоді як низькі показники вказують на більшу відкритість, щирість та орієнтацію на партнерські взаємини.

3. Шкала асертивності С. Ратус (Rathus Assertiveness Schedule, RAS) у стандартизації В. Василевського та А. Десятника, що дозволила визначити здатність особистості відкрито та впевнено відстоювати власні інтереси, не порушуючи прав інших людей. Методика складається з 30 тверджень, на які респонденти відповідають за 6-бальною шкалою від -3 («зовсім не характерно для мене») до +3 («дуже характерно для мене»). Вона дозволяє кількісно оцінити ступінь впевненості особистості у відстоюванні власних прав, відкритості у висловленні думок і почуттів у міжособистісній взаємодії без порушення кордонів інших [2, с. 1673].

4. Шкала соціальної бажаності Д. Кроун та Д. Марлоун, яка застосовувалася для контролю достовірності самозвітів. Методика надає змогу визначити схильність респондентів надавати соціально бажані відповіді з метою виглядати

краще, що дозволяє підвищити надійність інтерпретації отриманих результатів [17].

Вибір зазначених психодіагностичних інструментів обумовлений необхідністю комплексного аналізу досліджуваного феномена. Опитувальник Т. Лірі забезпечує діагностику провідних стилів взаємодії, шкала МАСН-IV дозволяє визначити рівень маніпулятивності, шкала С. Ратуса оцінює здатність до конструктивного самовираження та психологічного захисту від маніпуляцій, а шкала Кроуна – Марлоу забезпечує перевірку щирості та соціальної бажаності.

Для математично-статистичної обробки отриманих результатів дослідження було використано методи описової статистики (розрахунок середніх значень, стандартного відхилення) для первинної обробки даних, кореляційний аналіз (за Р. Спірменом) для виявлення щільності та напряму зв'язку між стилями взаємодії та маніпулятивністю й порівняльний аналіз (U-критерій Манна-Вітні) для виявлення відмінностей у маніпулятивних тенденціях чоловіків та жінок. Обробка результатів здійснювалася за допомогою електронних таблиць Microsoft Excel та статистичного пакета IBM SPSS Statistics.

Під час організації дослідження суворо дотримувалися етичні принципи психологічної науки. Кожен учасник був заздалегідь ознайомлений із метою та умовами роботи, а заповнення опитувальників відбувалося на засадах добровільності. Респонденти мали можливість припинити участь на будь-якому етапі без пояснення причин. Хоча процедура збору даних передбачала фіксацію контактної інформації та імен для організації процесу, було гарантовано учасникам повну конфіденційність. Це означає, що всі персональні дані були захищені, а під час обробки результатів вони підлягали обов'язковій анонімізації. У дипломній роботі результати представлені виключно в узагальненому вигляді, що виключає можливість ідентифікації конкретної особи.

Обраний комплекс методів дозволив глибоко вивчити зв'язки між стилями взаємодії, асертивністю та маніпулятивними тенденціями у молоді. Такий підхід створив надійну методичну основу для того, щоб за допомогою статистичних розрахунків перевірити висунуті гіпотези та отримати достовірні висновки.

2.3 Процедура проведення дослідження

Емпіричне дослідження охоплювало кілька етапів: підготовчий (формування діагностичного інструментарію), основний (збір даних) та аналітичний (статистична обробка результатів). Робота тривала з лютого по травень 2026 року.

На першому (підготовчому) етапі було узгоджено тему з науковим керівником, сформульовано мету, визначено завдання та гіпотези дослідження, а також підібрано психодіагностичний інструментарій. Після чого було створення опитувальника у Google Forms, який включав соціально-демографічний блок і чотири стандартизовані методики: опитувальник міжособистісної діагностики Т. Лірі, шкалу маніпулятивності MACH-IV, шкалу асертивності С. Ратуса та шкалу соціальної бажаності Кроуна – Марлоу. Перед розповсюдженням опитувальник було проведено пілотажне тестування (апробація) на групі молодих людей з 5 осіб з метою перевірки зрозумілості запитань, коректності налаштувань форми та визначення орієнтовної тривалості проходження опитування. За результатами апробації суттєвих труднощів у розумінні інструкцій і змісту тверджень не виявлено. Було внесено незначні технічні корективи до структури Google-форми, зокрема уточнено порядок розміщення окремих блоків та налаштування обов'язковості відповідей.

На другому (основному) етапі відбувався безпосередній збір емпіричних даних: опитувальник було розміщено в тематичних Telegram-групах і поширювався за допомогою техніки «снігового кому», коли учасники добровільно передавали його іншим представникам молодіжного середовища. Перед початком опитування респондентам надавалася коротка інструкція щодо мети дослідження, гарантувалася конфіденційність наданих відповідей, повідомлялося про добровільний характер участі та можливість припинити заповнення анкети на будь-якому етапі без будь-яких наслідків, а також про право ознайомитися з індивідуальними результатами за бажанням. Проходження повного пакету методик займало в учасників у середньому 25-30 хвилин, що є оптимальним часом для

збереження стійкої концентрації уваги без виникнення ефекту втоми. Оскільки тестування було в Google-формі, респонденти мали змогу самостійно обирати комфортний час і умови для заповнення анкети, що мінімізувало вплив зовнішніх стресових чинників.

На третьому (аналітичному) етапі отримані відповіді були експортовані з Google Forms до електронної таблиці Microsoft Excel для подальшого кодування. На основі ключів психодіагностичних методик було обчислено підсумкові показники за кожною шкалою, після чого дані були підготовлені для статистичної обробки та проаналізовані з використанням програм Microsoft Excel та IBM SPSS Statistics. Обробка включала розрахунок показників описової статистики, кореляційний аналіз та порівняння груп за допомогою U-критерію Манна – Вітні.

Таким чином, процедура проведення дослідження була організована відповідно до вимог психологічної науки та забезпечувала стандартизовані умови збору даних, контроль їхньої якості, дотримання етичних принципів і отримання надійних результатів щодо взаємозв'язку стилів міжособистісної взаємодії та маніпулятивних тенденцій у молоді.

2.4. Аналіз та інтерпретація результатів

Для визначення доцільності використання параметричних або непараметричних методів статистичної обробки було здійснено перевірку нормальності розподілу основних змінних дослідження за допомогою критеріїв Колмогорова–Смірнова та Шапіро–Вілکا. Оскільки вибірка становила 103 респонденти, особливу увагу було приділено саме критерію Шапіро–Вілка як більш інформативному для даного обсягу вибірки (таблиця 2.1).

Таблиця 2.1.

Перевірка нормальності розподілу основних показників (критерій Шапіро–Вілка)

Показник	p
Інтегральні показники Лірі	0,009
Макіавеллізм	0,455

Продовж. табл. 2.1.

Соціальна бажаність	0,080
Асертивність	0,171

Результати перевірки показали, що показник L_total не відповідає критерію нормального розподілу ($p = 0,009$), тоді як M_total ($p = 0,455$), SD_total ($p = 0,080$) та R_total ($p = 0,171$) статистично не відрізняються від нормального розподілу. Це зумовило використання непараметричних методів аналізу для подальшого дослідження взаємозв'язків між змінними.

На наступному етапі було проведено описову статистику основних показників (таблиця 2.2).

Таблиця 2.2.

Описові статистики основних показників дослідження

Показник	N	Мінімальне значення	Максимальне значення	Середнє значення (M)	Стандартне відхилення (SD)
Інтегральний показник міжособистісної взаємодії (L_total)	103	47	94	66,03	10,941
Макіавеллізм (M_total)	103	48	108	74,83	13,435
Соціальна бажаність (SD_total)	103	8	26	15,80	4,011
Асертивність (R_total)	103	-56	63	12,56	26,178

Середній бал за шкалою Лірі (L_total) становив 66,03 за стандартного відхилення 10,941, що свідчить про певну варіативність показників стилів міжособистісної взаємодії у досліджуваній вибірці. Середнє значення за шкалою макіавеллізму (M_total) склало 74,83 при стандартному відхиленні 13,435, що вказує на досить помітний розкид значень маніпулятивних тенденцій серед респондентів. За шкалою соціальної бажаності (SD_total) середній показник становив 15,80, стандартне відхилення – 4,011, що свідчить про помірну вираженість тенденції до соціально бажаних відповідей. Середній бал за шкалою асертивності (R_total) дорівнював 12,56 за досить великим стандартним відхиленням 26,178, що вказує на значну неоднорідність вибірки за цим показником. Мінімальні та максимальні значення також підтверджують широку

варіативність досліджуваних характеристик у межах групи. Отже, описова статистика засвідчила, що респонденти суттєво відрізняються за рівнем макіавеллізму, соціальної бажаності, асертивності та стилів міжособистісної взаємодії, що створює підґрунтя для подальшого аналізу їхніх взаємозв'язків.

Наступним етапом статистичної обробки даних став кореляційний аналіз, спрямований на виявлення взаємозв'язків між стилями міжособистісної взаємодії, макіавеллізмом, асертивністю та соціальною бажаністю. Для цього було застосовано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена, який дозволяє оцінити силу та напрямок зв'язку між показниками у випадку використання непараметричних методів аналізу.

Перш за все було проаналізовано зв'язки між окремими типами міжособистісної взаємодії за методикою Т. Лірі та рівнем макіавеллізму, оскільки саме цей аспект є головним для перевірки гіпотез дослідження. Результати кореляційного аналізу наведено в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

Кореляції октантів методики Т. Лірі з макіавеллізмом

Октант		Р (коефіцієнт кореляції)	Р (статистична значущість)	Характер зв'язку
№	Назва			
I	Авторитарний	0,137	0,166	незначущий
II	Егоїстичний	0,331	<0,001	позитивний
III	Агресивний	0,331	<0,001	позитивний
IV	Підозрілий	0,335	<0,001	позитивний
V	Покірний	-0,053	0,593	незначущий
VI	Залежний	-0,103	0,298	незначущий
VII	Товариський	-0,325	<0,001	негативний
VIII	Альтруїстичний	-0,297	0,002	негативний

Результати аналізу показали, що між окремими типами міжособистісного ставлення та макіавеллізмом існують як статистично значущі, так і незначущі зв'язки.

Так, авторитарний тип не виявив статистично значущого зв'язку з макіавеллізмом ($p = 0,137$; $p = 0,166$). Натомість егоїстичний тип продемонстрував позитивний статистично значущий зв'язок із макіавеллізмом ($p = 0,331$; $p < 0,001$), що може свідчити про поєднання маніпулятивних тенденцій із орієнтацією на

власні інтереси. Агресивний тип також мав позитивну значущу кореляцію з макіавеллізмом ($\rho = 0,331$; $p < 0,001$), що вказує на зв'язок між маніпулятивністю та більш жорстким, конфронтаційним стилем взаємодії. Підозрілий тип також виявив позитивний статистично значущий зв'язок із макіавеллізмом ($\rho = 0,335$; $p < 0,001$), що може відображати схильність до недовіри, настороженості та контролю у взаєминах.

Водночас покірний тип не продемонстрував статистично значущого зв'язку з макіавеллізмом ($\rho = -0,053$; $p = 0,593$), як і залежний тип ($\rho = -0,103$; $p = 0,298$). Товариський тип виявив статистично значущий негативний зв'язок із макіавеллізмом ($\rho = -0,325$; $p < 0,001$), що свідчить: зі зростанням маніпулятивних тенденцій знижується вираженість орієнтації на відкрити, доброзичливу та кооперативну взаємодію. Альтруїстичний тип також мав негативну статистично значущу кореляцію з макіавеллізмом ($\rho = -0,297$; $p = 0,002$), що може вказувати на протилежну спрямованість цих показників.

Оскільки методика Т. Лірі ґрунтується на двох базових вимірах – «домінування-підпорядкування» та «товариськість-ворожість» – додатково було проведено кореляційний аналіз між цими вимірами та рівнем макіавеллізму. Результати представлені в таблиці 2.4.

Таблиця 2.4.

Кореляції інтегральних показників методики Т. Лірі з макіавеллізмом

Показники	ρ	p
Домінування – Макіавеллізм	-0,021	0,836
Товариськість – Макіавеллізм	-0,501	<0,001

В результаті аналізу не було виявлено статистично значущого зв'язку між домінуванням і макіавеллізмом ($\rho = -0,021$; $p = 0,836$), що може свідчити про відсутність прямої асоціації між схильністю до лідерства, наполегливості та контролю і маніпулятивними тенденціями у досліджуваній вибірці. Натомість товариськість продемонструвала статистично значущий негативний зв'язок із макіавеллізмом ($\rho = -0,501$; $p < 0,001$). Отриманий результат вказує на те, що чим вищою є орієнтація особистості на доброзичливу, відкрити та кооперативну

взаємодію, тим нижчим є рівень її маніпулятивних тенденцій. Таким чином, товариськість виступає психологічною характеристикою, обернено пов'язаною з макіавеллізмом, тоді як домінування не виявило суттєвого зв'язку з даним показником. Узагальнюючи попередні результати, можна зазначити, що аналіз окремих октантів методики Лірі продемонстрував специфічні зв'язки з макіавеллізмом, однак саме інтегральний показник товариськості виявився найбільш інформативним у контексті підтвердження гіпотези про зворотний зв'язок між товариськістю, кооперативністю та маніпулятивними тенденціями.

Також було встановлено та проаналізовано зв'язок інтегральних показників за методикою Т. Лірі з асертивністю та соціальною бажаністю. Отримані результати показали, що домінування виявило помірний позитивний зв'язок з асертивністю ($r = 0,475$; $p < 0,001$) та слабкий позитивний зв'язок із соціальною бажаністю ($r = 0,196$; $p = 0,047$). Це може означати, що особи з вищими показниками домінування частіше демонструють упевненість у собі, схильність до активного самоствердження та певну орієнтацію на соціально схвальну самопрезентацію. Товариськість, у свою чергу, також позитивно корелює із соціальною бажаністю ($r = 0,310$; $p = 0,001$), що вказує на зв'язок між доброзичливим, орієнтованим на контакт стилем взаємодії та тенденцією до соціально схвальних відповідей. Водночас між товариськістю та асертивністю виявлено слабкий негативний зв'язок ($r = -0,247$; $p = 0,012$), що може свідчити про певну протилежність між прагненням до м'якої, кооперативної взаємодії та більш вираженим самоствердженням. Отже, результати дослідження демонструють, що інтегральні показники методики Лірі мають змістовні зв'язки з асертивністю та соціальною бажаністю. Зокрема, домінування більш тісно пов'язане з асертивністю, тоді як товариськість – із соціальною бажаністю. Це дає підстави розглядати дані показники як важливі характеристики стилю міжособистісної взаємодії у молоді.

Додатково було проведено кореляційний аналіз показників макіавеллізму з показниками асертивності та соціальної бажаності (таблиця 2.5).

Таблиця 2.5.

Кореляції між основними психологічними показниками дослідження

Показники	ρ	p
Макіавеллізм – Асертивність	0,185	0,062
Макіавеллізм – Соціальна бажаність	-0,419	<0,001

За результатами кореляційного аналізу Спірмена було виявлено слабкий позитивний зв'язок між макіавеллізмом і асертивністю ($\rho = 0,185$), однак він не досяг рівня статистичної значущості ($p = 0,062$). Це означає, що в межах даної вибірки не було отримано достатніх підстав для підтвердження стабільного та надійного взаємозв'язку між цими двома психологічними показниками. Отриманий результат може свідчити про наявність лише невираженої тенденції до того, що зі зростанням рівня макіавеллізму дещо підвищується і рівень асертивності. Водночас така тенденція є недостатньо вираженою, щоб вважати її статистично підтвердженою. Це може означати, що асертивність і макіавеллізм, хоча й можуть певною мірою перетинатися на рівні самоствердження, усе ж не є безпосередньо пов'язаними характеристиками в даній вибірці.

Також встановлено статистично значущий негативний зв'язок між показником макіавеллізму за шкалою МАК-4 та рівнем соціальної бажаності за шкалою Марлоу–Крауна ($\rho = -0,419$; $p < 0,001$). Отриманий результат свідчить про наявність оберненого взаємозв'язку між маніпулятивними тенденціями особистості та схильністю до соціально бажаних відповідей. Іншими словами, чим вищим є рівень макіавеллізму, тим нижчою є соціальна бажаність, і навпаки. Знайдений негативний зв'язок між макіавеллізмом і соціальною бажаністю має також важливе методичне значення. По-перше, він підтверджує, що соціальна бажаність у дослідженні є не випадковою, а змістовно пов'язаною зі стилем особистісної самопрезентації. По-друге, цей результат пояснює, чому в дослідженнях особистісних характеристик часто необхідно контролювати соціальну бажаність як потенційний фактор, що може спотворювати результати. Якщо б у вибірці виявилася висока соціальна бажаність без врахування цього

фактора, це могло б штучно підвищувати або занижувати окремі показники інших методик.

Додатково було проведено порівняльний аналіз показників макіавеллізму у чоловіків і жінок за допомогою U-критерію Манна–Вітні, який не виявив статистично значущих відмінностей ($U = 1188,5$; $p = 0,367$; $r = 0,103$) (табл. 2.6). Це свідчить про те, що у досліджуваній вибірці рівень маніпулятивних тенденцій не залежить від статі респондентів. Для перевірки можливих вікових відмінностей у рівні макіавеллізму було застосовано критерій Краскела–Уолліса для незалежних вибірок (див. Рис. 2.1)). Отримані результати не виявили статистично значущих відмінностей між виділеними підгрупами респондентів віком 18–21, 22–25 та 26–29 років ($H = 0,244$; $p = 0,885$; $\varepsilon^2 = -0,01756$) (таблиця 2.6).

Таблиця 2.6.

Порівняльний аналіз за статтю та віком

Показник	Критерій	Статистика	p	r	ε^2
Макіавеллізм (стать)	Манна–Вітні	$U = 1188,5$	0,367	0,103	–
Макіавеллізм (вік)	Краскела– Уолліса	$H = 0,244$	0,885	–	-0,01756

Візуальний аналіз представленої на Рис. 2.1 ящикової діаграми підтверджує даний висновок: спостерігається значне перекриття міжквартильних розмахів для всіх трьох груп при відносно однакових рівнях медіанних значень (чорні лінії всередині ящиків). Це дозволяє констатувати відсутність статистично підтвердженої динаміки вираженості маніпулятивних тенденцій у межах досліджуваного вікового діапазону.

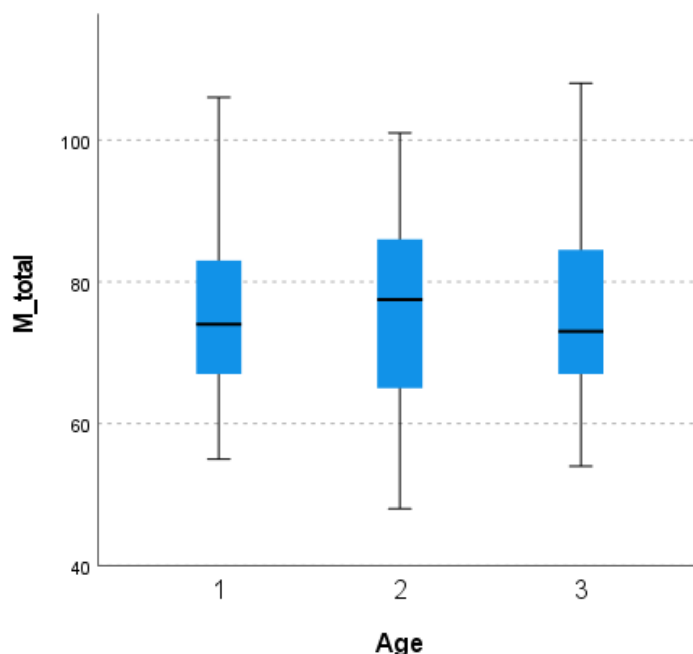


Рис. 2.1. Вікові відмінності у рівні макіавеллізму за критерієм Краскела-Уолліса

Отримані результати не виявили статистично значущих вікових відмінностей у рівні макіавеллізму у межах досліджуваного вікового діапазону (18–21, 22–25 та 26–29 років).

Таким чином, результати емпіричного дослідження дозволяють зробити висновок, що висунуті гіпотези підтвердилися не повністю, а частково. Гіпотеза 1 підтвердилася частково: було встановлено, що макіавеллізм позитивно пов'язаний з егоїстичним, агресивним та підозрілим стилями міжособистісної взаємодії, які змістовно відображають домінування та ворожість, однак авторитарний тип не виявив статистично значущого зв'язку з макіавеллізмом. Гіпотеза 2 підтвердилася: стилі, пов'язані з товариськістю та кооперативністю, а саме товариський та альтруїстичний типи, виявили негативний зв'язок із макіавеллізмом. Гіпотеза 3 не підтвердилася, оскільки зв'язок між асертивністю та маніпулятивними тенденціями не досяг статистичної значущості. Гіпотеза 4 підтвердилася повністю: соціальна бажаність виявила статистично значущий негативний зв'язок із показниками макіавеллізму. Крім того, інтегральний показник домінування не продемонстрував статистично значущого зв'язку з макіавеллізмом, тоді як товариськість виявила виражений негативний зв'язок з цим показником, що

додатково підтверджує значущість доброзичливих та кооперативних стилів взаємодії як психологічно протилежних маніпулятивності.

Висновки до розділу 2

У другому розділі дипломної роботи було описано організацію дослідження, процедуру його проведення та результати. У дослідженні взяли участь 103 особи молодого віку, з яких 50 чоловіків та 53 жінок. Віковий діапазон респондентів від 18 до 29 років.

Для збору даних було використано набір психодіагностичних методик, таких як опитувальник міжособистісної діагностики Т. Лірі, шкалу маніпулятивності МАСН-IV, шкалу асертивності С. Ратуса та шкалу соціальної бажаності Кроуна – Марлоу. Дослідження було проведене згідно з етичними нормами і було спрямоване на виявлення взаємозв'язку між стилями міжособистісної взаємодії, маніпулятивними тенденціями, соціальною бажаністю та асертивністю у молоді.

Для перевірки гіпотез було використано кореляційний аналіз Спірмена, який дозволив виявити як статистично значущі, так і незначущі зв'язки між досліджуваними змінними. Результати показали, що гіпотези дослідження підтверджуються частково. Зокрема, макіавеллізм має статистично значущі позитивні кореляції з егоїстичним ($r = 0,331$; $p < 0,001$), агресивним ($r = 0,331$; $p < 0,001$) та підозрілим ($r = 0,335$; $p < 0,001$) типами міжособистісної взаємодії. Водночас виявлено негативні зв'язки з товариським ($r = -0,325$; $p < 0,001$) та альтруїстичним ($r = -0,297$; $p = 0,002$) типами. Авторитарний тип не виявив статистично значущого зв'язку з макіавеллізмом ($r = 0,137$; $p = 0,166$). Таким чином, гіпотеза 1 підтвердилася частково, оскільки позитивний зв'язок макіавеллізму з егоїстичним, агресивним і підозрілим стилями було підтверджено, тоді як авторитарний тип не виявив значущої кореляції. Гіпотеза 2 підтвердилася, оскільки товариський та альтруїстичний стилі виявили негативний зв'язок із макіавеллізмом.

Інтегральні показники методики Лірі показали, що домінування не пов'язане з макіавеллізмом ($\rho = -0,021$; $p = 0,836$), тоді як товариськість продемонструвала виражений негативний зв'язок із цим показником ($\rho = -0,501$; $p < 0,001$). Це свідчить про те, що маніпулятивні тенденції менш характерні для осіб з високою доброзичливістю та кооперативністю, але не пов'язані з домінантністю як такою.

Щодо соціальної бажаності було встановлено статистично значущий негативний зв'язок із макіавеллізмом ($\rho = -0,419$; $p < 0,001$). Це свідчить про те, що зі зростанням маніпулятивності знижується схильність до соціально схвалюваних відповідей. Отже, гіпотеза 4 отримала повне підтвердження. Крім того, соціальна бажаність позитивно корелює з домінуванням ($\rho = 0,196$; $p = 0,047$) і товариськістю ($\rho = 0,310$; $p = 0,001$), а також з товариським октантом ($\rho = 0,305$; $p = 0,002$) і негативно – з підозрілим ($\rho = -0,310$; $p = 0,001$).

Аналіз асертивності виявив слабкий позитивний зв'язок із макіавеллізмом ($\rho = 0,185$; $p = 0,062$), який не є статистично значущим. Таким чином, гіпотеза 3 не підтвердилася, оскільки припущення про негативний зв'язок між асертивністю та маніпулятивністю не отримало емпіричного підтвердження. Водночас асертивність сильно пов'язана з домінуванням ($\rho = 0,475$; $p < 0,001$), позитивно корелює з авторитарним ($\rho = 0,476$; $p < 0,001$) та егоїстичним ($\rho = 0,432$; $p < 0,001$) типами і негативно – з покірним ($\rho = -0,588$; $p < 0,001$), залежним ($\rho = -0,387$; $p < 0,001$), товариським ($\rho = -0,340$; $p < 0,001$) та альтруїстичним ($\rho = -0,341$; $p < 0,001$) типами. Це вказує на те, що асертивність у досліджуваній вибірці пов'язана з впевненістю в собі та самоствердженням, але не з маніпулятивними тенденціями.

Отже, підсумовуючи результати емпіричного дослідження, можна зазначити, що висунуті гіпотези підтвердилися не повністю, а частково. Найбільш виразно макіавеллізм пов'язаний з егоїстичним, агресивним та підозрілим стилями взаємодії, а також обернено – з товариським та альтруїстичним стилями. Гіпотеза про негативний зв'язок між асертивністю та маніпулятивністю не підтвердилася, тоді як гіпотеза про зворотний зв'язок між соціальною бажаністю та макіавеллізмом отримала чітке підтвердження. Таким чином, дослідження дозволило встановити, що маніпулятивні тенденції у молоді виявляються не як

універсальна характеристика міжособистісного стилю, а як специфічний феномен, пов'язаний насамперед із ворожістю, егоїзмом, недовірою та зниженою орієнтацією на кооперацію.

РОЗДІЛ 3

ПРАКТИЧНА ПРОГРАМА З ПРОФІЛАКТИКИ МАНІПУЛЯТИВНИХ ПРОЯВІВ ТА РОЗВИТКУ КОНСТРУКТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У МОЛОДІ

3.1. Теоретико-емпіричне обґрунтування практичної програми

Практична психопрофілактична програма маніпулятивних проявів у спілкуванні молоді була розроблена з урахуванням результатів емпіричного дослідження, представленого у другому розділі. Її зміст визначається виявленими взаємозв'язками між показниками макіавеллізму та стилями міжособистісної взаємодії, а також відсутністю статистично значущого зв'язку між асертивністю та макіавеллізмом. Саме тому програма має не загальний, а цілеспрямований характер і орієнтована на ті психологічні характеристики, які виявилися найбільш пов'язаними з маніпулятивною спрямованістю особистості.

Отримані результати засвідчили, що макіавеллізм позитивно пов'язаний з егоїстичним, агресивним і підозрілим стилями міжособистісної взаємодії. Це означає, що чим вищий рівень маніпулятивних тенденцій, тим більшою мірою для людини характерні орієнтація на власні інтереси, схильність до жорсткого впливу на інших, недовіра та очікування прихованих намірів з боку оточення. Водночас було встановлено обернений зв'язок між макіавеллізмом і товариським та альтруїстичним стилями, що свідчить про зниження проявів відкритості, доброзичливості, кооперації та готовності до безкорисливої взаємодії за підвищення рівня маніпулятивності. Таким чином, емпіричні дані підтвердили необхідність спрямування практичної роботи не лише на обмеження деструктивних стратегій спілкування, а й на розвиток конструктивних комунікативних ресурсів.

Окремо слід підкреслити, що результати дослідження не виявили вираженого захисного ефекту асертивності щодо макіавеллізму. Це дає підстави стверджувати, що асертивність не може розглядатися як самодостатній протипоказний чинник

маніпулятивній спрямованості. Відповідно, у межах практичної програми акцент зміщується з простого “підвищення асертивності” на формування етичного самоствердження, довіри, емпатії, кооперації, вміння відстоювати власні межі без тиску на інших, а також на розвиток здатності розрізняти асертивну, агресивну та маніпулятивну поведінку. Саме таке розуміння дозволяє уникнути ототожнення здорової впевненості в собі з домінантно-егоїстичними проявами.

У межах досліджуваної вибірки не було виявлено статистично значущих відмінностей за показником макіавеллізму залежно від статі та віку, що дає підстави попередньо розглядати програму як універсальну для молоді досліджуваної вікової групи.

Структура програми побудована відповідно до логіки поступового переходу від усвідомлення проблеми до формування нових моделей поведінки. Перший модуль спрямований на діагностику та деконструкцію маніпулятивних стратегій і відповідає завданню підвищення усвідомленості щодо власних стилів спілкування. Другий модуль орієнтований на розвиток довіри, емпатії, кооперації та товариськості як тих якостей, які, згідно з результатами дослідження, є обернено пов’язаними з макіавеллізмом. Третій модуль передбачає формування навичок етичного самоствердження, психологічного захисту та ненасильницької комунікації, що забезпечує практичне закріплення нових способів взаємодії у складних комунікативних ситуаціях.

Таким чином, теоретико-емпіричне обґрунтування практичної програми підтверджує її змістову та структурну доцільність. Вона базується не на загальних уявленнях про «правильне спілкування», а на конкретних емпіричних даних, отриманих у ході дослідження. Це дозволяє розглядати програму як науково обґрунтований інструмент профілактики та корекції маніпулятивних проявів у спілкуванні молоді.

3.2. Мета, завдання та принципи програми

Мета практичної програми: формування у молоді навичок конструктивної, відкритої та етичної міжособистісної взаємодії, зниження ризику використання маніпулятивних стратегій у спілкуванні; розвиток емпатії, рефлексії, кооперації, довіри та вмінь розпізнавати психологічний вплив у різних комунікативних ситуаціях. Реалізація програми спрямована не на просте підвищення комунікативної активності, а на формування більш зрілих і соціально прийнятних способів взаємодії, які поєднують самоповагу, повагу до меж іншої людини та здатність до ненасильницького спілкування.

Завдання програми:

- Ознайомити учасників із поняттями маніпуляції, макіавеллізму, асертивності, агресивного та кооперативного стилів спілкування.
- Навчити розрізняти конструктивний вплив, переконання, прохання, тиск і маніпуляцію.
- Розвинути навички саморефлексії власних комунікативних стратегій.
- Знизити прояви підозрілості, ворожості та конфронтаційності у взаємодії.
- Розвинути емпатію, кооперативність та здатність до відкритого діалогу.
- Сформувати навички психологічного захисту від маніпуляцій без переходу в агресію.
- Навчити учасників використовувати асертивність етично - без егоїстичного тиску та порушення меж іншої людини.

Програма ґрунтується на низці принципів, які забезпечують її ефективність і практичну спрямованість (рис.3.1).



Рис. 3.1. Принципи практичної програми

Як показано на рис. 3.1. до принципів практичної програми належать принцип активності та залучення, що передбачає включення учасників у обговорення, вправи та тренінгову взаємодію; принцип добровільності, який забезпечує комфортну й безпечну участь у груповій роботі; принцип конфіденційності, що створює атмосферу довіри в групі; принцип від простого до складного, відповідно до якого завдання та вправи ускладнюються поступово; принцип практичної спрямованості, орієнтований на відпрацювання конкретних комунікативних навичок; принцип гуманістичної спрямованості, що акцентує повагу до особистості, її меж та прав; а також принцип рефлексивності, який сприяє усвідомленню власних комунікативних особливостей і способів взаємодії.

Форма реалізації програми: тренінгова, групова.

Саме такий формат дає змогу поєднувати інформаційний, діагностичний та практичний компоненти роботи. У межах групових занять учасники мають можливість не лише отримувати знання про маніпуляцію та конструктивне спілкування, а й безпосередньо відпрацьовувати нові моделі поведінки в безпечному середовищі, аналізувати власні реакції та спостерігати зворотний

зв'язок від інших учасників. Це робить тренінгову форму особливо доцільною для профілактики та корекції маніпулятивних проявів у спілкуванні молоді.

Тривалість практичної програми становить 8 занять по 90 хвилин. Така кількість занять є достатньою для поступового проходження всіх етапів роботи: від усвідомлення проблеми та аналізу маніпулятивних стратегій до формування навичок етичної взаємодії, психологічного захисту та закріплення нових способів спілкування. Цільовою групою є молодь віком від 18 до 29 років.

Для оцінювання ефективності програми доцільно використовувати вхідну та підсумкову діагностику. На початку та після завершення програми можуть бути повторно застосовані методики, використані в емпіричному дослідженні, зокрема методика діагностики рівня макіавеллізму (МАСН-IV) та методика визначення стилів міжособистісної взаємодії (за Т. Лірі). Додатково можуть використовуватися спостереження за поведінкою учасників у рольових ситуаціях, самооцінювальні бланки та рефлексивні звіти.

Таким чином, запропонована практична програма є логічно структурованою, емпірично обґрунтованою та орієнтованою на розвиток саме тих особистісних і комунікативних ресурсів, які сприяють зниженню маніпулятивних тенденцій і формуванню конструктивної міжособистісної взаємодії у молоді.

3.3. Структура та зміст практичної програми

Практична програма складається з трьох взаємопов'язаних модулів, кожен з яких має власну мету, завдання та змістове наповнення. Така структура забезпечує поступовий перехід від усвідомлення власних комунікативних стратегій до опанування конструктивних форм взаємодії та психологічного захисту від маніпулятивного впливу. Послідовність модулів побудована відповідно до логіки емпіричного дослідження: від аналізу маніпулятивних тенденцій і пов'язаних із ними стилів міжособистісної взаємодії – до формування етичного самоствердження, довіри, емпатії та ненасильницького спілкування. Загальна структура програми представлена в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1.

Структура практичної програми

Модуль	Заняття	Мета	Основні вправи	Очікуваний результат
Модуль I. Діагностика та деконструкція маніпулятивних стратегій	Заняття №1. Стилі спілкування та маніпулятивні тенденції	Усвідомлення стилів взаємодії та маніпулятивних проявів	Мінілекція, самодіагностика, кейси	Рефлексія власного стилю спілкування
	Заняття №2. Маніпуляція, вплив, переконання	Розрізнення маніпулятивних стратегій та конструктивного впливу	Аналіз ситуацій, «Маніпуляція чи прохання?»	Розпізнавання прихованого тиску
	Заняття №3. Деструктивні стилі спілкування	Демонстрація ризиків деструктивної взаємодії	Рольові ігри, аналіз фраз, «стоп-реакція»	Розуміння наслідків агресивного та егоїстичного стилів
Модуль II. Розвиток конструктивного потенціалу та емпатії	Заняття №4. Довіра, емпатія та кооперація	Розвиток товариськості та альтруїстичної орієнтації	Активне слухання, емпатійне віддзеркалення	Здатність до співпереживання та кооперації
	Заняття №5. Асертивність без маніпуляції	Розмежування асертивності, агресії й маніпуляції	«Я-повідомлення», асертивне прохання та відмова	Етичне висловлювання позиції та захист меж
Модуль III. Практика етичної взаємодії та захист кордонів	Заняття №6. Психологічні межі та захист від маніпуляцій	Навчання методам захисту меж без ескалації агресії	«Заїжджена платівка», уточнювальні питання, пауза	Спокійне протистояння маніпулятивному тиску
	Заняття №7. Конфлікт і прихований вплив	Формування навичок конструктивного реагування на тиск	Рольові конфліктні ситуації, деескалація	Зниження напруження особистості в конфлікті
	Заняття №8. Підсумок і особистий план змін	Закріплення навичок та визначення орієнтирів змін	Підсумкова рефлексія, комунікативний контракт	Формування індивідуального плану взаємодії

Для детального розкриття змісту розробленої програми та логіки розгортання її тренінгових компонентів було структуровано кожне заняття відповідно до класичних етапів групової роботи в психологічному тренінгу. Структура кожного з 8 занять розрахована на 90 хвилин і має чіткий хронометраж, що дозволяє

забезпечити послідовність динамічних процесів у групі. Загальну хронологічну схему подано в таблиці 3.2.

Таблиця 3.2.

Загальна хронологічна схема занять

Етап заняття	Тривалість (хв.)
1. Вступ і актуалізація досвіду	10
2. Інформаційний блок (мінілекція)	10-15
3. Практичний блок (основна вправа)	30-35
4. Групове обговорення	20
5. Підсумкова рефлексія	10

У межах означеної хронологічної структури нижче наведено докладний опис кожного з 8 занять програми. У структурі кожного заняття деталізуються конкретні психотехнологічні методи, послідовність реалізації практичних вправ, а також критерії оцінювання проміжних результатів учасників.

Модуль I. Діагностика та деконструкція маніпулятивних стратегій

Заняття 1. Стилi спілкування та маніпулятивні тенденції

Мета заняття: усвідомлення учасниками власних стилів міжособистісної взаємодії та виявлення можливих маніпулятивних тенденцій особистості.

Завдання заняття: актуалізувати теоретичні уявлення про стилі спілкування; допомогти учасникам ідентифікувати власні звичні комунікативні реакції; сприяти формуванню первинної рефлексії щодо індивідуальних особливостей міжособистісного контакту.

Методичне наповнення:

– Вступ та актуалізація досвіду. Передбачає ритуал привітання учасників, короткий шеринг для визначення поточного емоційного стану та виконання вправи-криголама для актуалізації суб'єктивного досвіду за темою зустрічі.

– Інформаційний блок (мінілекція). Передбачає коротке теоретичне пояснення сутності міжособистісних стилів спілкування, особливостей їхнього прояву в поведінкових патернах, інтонаціях, виборі лексичних одиниць, а також у специфіці реагування на критику чи відмову.

– Практичний блок: самодіагностика та обговорення кейсів. При проведенні самодіагностики учасникам пропонується спеціальний бланк із короткими твердженнями, спрямованими на самооцінювання (наприклад: «Я часто домагаюся свого через наполягання», «Мені важко довіряти іншим», «Я зазвичай намагаюся враховувати інтереси співрозмовника»). Учасники оцінюють ступінь відповідності кожного твердження власній поведінці. Обговорення кейсів передбачає аналіз у малих групах коротких описових ситуацій із повсякденного життя (зокрема: «Студент просить одногрупника дати конспект, але додає: «Якщо ти мені друг, то не відмовиш» або «Подруга каже: «Ну ти ж завжди допомагаєш, не зробиш цього один раз?»»). Завданням учасників є диференціація конструктивного прохання та прихованого маніпулятивного тиску.

– Групове обговорення. Спрямоване на спільну рефлексію, шеринг почуттів та обґрунтування критеріїв, за якими учасники визначали конкретний тип психологічного впливу під час виконання практичного блоку.

– Підсумкова рефлексія. Передбачає узагальнення отриманого під час заняття досвіду (вправа «Валіза інсайтів»), фіксацію проміжних результатів та визначення домашнього завдання (ведення «Щоденника спостережень»).

Очікуваний результат: розпізнавання учасниками власних комунікативних звичок та первинна ідентифікація тих поведінкових патернів, що можуть мати маніпулятивний характер.

Заняття 2. Маніпуляція, вплив, переконання: у чому різниця

Мета заняття: формування стійких навичок розрізнення конструктивного психологічного впливу та деструктивного маніпулювання.

Завдання заняття: сформулювати чітке розуміння розбіжностей між впливом, проханням, переконанням, тиском і маніпуляцією; навчити визначати приховані форми комунікативного впливу; розвинути загальну комунікативну спостережливість.

Методичне наповнення:

– Вступ та актуалізація досвіду. Передбачає ритуал привітання учасників, шеринг за результатами аналізу щоденників спостережень (домашнє

завдання), а також виконання психогімнастичної розминки «Інтонація» (вимовлення базових комунікативних фраз із різними підтекстами: загроза, прохання, маніпуляція) для актуалізації теми.

– Інформаційний блок (мінілекція). Спрямований на теоретичне диференціювання понять «конструктивний психологічний вплив», «прохання», «переконання», «психологічний тиск» та «маніпуляція». Особлива увага приділяється критеріям екологічності міжособистісної взаємодії, таким як відкритість намірів та повага до свободи вибору партнера.

– Практичний блок: аналіз ситуацій та експрес-диференціація. Аналіз ситуацій охоплює індивідуальну роботу учасників із картками-фразами (наприклад: «Якщо ти не допоможеш, значить тобі байдуже», «Було б добре, якби ти підказав, бо я не встигаю»). Завдання – визначити вид комунікативного наміру та ступінь екологічності звернення. Вправа «Маніпуляція чи прохання?»: ведучий зачитує різноманітні висловлювання, а учасники за допомогою кольорових сигнальних карток диференціюють їх як маніпуляцію, конструктивне прохання або нейтральне звернення.

– Групове обговорення. Спрямоване на рефлексію, вербалізацію емоційних реакцій під час зчитування прихованого впливу, а також обґрунтування чітких ознак і критеріїв, за якими учасники визначали конкретний тип психологічного впливу.

– Підсумкова рефлексія. Передбачає узагальнення отриманого досвіду (вправа «Зворотний зв'язок»), оцінювання динаміки власних навичок розрізнення впливів та фіксацію домашнього завдання (моніторинг прикладів маніпуляцій у сучасному медіапросторі).

Очікуваний результат: здатність учасників диференціювати етичний вплив і маніпуляцію за змістом звернення та способом його вербальної подачі.

Заняття 3. Егоїстичний, агресивний і підозрілий стилі у спілкуванні

Мета заняття: наочна демонстрація, аналіз та деконструкція ризиків деструктивної міжособистісної взаємодії.

Завдання заняття: виявлення специфічних ознак егоїстичної, агресивної та підозрілої поведінки в міжособистісному просторі; аналіз їхнього безпосереднього впливу на ефективність взаємодії; тренування навичок зупинки автоматичних деструктивних реакцій особистості.

Методичне наповнення:

- Вступ та актуалізація досвіду. Включає привітання, обговорення прикладів маніпуляцій, зафіксованих учасниками в медіапросторі, та розминку «Дзеркало емоцій» (парне відтворення мімічних ознак деструктивних станів: зверхності, гніву, підозри) для налаштування на тему.

- Інформаційний блок (мінілекція). Охоплює розкриття психологічного змісту, специфічних ознак та мовних маркерів егоїстичної, агресивної та підозрілої поведінки в міжособистісному просторі, а також аналіз їхніх деструктивних наслідків для довгострокової взаємодії.

- Практичний блок: рольове моделювання та техніка «Стоп-реакція». Блок передбачає аналіз деструктивних фраз, тобто детальний розбір мовних маркерів за типом: «Мені все одно, що ти думаєш», «Я знаю, що ти це робиш спеціально» та рольові ігри, а саме програвання мінісцен, де моделюються ситуації різкої відмови, підозри або егоїстичного наполягання. Кожна сцена реалізується двічі: спочатку демонструється автоматичний деструктивний варіант, а після застосування техніки «стоп-реакція» (свідома пауза, глибокий вдих, вербалізування емоції) – конструктивна альтернатива.

- Групове обговорення. Орієнтоване на аналіз труднощів, що виникали під час гальмування імпульсивних відповідей, обговорення тілесних відчуттів під час паузи та рефлексію досвіду перебування в ролі асертивного співрозмовника.

- Підсумкова рефлексія. Передбачає емоційне закриття простору (вправа «Звільнення від маркерів»), формулювання висновків та отримання домашнього завдання (практикування техніки «стоп-реакція» у повсякденних ситуаціях роздратування).

Очікуваний результат: виявлення учасниками проявів деструктивних стилів у реальному комунікативному просторі та мінімізація автоматичних агресивних чи підозрілих відповідей.

Модуль II. Розвиток конструктивного потенціалу та емпатії

Заняття 4. Довіра, емпатія та кооперація

Мета заняття: розвиток товариськості, емпатійної спроможності та загальної орієнтації особистості на довгострокову співпрацю.

Завдання заняття: формування позитивної установки на довірливу взаємодію, розвиток уміння слухати й розуміти партнера по спілкуванню, а також тренування кооперативних стратегій поведінки.

Методичне наповнення:

- Вступ та актуалізація досвіду. Включає ритуал зустрічі, шеринг щодо успішності застосування техніки «стоп-реакція» у повсякденному житті та вправу-розминку «Довіряючий погляд» (фіксація візуального контакту в парах без вербального супроводу) для актуалізації почуття довіри.

- Інформаційний блок (мінілекція). Висвітлює теоретичні засади емпатії як інструменту побудови безпечного комунікативного простору, психологічну сутність безоцінного сприймання, а також переваги кооперативних стратегій взаємодії.

- Практичний блок: опанування методів активного слухання та емпатійного віддзеркалення. Вправи на активне слухання передбачають роботу в парах, де учасники практикують прийоми уточнення, перефразування та резюмування під час розповіді партнера про нейтральні життєві події. Емпатійне віддзеркалення – тренування навичок вербалізації емоційного стану співрозмовника за допомогою стандартизованих мовних конструкцій (наприклад: «Я бачу, що тебе це засмутило», «Схоже, ти відчував розчарування»).

- Групове обговорення. Спрямоване на аналіз суб'єктивних змін у сприйманні якості контакту за умов уважного та емпатійного слухання, обговорення внутрішнього опору, який виникав під час утримання від порад та оцінок.

– Підсумкова рефлексія. Включає закріплення позитивного досвіду взаємодії (вправа «Дякую за безпеку»), підбиття підсумків та формулювання домашнього завдання (інтеграція прийомів активного слухання у реальні комунікативні акти).

Очікуваний результат: засвоєння учасниками практичних навичок виявлення уваги, доброзичливості та емоційної чутливості під час міжособистісної взаємодії.

Заняття 5. Асертивність без маніпуляції

Мета заняття: чітке теоретичне та поведінкове розмежування асертивності, агресії й маніпуляції в системі взаємин.

Завдання заняття: демонстрація способів етичного висловлювання власних потреб, навчання навичкам формулювання відмови без почуття провини та формування вміння інтегрувати конструктивні «Я-повідомлення» у повсякденну мову.

Методичне наповнення:

– Вступ та актуалізація досвіду. Передбачає привітання, обговорення досвіду емпатійної взаємодії протягом тижня та психогімнастичну розминку «Тверде Ні» (передача м'яча по колу з вербалізацією впевненої відмови без ознак агресії) для актуалізації теми особистих меж.

– Інформаційний блок (мінілекція). Спрямований на чітке поведінкове розмежування асертивності, агресії й маніпуляції. Розкривається психологічна структура техніки «Я-повідомлення» як інструменту екологічного заявляння про власні потреби.

– Практичний блок: трансформація комунікативних патернів та асертивна відмова. Опанування техніки «Я-повідомлення» шляхом письмової індивідуальної роботи з переформатування звинувачувальних фраз на асертивні (зокрема, трансформація вислову «Ти мене дратуєш» у форму «Мені неприємно, коли розмова відбувається в такому тоні»). Прохання без тиску та відмова без провини відпрацьовується в парах за допомогою навичок етичного звернення без елементів емоційного шантажу та закріплення спокійних мовних штампів відмови («Ні, сьогодні я не зможу», «Я не готовий це робити зараз»).

- Групове обговорення. Орієнтоване на рефлексію почуття провини, що виникає при відмові, аналіз складнощів переходу від звичного звинувачення іншого («Ти-повідомлення») до опису власних станів («Я-повідомлення»).

- Підсумкова рефлексія. Узагальнення отриманого досвіду через вправу «Моє право», фіксація проміжних результатів та визначення домашнього завдання (сформулювати та озвучити у реальному житті хоча б одне розгорнуте «Я-повідомлення»).

Очікуваний результат: усвідомлення учасниками способів екологічного заявляння про власну позицію та захисту своїх інтересів без застосування тиску, маніпуляцій чи агресивних дій.

Модуль III. Практика етичної взаємодії та захист кордонів

Заняття 6. Психологічні межі та захист від маніпуляцій

Мета заняття: навчання учасників методам та прийомам захисту власних психологічних меж без переходу до взаємної агресії.

Завдання заняття: розкриття сутності поняття психологічних меж особистості, відпрацювання практичних способів реагування на зовнішній маніпулятивний тиск, а також подолання схильності до автоматичної згоди.

Методичне наповнення:

- Вступ та актуалізація досвіду. Включає привітання, обговорення результатів застосування «Я-повідомлень» у повсякденні та розминку «Мій простір» (експериментування з фізичною дистанцією в парах) для актуалізації уявлень про психологічні межі.

- Інформаційний блок (мінілекція). Присвячений розкриттю сутності та видів психологічних меж особистості (жорсткі, розмиті, гнучкі), аналізу причин виникнення схильності до автоматичної згоди, а також теоретичному огляду технік психологічного самозахисту.

- Практичний блок: тренінг технік психологічного самозахисту. Техніка «Заїжджена платівка» передбачає рольове моделювання в парах, спрямоване на спокійне, монотонне повторення власної відмови або позиції без втягування в деструктивну дискусію чи виправдання. Відпрацьовування техніки уточнювальних

питань у трійках шляхом розвивання навичок деконструкції маніпулятивного наміру через повернення відповідальності співрозмовнику за допомогою запитань типу: «Що ти маєш на увазі?», «Чому ти вважаєш, що я повинен це зробити?».

- Групове обговорення. Спрямоване на шеринг емоційних станів під час утримання жорсткої, але спокійної відмови, аналіз реакцій «маніпулятора» на зіткнення з техніками захисту та узагальнення критеріїв безпечної поведінки.

- Підсумкова рефлексія. Передбачає виконання вправи «Щит» (символічна фіксація головного засвоєного інструменту захисту меж), підбиття підсумків зустрічі та отримання домашнього завдання (застосування техніки уточнювальних питань у реальному житті).

Очікуваний результат: успішне опанування учасниками практичних способів захисту власних меж, що виключають ескалацію конфлікту та автоматичне підпорядкування тиску.

Заняття 7. Конфлікт і прихований вплив

Мета заняття: навчання конструктивному реагуванню на ситуації відкритого тиску та міжособистісних конфліктів.

Завдання заняття: демонстрація механізмів маскування маніпуляцій у конфліктній взаємодії, тренування навичок деескалації психологічного напруження та формування стратегій свідомого вибору конструктивної відповіді.

Методичне наповнення:

- Вступ та актуалізація досвіду. Передбачає привітання, аналіз успішності захисту власних меж протягом тижня, а також рухову розминку «Емоційна хвиля» (передача та поступове гальмування психологічного напруження по колу) для актуалізації теми конфліктної взаємодії.

- Інформаційний блок (мінілекція). Присвячений аналізу механізмів маскування маніпуляцій у конфліктній взаємодії (використання образи, мовчання або звинувачень як інструментів тиску), а також вивченню психологічних прийомів деескалації напруження.

- Практичний блок: моделювання конфліктних ситуацій та деескалація. Рольові конфліктні ситуації передбачають опрацювання життєвих кейсів

(звинувачення з боку колег, тиск фразами «Якщо ти мене поважаєш...»). Учасники в парах шукають альтернативні варіанти поведінки. Деескалація має на увазі практичне відпрацювання мовних конструктів, що знижують емоційний розігрів суперечки (наприклад: «Я бачу, що ти злий, але давай говорити спокійно», «Я готовий обговорити це без образ»).

- Групове обговорення. Орієнтоване на порівняльну оцінку пасивних, агресивних, асертивних та маніпулятивних реакцій на один і той самий конфліктний подразник, аналіз чинників, що допомагають зберігати самоконтроль.

- Підсумкова рефлексія. Передбачає фіксацію отриманих навичок через вправу «Вогнегасник», загальний зворотний зв'язок та домашнє завдання (письмовий аналіз поточної конфліктної ситуації з життя з позиції збереження асертивності).

Очікуваний результат: формування вміння не втягуватися у маніпулятивні конфлікти та зберігати високий рівень самоконтролю в деструктивному середовищі.

Заняття 8. Підсумок і особистий план змін

Мета заняття: узагальнення набутого протягом програми досвіду, закріплення позитивних комунікативних змін та рефлексія особистісного зростання.

Завдання заняття: здійснення підсумкової рефлексії групового та індивідуального досвіду, сприяння усвідомленню учасниками особистісних зрушень, а також проектування індивідуального плану подальшої побудови стосунків.

Методичне наповнення:

- Вступ та актуалізація досвіду. Включає ритуал зустрічі, короткий шеринг «Сьогодні я готовий підсумувати...» та психогімнастичну розминку «Дякую групі» (невербальне вираження вдячності та підтримки учасникам тренінгу).

- Інформаційний блок (мінілекція). Стислий виклад теоретичних засад стійкості комунікативних змін, аналіз внутрішніх ресурсів особистості, необхідних

для запобігання поверненню до старих автоматичних деструктивних реакцій у майбутньому.

- Практичний блок: проектування особистого плану розвитку та прийняття контракту. Особистий план змін передбачає індивідуальну письмову фіксацію конкретних покрокових дій саморозвитку в межах комунікативної сфери (наприклад: «Я буду частіше використовувати паузу перед відповіддю», «Я спробую формулювати прохання без тиску»). Комунікативний контракт – формулювання та символічне прийняття особистого зобов'язання щодо впровадження екологічних і конструктивних способів взаємодії у повсякденному житті.

- Групове обговорення (Підсумковий шеринг). Спрямоване на глибоку рефлексію групового та індивідуального досвіду протягом усієї програми, усвідомлення учасниками особистісних зрушень, якісних змін у сприйнятті себе та партнерів по спілкуванню.

- Ритуал завершення програми. Передбачає виконання фінальної інтегративної вправи «Клубок вдячності» (символічне сплетіння нитки підтримки між учасниками), підбиття остаточних підсумків тренінгової роботи та офіційне закриття групи.

Очікуваний результат: усвідомлення учасниками власного психологічного прогресу, інтеграція навичок етичного спілкування та побудова чіткої індивідуальної стратегії подальших особистісних змін.

Окремо було продумано умови реалізації програми:

- обсяг групи: рекомендована кількість учасників 8-12 осіб;
- вимоги до ведучого: психолог, тренер соціально-психологічного тренінгу;
- матеріали: картки, бланки самодіагностики, кейси, фліпчарт;
- правила групи: добровільність, конфіденційність, повага до особистих кордонів, право не відповідати.

Представлена практична програма охоплює базові аспекти трансформації міжособистісної взаємодії особистості від деструктивних та маніпулятивних форм

до асертивності й емпатії. Описана структура занять передбачає їхню реалізацію у форматі соціально-психологічного тренінгу з періодичністю два рази на тиждень, де тривалість кожного заняття становить 90 хвилин. Такий часовий та організаційний регламент є оптимальним для послідовного засвоєння теоретичного матеріалу, відпрацювання практичних навичок у безпечному груповому просторі та забезпечення якісного процесу міжсесійної рефлексії учасників. Цілісність та логічна завершеність кожного модуля створюють передумови для стабілізації позитивних поведінкових змін та формування стійкої етичної орієнтації в комунікативній сфері.

3.4. Критерії та показники оцінювання ефективності практичної програми

Оскільки практична програма з профілактики та корекції маніпулятивних проявів у спілкуванні молоді була розроблена на основі результатів емпіричного дослідження, але не проходила етапу безпосередньої апробації, доцільно визначити критерії та показники її очікуваної ефективності. Такі критерії можуть бути використані в подальшому при впровадженні програми, а також слугувати орієнтиром для оцінювання змін у комунікативній сфері учасників.

Ефективність практичної програми доцільно оцінювати за кількома взаємопов'язаними критеріями. Першим із них є когнітивний критерій, який відображає рівень обізнаності учасників щодо сутності маніпуляції, макіавеллізму, асертивності, тиску, переконання та конструктивного впливу. Показниками цього критерію виступають здатність правильно розрізняти зазначені поняття, виявляти приховані комунікативні наміри та адекватно інтерпретувати поведінку іншої людини в ситуаціях психологічного впливу. Зростання когнітивного рівня проявляється у більш точному та диференційованому розумінні маніпулятивних стратегій.

Другим є емоційно-ціннісний критерій, який характеризує ставлення учасників до маніпулятивної поведінки, конструктивної взаємодії, емпатії, довіри та кооперації. Його показниками є зниження толерантності до прихованого тиску,

посилення негативного ставлення до агресивних і егоїстичних способів спілкування, а також усвідомлення значущості доброзичливого, відкритого та етичного контакту. Позитивна динаміка за цим критерієм виявляється у більшій готовності до співпереживання, партнерської взаємодії та конструктивного діалогу.

Третім є поведінковий критерій, що відображає реальні зміни у способах міжособистісної взаємодії. Його показниками виступають зменшення проявів егоїстичного, агресивного та підозрілого стилів спілкування, більш часте використання асертивних, але етично вмотивованих комунікативних стратегій, здатність відмовляти без агресії, формулювати прохання без тиску, а також захищати власні психологічні межі без втягування у конфлікт. Саме поведінковий критерій є найбільш наочним показником практичної результативності програми.

Окремо слід виділити рефлексивний критерій, який пов'язаний із здатністю учасників аналізувати власні комунікативні дії, усвідомлювати їхні наслідки та коригувати небажані стратегії. Показниками цього критерію є готовність до самоаналізу, визнання власних слабких сторін у спілкуванні, здатність до побудови особистого комунікативного плану змін та готовність застосовувати засвоєні навички у реальному житті.

Таким чином, очікувана ефективність практичної програми може бути визначена через поєднання когнітивних, емоційно-ціннісних, поведінкових і рефлексивних показників. Їхнє комплексне оцінювання дає змогу простежити, наскільки програма сприяє зниженню маніпулятивних тенденцій у спілкуванні молоді та формуванню конструктивної, відкритої і етичної міжособистісної взаємодії.

Висновки до розділу 3

У третьому розділі було розроблено практичну психопрофілактичну програму, спрямовану на розвиток конструктивної міжособистісної взаємодії та зниження маніпулятивних тенденцій у молоді. Її зміст і структура були побудовані

з урахуванням результатів емпіричного дослідження, поданого у другому розділі, що забезпечило наукову обґрунтованість запропонованої програми.

У межах теоретико-емпіричного обґрунтування було показано, що практична робота має бути спрямована насамперед на усвідомлення маніпулятивних стратегій, розпізнавання прихованого впливу, розвиток емпатії, довіри, кооперації та етичного самоствердження. Водночас було враховано, що асертивність не виявилася прямим статистично значущим захисним чинником щодо макіавеллізму, тому вона розглядалася не як самодостатня протилежність маніпуляції, а як складова конструктивної та ненасильницької комунікації.

Практична програма має модульну структуру та складається з трьох взаємопов'язаних блоків: діагностики та деконструкції маніпулятивних стратегій, розвитку конструктивного потенціалу та емпатії, а також практики етичної взаємодії і захисту кордонів. Така послідовність дає змогу забезпечити логічний перехід від усвідомлення проблеми до формування нових моделей поведінки та закріплення комунікативних навичок.

У програмі визначено її мету, завдання, принципи, форму реалізації, тривалість та цільову групу. Окрему увагу приділено змістовому наповненню кожного заняття, що дозволило деталізувати практичні вправи, які спрямовані на розвиток самодіагностики, розрізнення маніпуляції й впливу, формування емпатії, відпрацювання асертивних реакцій, захист психологічних меж і конструктивне реагування на конфліктні ситуації.

Також у розділі окреслено критерії та показники оцінювання ефективності програми, які включають когнітивний, емоційно-ціннісний, поведінковий та рефлексивний аспекти. Це створює основу для подальшого практичного впровадження програми та аналізу її результативності.

Отже, третій розділ демонструє, що розроблена програма є логічно структурованою, емпірично обґрунтованою та спрямованою на формування у молоді більш зрілих, відкритих і етичних способів міжособистісної взаємодії, які сприяють зниженню маніпулятивних тенденцій у спілкуванні.

ВИСНОВКИ

У бакалаврській роботі комплексно досліджено взаємозв'язок стилів міжособистісної взаємодії та маніпулятивних тенденцій у молоді віком 18-29 років. Робота поєднала теоретичний аналіз наукових підходів, емпіричне дослідження та розробку практичної психопрофілактичної програми, спрямованої на зниження маніпулятивних проявів і формування конструктивної міжособистісної взаємодії.

У теоретичному розділі систематизовано вітчизняні та зарубіжні підходи до розуміння міжособистісної взаємодії та її стилів у молодому віці (Т. Лірі, К. Хорні, К. Томас, Дж. Арнетт, Е. Еріксон, О. Васильєва та ін.). Розкрито сутність, види та психологічні механізми маніпулятивних тенденцій, особливе місце серед яких посідає макіавеллізм. Обґрунтовано, що в період «виникаючої дорослості» стилі взаємодії, зокрема домінантно-ворожі (егоїстичний, агресивний, підозрілий), можуть створювати сприятливе психологічне підґрунтя для маніпулятивної поведінки, тоді як товарисько-кооперативні стилі (товариський та альтруїстичний) можуть виступати чинниками, що потенційно стримують або мінімізують її прояви. Виявлено теоретичну прогалину в комплексному вивченні взаємозв'язку цих феноменів саме в українській молоді в умовах цифрової реальності.

У другому розділі представлено результати емпіричного дослідження, проведеного за допомогою опитувальника міжособистісної діагностики Т. Лірі, шкали макіавеллізму МАСН-IV, шкали асертивності С. Ратуса та шкали соціальної бажаності Кроуна–Марлоу. Встановлено статистично значущі зв'язки між стилями міжособистісної взаємодії та рівнем макіавеллізму. Зокрема, позитивні кореляції виявлено з егоїстичним ($\rho = 0,331$; $p < 0,001$), агресивним ($\rho = 0,331$; $p < 0,001$) та підозрілим ($\rho = 0,335$; $p < 0,001$) октантами. Негативні зв'язки зафіксовано з товариським ($\rho = -0,325$; $p < 0,001$) та альтруїстичним ($\rho = -0,297$; $p = 0,002$) октантами, а також з інтегральним показником товарищкості ($\rho = -0,501$; $p < 0,001$). Не підтверджено значущого зв'язку між домінуванням і макіавеллізмом, а також між асертивністю та маніпулятивними тенденціями. Емпірично засвідчено

наявність зворотного зв'язку між рівнем макіавеллізму та соціальною бажаністю. Статевих і вікових відмінностей у вираженості маніпулятивності в межах досліджуваної вибірки не зафіксовано.

У третьому розділі розроблено практичну психопрофілактичну програму, що складається з трьох модулів, які включають 8 занять (по 90 хвилин) і базується на результатах емпіричного дослідження:

- Модуль I. Діагностика та деконструкція маніпулятивних стратегій (спрямований на актуалізацію теоретичних уявлень про стилі спілкування, експрес-самодіагностику комунікативних реакцій та аналіз повсякденних маніпулятивних кейсів);

- Модуль II. Розвиток конструктивного потенціалу та емпатії (орієнтований на опанування методів активного слухання, емпатійного віддзеркалення, трансформацію звинувачувальних патернів за допомогою техніки «Я-повідомлення» та тренування асертивної відмови без почуття провини);

- Модуль III. Практика етичної взаємодії та захист кордонів (охоплює тренінг технік психологічного самозахисту «заїжджена платівка» та «уточнювальні питання», моделювання конфліктних ситуацій, опанування прийомів деескалації напруження, а також проєктування особистого плану змін).

Зміст програми спрямований на усвідомлення власних стилів спілкування та маніпулятивних патернів; розвиток емпатії, довіри, кооперативності та товариськості; формування етичної асертивності та навичок захисту психологічних меж без переходу в агресію чи маніпуляцію.

Для кожного модуля підібрано валідні психотехнології та методи: інтерактивні мінілекції, експрес-опитування, рольове моделювання з використанням техніки «стоп-реакція», групові дискусії, прийоми емоційного розвантаження, ведення щоденників самоспостереження та ритуали групової згуртованості. Програма чітко структурована за часом, адаптована до вікових особливостей молоді та враховує організаційно-методичні умови реалізації (оптимальний обсяг групи 8–12 осіб, кваліфікація ведучого-психолога, дотримання правил конфіденційності, добровільності та права на захист особистісних меж).

Розроблена програма має високу практичну цінність, оскільки вона спроектована на основі безпосередніх результатів констатувального етапу дослідження, що забезпечує її цільову спрямованість на виявлені специфічні мішені (зокрема, корекцію егоїстичних, агресивних та підозрілих тенденцій у спілкуванні молоді). Тематичне та технологічне наповнення тренінгу потенційно сприяє деконструкції автоматичних маніпулятивних реакцій, розвитку навичок асертивного захисту власних кордонів та формування екологічних моделей міжособистісного простору. Програма є готовим методичним інструментарієм, впровадження якого в перспективі може бути рекомендовано практичним психологам закладів вищої освіти, фахівцям молодіжних центрів та спеціалістам психологічних служб, які працюють із проблемами деструктивної комунікації та бар'єрів у взаєминах сучасної молоді.

Таким чином, виконані мета та всі поставлені завдання дослідження. Отримані результати розширюють наукові уявлення про психологічні механізми маніпулятивної поведінки у молодому віці та надають конкретний інструментарій для її профілактики й корекції, сприяючи формуванню здорових, етичних та конструктивних міжособистісних відносин у сучасній молоді.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з апробацією розробленої програми, вивченням динаміки стилів взаємодії та маніпулятивності в умовах цифрової комунікації, а також порівняльним аналізом цих феноменів у різних соціокультурних групах молоді.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бороздіна Л. В. Психологія спілкування : навч. посібник. Київ : Либідь, 2020. 230 с. URL: https://resource.odmu.edu.ua/chair/download/156078/SLheH0euoYkstRjirKqFPg/Психологія_спілкування_Навч_посібник_Зам_18.012.pdf (дата звернення: 18.03.2026).
2. Василевський В. С., Десятник А. Б. Психодіагностика асертивності особистості: адаптація методики Rathus Assertiveness Scale-30. *Перспективи та інновації науки*. 2025. № 11 (57). С. 1664–1676. DOI: 10.52058/2786-4952-2025-11(57)-1664-1676.
3. Василенко І. А., Яськова В. Особливості взаємозв'язку показників макіавеллізму, маніпулятивного ставлення та емпатії студентів. *Актуальні проблеми психології*. 2025. Т. 1. Вип. 1. С. 100–112. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/23176/1/11.pdf> (дата звернення: 10.03.2026).
4. Васильєва О. А. Психологія ділового спілкування : навч.-метод. посібник. Ізмаїл : ІДГУ, 2018. 177 с. URL: https://fpk.in.ua/images/biblioteka/4bac_finan/Vasyleva-Posibnyk_dilove.pdf (дата звернення: 18.03.2026).
5. Варій М. Й. Загальна психологія : підручник. Вид. 3-тє. Київ : Центр учбової літератури, 2009. 1007 с. URL: <https://library.nusta.edu.ua/depositary/ЗАГАЛЬНА%20ПСИХОЛОГІЯ.pdf> (дата звернення: 20.03.2026).
6. Вітюк Н. Р. Фабінг в міжособистісній взаємодії молоді: нова соціальна норма чи загроза стосункам? *Психологія: реальність і перспективи*. Рівне : РДГУ, 2022. Вип. 18. С. 48–57. URL: <https://www.researchgate.net/publication/363477340> (дата звернення: 03.04.2026). DOI: <https://doi.org/10.35619/prapr.v1i18.278>
7. Ганган Ю. С., Асєєва Ю. О. Фабінг як характеристика емоційної залежності підлітків і юнаків. *Психологія та соціальна робота*. 2024. № 1 (59). С.

71–83. URL: <https://www.researchgate.net/publication/383226600> (дата звернення: 18.03.2026).

8. Гончарук Н. М. Психологія регулювання комунікації у підлітків із деструктивною поведінкою: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.08 / ІСПП ім. М. Ярмаченка НАПН України. Київ, 2021. 552 с. URL: <https://ispukr.org.ua/articles/21/ГОНЧАРУК%20НМ.pdf> (дата звернення: 10.03.2026).

9. Горська Г. О., Гайдуков І. В. Темна тріада: проблеми концептуалізації та емпіричного дослідження. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2025. Вип. 1 (7). С. 51–57 URL: <https://journals.cusu.in.ua/index.php/psychology/article/view/647> (дата звернення: 21.03.2026).

10. Гупаловська В., Доманич М. Когнітивні, афективні та евідемонічні компоненти суб'єктивного добробуту жінок з різним рівнем макіавеллізму. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2025. Вип. 24. С. 35–45. URL: https://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/24_2025/7.pdf (дата звернення: 21.03.2026).

11. Гурлева Т. С. «Пам'ятка для читача медіатекстів» у техніці роботи з попередження маніпулятивного впливу. *Актуальні проблеми психології*. 2020. Т. 16. Вип. 3. С. 118–145. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/726060/1/HURLIEVA_2020_Notice_for_the_readers_of_mediatexts.pdf (дата звернення: 10.03.2026).

12. Засекіна Л. В., Пастрик Т. В. Основи психології та міжособове спілкування : навч. посібник. Луцьк, 2013. 184 с. URL: <https://files01.core.ac.uk/download/pdf/153578336.pdf> (дата звернення: 20.03.2026).

13. Зеленська З. П. Розвиток комунікативної компетентності особистості. *Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості*. 2015. Т. 6. Вип. 14. С. 322–329. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v6/i14/39.pdf> (дата звернення: 19.03.2026).

14. Зубенко О. М. Стилi життя сучасної студентської молоді. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2020. Вип. 68. С. 76–77. URL:

<https://periodicals.karazin.ua/psychology/article/download/16602/15391>

(дата

звернення: 21.03.2026).

15. Ковальчук З. Я. Психологічні особливості міжособистісної взаємодії в системі вищої освіти. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2017. № 1. С. 78–89. URL: <https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/7263/1/дисерт..pdf> (дата звернення: 18.03.2026).

16. Коломієць Т. В. Особливості емпатійної міжособистісної взаємодії в юнацькому віці : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Житомир, 2015. 197 с. URL: <https://eprints.zu.edu.ua/25002/1/disKolomiec.pdf> (дата звернення: 18.03.2026).

17. Косьянова О., Матченко О. Мультифакторний аналіз особистісних характеристик в аспекті мотивації схвалення. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2025. № 8. URL: <https://journals.academ.vinnica.ua/index.php/ped-psyh/article/view/269> (дата звернення: 19.03.2026).

18. Лящ О. П. Особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та міжособистісної взаємодії юнаків. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*. 2016. Вип. 4. С. 148–161. URL: <https://eprints.oa.edu.ua/id/eprint/7516/1/16.pdf> (дата звернення: 20.03.2026).

19. Мулявка А. І. Психоемоційні та когнітивні наслідки пандемії COVID-19: вплив на стресостійкість українців в контексті війни. *Габітус*. 2025. Вип. 75. Ч. 2. С. 34–39. URL: https://habitus.od.ua/journals/2025/75-2025/part_2/75_2025.pdf (дата звернення: 18.03.2026).

20. Новицька І. В. Вплив «темної тріади» особистісних властивостей на формування упередженості у суб'єкта спілкування. *Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія». Психологічні науки*. 2014. № 1 (7) С. 69–72. URL: <https://pedpsy.duan.edu.ua/images/PDF/2014/1/15.pdf> (дата звернення: 21.03.2026).

21. Пашина Н. П. Технології управління масовою свідомістю : навч. посібник. Маріуполь : МДУ, 2020. 64 с. URL:

https://repository.mu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/2587/1/np_tekhnologii_upravlinnia.pdf (дата звернення: 10.03.2026).

22. Пирх А. В. Асертивність як інструмент ефективної комунікації. *Габітус*. 2022. Вип. 39. С. 182–186. URL: <https://habitus.od.ua/journals/2022/39-2022/33.pdf> (дата звернення: 02.04.2026).

23. Подоляк Н. Асертивність психолога як умова ефективного міжособистісного спілкування. *Проблеми гуманітарних наук. Серія: Психологія*. 2021. Вип. 49. С. 132–143. DOI: <https://doi.org/10.24919/2312-8437.49.255845>

24. Про основні засади молодіжної політики : Закон України від 27.04.2021 № 1414-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1414-20#Text> (дата звернення: 18.03.2026).

25. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник / уклад. М. В. Лемак, В. Ю. Петрище. 2-ге вид., виправл. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.

26. Психологія міжособистісних взаємин та комунікації : навч. посібник / за ред. колективу авторів. Кам'янець-Подільський : КПНУ ім. І. Огієнка, 2021. 128 с. URL: <http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/bitstream/handle/123456789/6006/Psykholohiia-mizhosobystisnykh-vzaiemyn-ta-komunikatsii.pdf> (дата звернення: 18.03.2026).

27. Руденко Л. А. Міжособистісні стосунки як чинник формування особистості. *Освіта регіону*. 2014. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/7600/1/Ст%20УКУ.pdf> (дата звернення: 18.03.2026).

28. Семенченко Ф. Г. Політичні маніпуляції як суб'єктивний вид політичного впливу. *Науковий вісник Одеського національного економічного університету*. 2014. № 1 (51). С. 254-263 URL: https://app.nuoua.od.ua/archive/51_2014/34.pdf (дата звернення: 27.03.2026).

29. Семків І. І., Вонс О.-М. С. Психологічні особливості романтичних стосунків осіб із різним типом прив'язаності в юнацькому та зрілому віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2020. Вип. 3. С. 47–55. URL:

<https://pj.journal.kspu.edu.ua/index.php/pj/article/download/1078/1029>

(дата

звернення: 22.03.2026).

30. Соціальна психологія : навч. посібник / Н. Ю. Волянчук та ін. Київ, 2019. 254 с. URL: <https://ela.kpi.ua/server/api/core/bitstreams/14a82805-7b31-4866-8059-fc640a894488/content> (дата звернення: 28.03.2026).

31. Татенко В. А. Методологія суб'єктно-вчинкового підходу в сучасній психології : монографія. Київ : Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2017. URL: <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2020/04/monTatenko-2017.pdf> (дата звернення: 29.03.2026).

32. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с. URL: https://pdf.lib.vntu.edu.ua/books/2023/Titarenko_2018_160.pdf (дата звернення: 29.03.2026).

33. Хропун Н. В. Газлайтинг як вид психологічних маніпуляцій. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. №5. URL: https://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/5_2018/8.pdf (дата звернення: 21.03.2026).

34. Arnett J. J. Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenty-fours. *American Psychologist*. 2000. Vol. 55, №5. P. 469–480. URL: <https://scispace.com/pdf/emerging-adulthood-a-theory-of-development-from-the-late-48n8l4n0g7.pdf> (Last accessed: 25.03.2026)

35. Bandura A. Social Learning Theory. New York : General Learning Press, 1977. 46 p. URL: https://www.asecib.ase.ro/mps/Bandura_SocialLearningTheory.pdf (Last accessed: 18.03.2026).

36. Berens L. Understand Yourself and Others. An Introduction to interaction styles. 2.0. Huntington Beach, Calif. : InterStrength Press, 2008. 50 p. URL: <https://www.scribd.com/document/510901766/Understand-Yourself-and-Others> (Last accessed: 25.03.2026)

37. Bowlby J. Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment. London : Hogarth Press, 1969. 399 p. URL: <https://mindsplain.com/wp->

[content/uploads/2020/08/ATTACHMENT_AND_LOSS_VOLUME_I_ATTACHMEN
T.pdf](#) (Last accessed: 18.03.2026).

38. Erikson E. H. Identity: Youth and Crisis. New York : W. W. Norton & Company, 1968. 336 p. URL: https://www.academia.edu/37327712/Erik_H_Erikson_Identity_Youth_and_Crisis_1_1_968_W_W_Norton_and_Company_1_ (Last accessed: 18.03.2026).

39. Leary T. Interpersonal Diagnosis of Personality: A Functional Theory and Methodology for Personality Evaluation. New York : Ronald Press Company, 1957. 511 p. URL: <https://archive.org/details/interpersonaldia00learrich> (Last accessed: 19.03.2026).

40. Levinson D. J. The Seasons of a Man's Life. New York : Knopf, 1978. 381 p. URL: <https://dokumen.pub/qdownload/the-seasons-of-a-mans-life-the-groundbreaking-10-year-study-that-was-the-basis-for-passages-0345339010-9780345339010.html> (Last accessed: 18.03.2026).

41. Mead G. H. Mind, Self, and Society: From the Standpoint of a Social Behaviorist. Chicago : University of Chicago Press, 1934. 272 p. URL: <https://archive.org/details/mindselfsocietyf00mead> (Last accessed: 18.03.2026).

42. Merrill D. W., Reid R. H. Personal Styles & Effective Performance. New York : CRC Press, 1981. 192 p.

43. Rogers C. R. A Theory of Therapy, Personality, and Interpersonal Relationships, as Developed in the Client-Centered Framework. Psychology: A Study of a Science. Study 1, Vol. 3: *Formulations of the Person and the Social Context* / ed. by S. Koch. New York: McGraw-Hill, 1959. P. 184–256. URL: https://www.beeleaf.com/wp-content/uploads/2017/09/rogers_chapter_in_koch-1.pdf (Last accessed: 25.03.2026).

44. Suler J. The Online Disinhibition Effect. *CyberPsychology & Behavior*. 2004. Vol. 7, №3. P. 321–326. URL: https://johnsuler.com/article_pdfs/online_dis_effect.pdf (Last accessed: 22.03.2026).

45. Sullivan H. The Interpersonal Theory of Psychiatry. New York W. W. Norton, 1953. 414 p. URL: https://web.english.upenn.edu/~cavitch/pdf-library/Sullivan_Interpersonal_Theory_of_Psychiatry.pdf (Last accessed: 22.03.2026).

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета та результати емпіричного дослідження на платформі Google Forms

Нижче наведено фрагменти Google-форми, за допомогою якої проводилося емпіричне дослідження взаємозв'язку стилів міжособистісної взаємодії та маніпулятивних тенденцій у молоді. Розроблений діагностичний інструментарій містив як соціально-демографічні запитання, так і блоки тверджень для дослідження стилів спілкування, рівнів макіавеллізму, асертивності та соціальної бажаності респондентів. Також представлено фрагмент первинної бази даних у вигляді закодованої матриці відповідей, підготовленої для подальшого математико-статистичного аналізу.

Електронний варіант розробленого опитувальника доступний за посиланням: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdY88aP1iIc1A_q6umMIsfRpTFpPOWXczVKDGDYRtWRJsqqBw/viewform

1. Загальний інтерфейс та інструкція для респондентів (шапка форми):



Дослідження до дипломної роботи

Шановний(а) респонденте!

Мене звати Доненко Дар'я, я студентка 4 курсу спеціальності "Психологія".

У межах написання дипломної роботи я проводжу дослідження на тему **"Взаємозв'язок стилів спілкування та маніпулятивних тенденцій у молоді"**. Метою опитування є вивчення особливостей спілкування молоді та їх можливого зв'язку з проявами маніпулятивних тенденцій.

Участь в опитуванні є **добровільною та конфіденційною**. Усі отримані відповіді будуть використані лише в узагальненому вигляді для наукових цілей.

Заповнення анкети займе орієнтовно **25-30 хвилин**.

Будь ласка, уважно читайте кожне запитання та обирайте варіант відповіді, який найбільше відповідає Вашій думці або звичній поведінці. У цьому опитуванні немає правильних чи неправильних відповідей, важлива саме Ваша особиста думка.

Дякую за участь, допомогу та приділений час!

Рис. А.1. Шапка Google-форми з інструкцією для учасників опитування

Продовж. Дод. А

2. Приклади тестових завдань та структури запитань в опитувальнику:

Опитувальник міжособистісної діагностики Т. Лірі

Перед Вами набір характеристик.
Прочитайте кожну з них і оберіть **"ТАК"**, якщо це відноситься до ВАС; **"НІ"** - якщо це не відноситься до ВАС.
Будьте уважними. Намагайтеся відповідати якомога точніше і правдивіше.

1. Інші думають про мене прихильно. *

☐ так

☐ ні

2. Я справляю враження на оточуючих. *

☐ так

☐ ні

3. Вмію розпоряджатися, наказувати. *

☐ так

☐ ні

4. Вмію наполягати на своєму. *

☐ так

☐ ні

Рис. А.2. Візуалізація структури запитань та варіантів відповідей у формі

Продовж. Дод. А

3. Первинна база даних емпіричного дослідження (закодована матриця результатів):

	A	B	C	D	E	F	G
1	ID	Sex	Age	Education	Marital_Status	L1	L2
2	1	1	3	3	2	1	1
3	2	2	2	4	2	1	1
4	3	2	1	2	2	0	1
5	4	2	1	2	2	1	1
6	5	1	3	2	1	1	0
7	6	1	3	6	1	1	1
8	7	1	3	3	1	1	1
9	8	1	3	5	1	1	1
10	9	1	2	3	1	1	1
11	10	1	3	5	1	1	0

Рис. А.3. Фрагмент закодованої таблиці відповідей респондентів для подальшого статистичного аналізу.