

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ХАРКІВСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗІНА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ І ПСИХОТЕРАПІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: «Психологічні особливості особистості дівчат, які перебувають в залежних партнерських стосунках»

Студентки 2 курсу групи ЗПС-62
другого (магістерського) рівня вищої
освіти освітньо-професійної програми
«Психологія» за спеціальністю
053 – ПСИХОЛОГІЯ
Бензионович А. О.

Керівник: к. психол. н.; доцент ЗВО кафедри
психологічного консультування і психотерапії
Харченко А. О.

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____

Кількість балів: _____

Члени комісії _____

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ	
ДІВЧАТ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ В ЗАЛЕЖНИХ ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКАХ.....	7
1.1. Поняття міжособистісної залежності	7
1.2. Психологічні особливості особистості з міжособистісною залежністю.....	11
1.3. Сучасні емпіричні результати дослідження психологічних особливостей особистостей, які перебувають в залежних партнерських стосунках	14
Висновки до Розділу I	20
РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ	
ОСОБЛИВОСТЕЙ ДІВЧАТ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ В ЗАЛЕЖНИХ ПАРТНЕРСЬКИХ	
СТОСУНКАХ.....	23
2.1. Мета і завдання дослідження.....	23
2.2. Опис досліджуваної вибірки	24
2.3. Опис методів і процедури дослідження даних	25
Висновки до розділу II	32
РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ ПСИХОЛОГІЧНИХ	
ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ ДІВЧАТ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ В ЗАЛЕЖНИХ	
ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКАХ	34
3.1. Дослідження особливостей прояву особистісних чинників у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності у партнерських стосунках.....	34
3.2. Дослідження особливостей прояву самоповаги та життєстійкості у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності.	41
3.3. Дослідження особливостей прояву тривожності та суб'єктивного відчуття самотності у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності.....	46
3.4. Дослідження особливостей прояву перфекціонізму у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності.	50

3.5. Структура взаємозв'язків особистісних чинників та прогностична модель міжособистісної залежності	55
Висновки до розділу III	58
ВИСНОВКИ	60
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	62
АНОТАЦІЯ	70

ВСТУП

Актуальність дослідження. У нинішньому українському соціумі спостерігається суттєве посилення психоемоційного тиску на індивіда. Молодь стикається з глибокою невизначеністю майбутнього, динамічною нестабільністю соціальних зв'язків та зниженням відчуття психологічної безпеки. У таких умовах партнерські стосунки часто перетворюються на простір, де під впливом напруги формуються деструктивні моделі взаємодії, зокрема — міжособистісна емоційна залежність.

Проблематика міжособистісної залежності як загальносоціального явища є предметом стійкого наукового інтересу. Вітчизняні дослідники (Я. Гавриленко [5,6,7], Г. Жемчужна, І. Семків, О. Кочарян) та зарубіжні науковці (Р. Борнстайн [57], М. Прітчард [56], Т. Клімстра, С. Тосун) розглядають це явище, яке, згідно з емпіричними даними, має високу поширеність серед дорослого населення, проте залишається непоміченим для самих індивідів.

Міжособистісна залежність не є ізольованим феноменом. не є ізольованим феноменом; вона характеризується надмірною потребою в близькості, що супроводжується тривожністю та страхом бути покинутим [29]. Коренева причина формування залежності лежить у порушеннях ранніх етапів психологічного розвитку (сепарації та прив'язаності) і пов'язана з дисфункційними когнітивно-емоційними схемами. Феномен співзалежності також підтримується на системному та культурологічному рівнях, що посилює його соціальну значущість [67].

Актуальність дослідження психологічних особливостей особистості дівчат полягає у виявленні унікальних предикторів (таких як нейротизм, самоповага, життєстійкість, тривожність, самотність та перфекціоністські настанови). Ці чинники асоціюються з невпевненістю та дефіцитом автономії.

Таким чином, дослідження має високу практичну значущість, оскільки його результати дозволять розробити ефективні психокорекційні програми, які будуть орієнтовані на фундаментальні дефіцити особистісних особливостей (самоповаги, самоконтролю) для підвищення психологічного благополуччя та формування здорових моделей партнерських взаємин.

Об'єкт дослідження - Психологічні особливості особистості.

Предмет дослідження - Психологічні особливості особистості дівчат, які перебувають в залежних партнерських стосунках.

Мета дослідження - Дослідити психологічні особливості дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності у партнерських стосунках.

Гіпотези:

Гіпотеза 1: Існують особливості особистості у дівчат, які перебувають в залежних партнерських стосунках, а саме: суттєво вираженими є нейротизм та доброзичливість.

Гіпотеза 2: У дівчат, які перебувають в залежних партнерських стосунках суттєво менший рівень самоповаги та життєстійкості та суттєво вищий рівень тривожності, суб'єктивного відчуття самотності та перфекціонізму, ніж у дівчат із низьким рівнем залежності.

Гіпотеза 3: Передбачається, що у дівчат, які перебувають у партнерських стосунках, міжособистісна залежність формується під унікальним впливом обмеженої кількості чинників. При цьому очікується, що фундаментальний дефіцит самооцінки та нейротизм матимуть найбільший внесок у прогнозування залежності.

Завдання дослідження:

1) Проаналізувати наукову літературу щодо дослідження особистісних особливостей дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності у партнерських стосунках.

2) Дослідити особливості прояву особистісних чинників у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності у партнерських стосунках.

3) Дослідити особливості прояву самоповаги та життєстійкості у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності.

4) Виявити особливості прояву тривожності та суб'єктивного відчуття самотності у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності.

5) Виявити особливості прояву перфекціонізму у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності.

6) Встановити структуру особистісних предикторів міжособистісної залежності

Методи дослідження: психологічні методики – шкала співзалежності Д. Фішера; п'ятифакторний особистісний опитувальник Р. Маккреї та П. Коста; методика суб'єктивного відчуття самотності Д. Рассела та М. Фергюсона; тест на самоповагу М. Розенберга; багатовимірна шкала перфекціонізму Р.Фроста; методика «Тест життєстійкості» С. Мадді; шкала тривожності Спілбергера; описативна статистика; порівняльний аналіз незалежних груп за допомогою критерію Манна-Уїтні; аналіз множинної регресії; для опрацювання отриманих даних застосовувався програмний комплекс SPSS.

Вибірку склали: 70 дівчат юнацького віку, які перебували у романтичних стосунках тривалістю понад 6 місяців. Критерії включення в дослідження передбачали участь лише жінок юнацького віку (19–29 років), які на момент проведення дослідження перебували у романтичних стосунках тривалістю не менше шести місяців. Досліджувані були розподілені на 2 групи за критерієм рівня міжособистісної залежності: до першої групи увійшли 35 дівчат, які перебувають у залежних партнерських стосунках (з високим рівнем міжособистісної залежності); до другої групи увійшли 35 дівчат, які перебувають у партнерських стосунках без ознак міжособистісної залежності (з низьким рівнем залежності).

Практична значущість: Практична вага даного дослідження полягає у потенційній спроможності застосовувати здобуті висновки для формування заходів психологічної профілактики та корекції, спрямованих на підтримку дівчат, які перебувають в залежних партнерських стосунках. Також результати можуть бути корисними для психологів, консультантів та соціальних працівників при індивідуальній та груповій роботі з клієнтками, які демонструють ознаки емоційної залежності, зниженої самоповаги, а також високий рівень нейротизму та тривожності. Отримані дані можуть слугувати основою для просвітницьких програм щодо формування здорових меж у стосунках та розвитку емоційної автономії у молоді.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДІВЧАТ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ В ЗАЛЕЖНИХ ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКАХ

1.1. Поняття міжособистісної залежності

На сьогодні психологія охоплює досить широкий спектр досліджень та підходів до поняття міжособистісної залежності.

Серед сучасних форм нехімічної залежної поведінки особливу увагу науковців привертає феномен міжособистісної залежності. Цей вид залежності характеризується тим, що здебільшого залишається непоміченим як для самих індивідів, так і для їхнього соціального оточення, що значно ускладнює своєчасне розпізнавання та подолання проблеми. Питання міжособистісної залежності розглядали у своїх працях такі дослідники, як О. Бондаренко, М. Жидко, А. Коцара, О. Кочарян, В. Сатір, Є. Фролова, А. Янов, що свідчить про стійкий науковий інтерес до цього явища.

Емпіричні дані свідчать про високу поширеність емоційної залежності серед населення: за результатами дослідження, проведеного О. Коваленко та О. Самарою [11], 58% респондентів виявили середній рівень емоційної залежності, а ще 11% – високий. Водночас більшість опитаних не усвідомлюють вплив цієї залежності на власний розвиток і якість життя, а також не вживають жодних заходів щодо її профілактики чи подолання [11].

Згідно з дослідженнями Б. Вайнхолд та Д. Вайнхолд [67], прояви співзалежності можуть бути притаманні до 98% дорослого населення. Водночас лише близько 8% осіб мають виражені симптоми цієї форми поведінки, але менше 1% з них усвідомлюють її вплив на своє життя та намагаються змінити власну поведінку [67].

У науковій літературі міжособистісна залежність розглядається як різновид психологічної залежності, що формується в контексті взаємодії з іншими людьми. Попри певні варіації у трактуванні поняття різними авторами, спільним залишається

його сутність: прагнення до надмірної емоційної прив'язаності, що порушує баланс у стосунках та завдає шкоди особистісному розвитку.

Сучасні методики дослідження емоційної залежності дають змогу окреслити її як багатогранний психологічний феномен, який істотно позначається на психологічному благополуччі, емоційному фонді та стандартах взаємодії між дорослими людьми [21]. Згідно з підходом Х. Бласко, у центрі емоційної залежності лежить надмірна потреба в емоційній близькості, яка супроводжується тривожністю, страхом бути покинутим, нав'язливими думками та підвищеним контролем у парних стосунках. Такий стиль поведінки часто асоціюється з невпевненістю, дефіцитом автономії та відсутністю емоційної саморегуляції [29].

На думку українських дослідників, емоційна залежність також може проявлятися у формі контролю партнера над різними сферами життя іншої людини, що свідчить про порушення особистісних меж і нездатність до здорової автономної взаємодії [4]. Як зазначає Я. Гавриленко [7], міжособистісна залежність є внутрішнім феноменом, що вказує на складнощі у реалізації власних потреб у взаємодії з соціальним оточенням. Вона виникає у відповідь на глибокий дефіцит емоційної підтримки та сприяє формуванню віктимної поведінки, що ускладнює формування стійкої та цілісної особистості.

Психологічна залежність загалом, до якої належить і міжособистісна, проявляється у повторюваних зверненнях до об'єкта залежності, особливо в умовах стресу або дискомфорту. Це звернення не завжди пов'язане з реальними потребами, а часто має характер нав'язливості, що підкріплює залежну модель поведінки. Серед основних форм психологічної залежності виокремлюють внутрішньоособистісну, предметну, діяльнісну та міжособистісну [7].

Вивчення природи емоційної залежності свідчить про її тісний зв'язок з особливостями раннього розвитку особистості. Значна частина дослідників розглядає цей феномен крізь призму порушень у процесах дитячої сепарації та формування базової емоційної прив'язаності.

Так, згідно з позицією Б. Вайнхолда та Д. Вайнхолда [67], емоційна залежність у дорослому віці часто має свої витоки у незавершених етапах

емоційного та психологічного розвитку в дитинстві. Автори підкреслюють, що в перші роки життя дитина має сформувати безпечний зв'язок із матір'ю, який згодом (у віці двох-трьох років) має змінитися на здатність до автономного дослідження навколишнього світу. Якщо цей процес порушено, особистість у майбутньому схильна шукати компенсацію через залежні емоційні зв'язки, намагаючись таким чином відновити відчуття надійності й безпеки [67].

Схожу думку висловлює і Я. Вітко [4], яка зазначає, що емоційна залежність є наслідком фіксації на етапах сепарації-індивідуалізації внаслідок емоційного фрустрування. У дорослому віці така фіксація може проявлятися у вигляді адиктивної поведінки, коли інша людина стає джерелом емоційного заспокоєння та підтвердження власної цінності.

Результати емпіричних досліджень також свідчать, що хоча несприятливий дитячий досвід (НДД) не завжди прямо корелює з рівнем емоційної залежності, все ж встановлено зв'язок між емоційною залежністю та вираженістю окремих дисфункційних схем — зокрема, схем покинення, недовіри та некомпетентності. Особливо важливою є схема недовіри, яка формується в умовах емоційного занедбання в дитинстві [60].

Г. Коцюба [13] у своєму дослідженні вказує, що жінки з високим рівнем емоційної залежності зазвичай мають досвід емоційного дефіциту в дитинстві — зокрема, відсутність емоційного контакту з ключовими фігурами (матір'ю, батьком), що призводить до формування негативного емоційного фону. У таких жінок спостерігається накопичення непрожитих емоцій — страху, образи, гніву, провини — що сприяє розвитку моделей поведінки, таких як нав'язливе «чіпляння» за партнера, посилена потреба в контролі, тривожність і водночас — почуття внутрішньої порожнечі та безпорадності.

Окрім впливу дитячих травм та порушень у процесі сепарації-індивідуалізації, в науковій літературі виділяються й інші чинники, які сприяють розвитку міжособистісної (емоційної) залежності. Частина дослідників розглядає її крізь призму індивідуально-психологічних та соціокультурних передумов.

Так, у дослідженні М. Мателеги та С. Азізова [17] виявлено, що рівень міжособистісної залежності значною мірою корелює з такими чинниками, як невпевненість у собі, схильність до емоційного опертя на інших людей, безпомічна поведінка, реалізована віктимність та тенденція до залежної поведінки. Середні зв'язки простежуються також зі схильністю до некритичної поведінки, самоушкоджень і саморуйнівної поведінки. Цікаво, що негативна кореляція виявлена між рівнем залежності та фактом виховання в повній або неповній сім'ї, що свідчить про складні взаємозв'язки соціального контексту й особистісних характеристик. Автори зазначають, що досвід тривалого контакту з узалежненими людьми в сім'ї чи близькому оточенні (наприклад, співжиття з партнерами, які мають залежності) також може сприяти формуванню співзалежної поведінки [17].

Поглиблення психологічного розуміння цього феномену дає робота О. Коваленко та О. Самари [11], в якій наголошується, що особи з низькою самооцінкою, які в дитинстві зазнали почуття розчарування, пригнічення та дефіциту уваги до власних потреб, у дорослому житті часто не здатні усвідомлювати та відстоювати свої емоційні й соціальні потреби. Це створює умови для формування залежних моделей поведінки, в яких особа покладає відповідальність за власний добробут на іншого.

Згідно з медичною моделлю, співзалежність розглядається як хронічне порушення, що може мати генетичні передумови або бути наслідком життя в умовах алкоголізму та дисфункціональної сім'ї. В рамках цієї концепції співзалежність вважається невиліковним станом, який потребує довготривалого лікування та системи підтримки. Передбачається, що без зовнішнього втручання — груп підтримки, психотерапії — особа не зможе самостійно протистояти деструктивній поведінці [67].

Ще один підхід до розуміння феномену співзалежності — культурологічний. Б. Вайнхолд та Д. Вайнхолд [67] акцентують увагу на тому, що співзалежність може мати системний характер і бути властивою цілій культурі. У такому випадку соціальні інститути, які відтворюють ієрархічні моделі (наприклад, домінування чоловіків над жінками чи управлінців над підлеглими), сприяють закріпленню моделей залежної поведінки. Таким чином, співзалежність стає частиною соціального порядку, підтримуваного на структурному рівні.

Узагальнюючи здобутки огляду наукової літератури, виходить закономірний висновок: емоційна (міжособистісна) залежність — це стійка форма поведінки та емоційного реагування, що виявляється у надмірній потребі в іншій людині для підтримання внутрішньої стабільності, почуття безпеки та самоцінності. Така залежність супроводжується страхом втрати стосунків, труднощами у відстоюванні власних потреб і меж, схильністю до віктимності, контролю чи самопожертви.

Як засвідчує більшість досліджень, основою для формування міжособистісної залежності є порушення в ранніх етапах емоційного розвитку особистості, насамперед — у процесах формування безпечної прив'язаності та сепарації. Водночас важливу роль відіграють і дисфункційні когнітивно-емоційні схеми, що залишаються активними у дорослому віці й впливають на сприйняття себе, інших людей та міжособистісних взаємодій.

Разом із цим, альтернативні підходи — медичний, психологічний та соціокультурний — вказують на інші можливі джерела походження співзалежності, включаючи біологічні чинники, повторювані моделі стосунків із залежними партнерами, культурні ієрархії та соціальні очікування. Таким чином, міжособистісна залежність є багатовимірним феноменом, який вимагає комплексного підходу до його розуміння та подолання.

1.2. Психологічні особливості особистості з міжособистісною залежністю

Проблематика взаємозв'язку між психологічними особливостями особистості та проявами міжособистісної залежності є однією з актуальних у сучасній психології. Для глибшого розуміння цього феномену важливо звернутися до моделі «Великої п'ятірки», яка охоплює основні п'ять вимірів особистісних рис — нейротизм, екстраверсію, відкритість до досвіду, доброзичливість та сумлінність [10]. Саме ця модель дозволяє систематизувати та проаналізувати особистісні характеристики, які можуть бути пов'язані з міжособистісною залежністю.

Результати метааналізу Р. Борнстайна та Д. Сесеро [57] свідчать, що високі показники міжособистісної залежності корелюють з підвищеними рівнями

нейротизму та доброзичливості, а також із зниженими рівнями екстраверсії, відкритості до нового досвіду і сумлінності [57]. Це може свідчити про те, що особистості, які демонструють високу міжособистісну залежність, як правило, більш емоційно нестабільні, схильні до тривоги та переживань, водночас вони виявляють більше прагнення підтримувати гармонійні стосунки та проявляють доброзичливість у комунікації з партнером. Також це може свідчити про те, що такі особи менш активні у соціальних контактах, більш замкнені та менш ініціативні.

Подальші дослідження, зокрема робота Д. Данклей та інші [33], підтверджують важливу роль нейротизму у формуванні двох аспектів міжособистісної залежності — потреби в підтримці та прагнення до зв'язку. Зокрема, показники потреби в підтримці є тісно пов'язані з високими рівнями нейротизму і супроводжуються низьким рівнем наполегливості, активності та амбіцій. Це проявляється у поведінці осіб, які віддають перевагу залишатися у тіні, уникають конфліктів і соціальної активності. Натомість прагнення до зв'язку (connectedness) пов'язане з позитивнішими рисами — теплотою, відкритістю до емоцій і доброзичливістю [33]. Таким чином, міжособистісна залежність не є однорідним конструктом, а має різні виміри, які співвідносяться з певними особливостями особистості.

У дослідженні Й. Улусой та Е. Дурмуш [65] також було виявлено позитивні значущі кореляції між міжособистісною залежністю, доброзичливістю та підшкалами нейротизму, а негативні — з екстраверсією та відкритістю до досвіду. Водночас кореляції між залежністю та сумлінністю не були статистично значущими. Автори дійшли висновку, що з підвищенням рівня міжособистісної залежності доброзичливість та нейротизм збільшуються, тоді як екстраверсія та відкритість знижуються. Тобто особи з високим рівнем міжособистісної залежності є більш замкненими, менш ініціативними у спілкуванні, проте більш чутливими до емоцій інших, а також схильними до емоційної нестабільності [65].

Ще один аспект цієї проблеми розкривають дослідження А. Пінкус та М. Гуртман [55], які, застосувавши структуру міжособистісного циркулюсу разом із моделлю п'яти факторів особистості, виокремили три основні аспекти

міжособистісної залежності: любовна залежність, експлуатована залежність та підкорена залежність. Ці аспекти по-різному корелюють із рисами нейротизму, сумлінності та відкритості до досвіду. Зокрема, усі види міжособистісної залежності позитивно пов'язані з нейротизмом. При цьому експлуатована та підкорена залежність мають негативні кореляції з сумлінністю та відкритістю, тоді як любовна залежність — навпаки, позитивні [55]. Цей підхід дозволяє глибше зрозуміти різноманітність проявів міжособистісної залежності та їхню психологічну природу.

В контексті особистісних рис жінок із залежними міжособистісними стосунками, дослідження Г. Коцюби [13] показують, що у таких жінок значно проявлені субмісивність, підвищена тривожність, емоційна напруженість і високий рівень самокритики. Вони менш адаптивні і схильні будувати незрілі міжособистісні відносини, які базуються на інфантильних механізмах регуляції поведінки через сором, почуття провини і відчуття власної неповноцінності. У спілкуванні вони часто виявляють закріпаченість та низьку експресивність, що обмежує їхню свободу у життєвих ролях і взаємодіях [13].

Зі свого боку, дослідження М. Умар, А. Кенку та К. Обас [66] зосереджуються на міжособистісній залежності як соціально-психологічній категорії, яка відображає спосіб, яким люди комунікують і отримують підтримку у міжособистісних стосунках. У цьому дослідженні не було виявлено значущого зв'язку між екстраверсією та міжособистісною залежністю серед студентів-першокурсників, тоді як позитивні кореляції спостерігалися з доброзичливістю, сумлінністю, нейротизмом і відкритістю до досвіду [66]. Це свідчить про те, що міжособистісна залежність є багатовимірним конструктом, що пов'язаний із різними аспектами особистості по-різному.

Важливим є те, що за результатами порівняльних досліджень жінки виявляють вищі показники співзалежності порівняно з чоловіками. Жінки більш схильні до покори, потребують емоційної підтримки, більше залежать від думки інших людей. У той же час чоловіки проявляють кращі показники само-мотивації та емоційного самоконтролю, що знижує рівень їхньої співзалежності. Проте

жіноча здатність до емпатії та розпізнавання власних і чужих емоцій, хоч і підсилює їхню схильність до співзалежності, одночасно є важливим ресурсом для психологічної регуляції [2].

Отже, узагальнюючи наведені дослідження, можна стверджувати, що міжособистісна залежність пов'язана насамперед із підвищеним рівнем нейротизму, з одночасною тенденцією до підкорення, високої доброзичливості та знижених показників екстраверсії й відкритості до нових вражень. Такі особистості, особливо у випадку жінок, часто демонструють незрілі механізми психологічної регуляції, які пов'язані із соромом, почуттям провини та низькою самооцінкою, що формує специфіку їхніх міжособистісних відносин. Зрозуміння цих особливостей має вирішальне значення для створення дієвих психологічних інтервенцій та корекції поведінкових моделей у співзалежних стосунках.

1.3. Сучасні емпіричні результати дослідження психологічних особливостей особистостей, які перебувають в залежних партнерських стосунках

Самотність трактується як суб'єктивно переживаний стан емоційної ізоляції, дефіциту емоційного контакту чи недостатньої соціальної підтримки, який супроводжується відчуттям відчуження, непотрібності та внутрішньої порожнечі.

Доведено, що хронічне переживання самотності може виступати як причиною розвитку адиктивної поведінки, так і наслідком вже сформованої залежності, утворюючи таким чином замкнене коло, яке посилює психоемоційні труднощі особистості [68; 19; 26].

Результати дослідження Яковицької, Синишиної та співавторів [68] демонструють, що особи, які мають хімічну залежність, часто стикаються з глибоким переживанням самотності, що стає одним з ключових факторів, які підтримують і поглиблюють їхню адикцію [68]. Схожі результати були отримані й в українському дослідженні наркозалежних осіб У. Михайлишина та К. Гордона, у якому встановлено, що чим вищий рівень наркотичної або загальної адиктивної

ідентичності, тим сильніше виявляються риси деструктивної міжособистісної залежності, почуття самотності та безнадійності [19].

Дослідження М. Корнашевська-Поляк показало, що особи з амбівалентним типом прив'язаності, які відчувають страх залишення та надмірну потребу у значущих стосунках, схильні до глибокого переживання самотності. Це, у свою чергу, призводить до посилення міжособистісної залежності, навіть у межах шлюбних відносин [45].

Варто зазначити, що самотність часто виступає як симптом та предиктор міжособистісної залежності. Як зазначають М. Прітчард та К. Ялш [56], особи з високим рівнем міжособистісної залежності мають тенденцію до глибшого переживання самотності, яка, своєю чергою, може трансформуватися у внутрішню самоненависть, особливо в умовах дефіциту підтримки з боку інших [56].

Відповідно до уявлень Н. Мейгон, самотність визначається як стан, коли людина усвідомлює відсутність задовільних соціальних зв'язків, але водночас відчуває гостру потребу в них. Найбільше схильні до такого стану ті, хто має труднощі у формуванні стабільних, безпечних стосунків, а також демонструє схильність до міжособистісної залежності. Автор підкреслює, що чим вищий рівень такої залежності, тим вищий рівень самотності відчуває індивід [49].

Подібні висновки зробив і Дж. Оверхолсер, який у своїх дослідженнях виявив, що особи з так званим "стабільно-залежним" типом особистості частіше повідомляють про низький рівень соціальних навичок і стійке переживання самотності. Ці характеристики, за його даними, можуть сприяти формуванню стабільного залежного стилю взаємодії з іншими [53; 54].

Отже, узагальнюючи результати вищезазначених емпіричних досліджень, можна зробити висновок, що самотність є не лише наслідком міжособистісної залежності, а й одним із ключових чинників, що сприяють її виникненню, закріпленню та посиленню. Психологічна вразливість у контексті самотності значно знижує здатність індивіда до автономного функціонування у стосунках, підвищуючи його залежність від соціального схвалення та емоційної підтримки з боку інших.

Одним із ключових психологічних чинників, що зумовлює схильність до міжособистісної залежності, є знижене відчуття самоповаги. Дослідники зазначають, що низька самооцінка є однією з основних ознак співзалежної поведінки. Особи з такими характеристиками часто потребують постійного схвалення з боку інших, що стає для них джерелом підтвердження власної цінності. Водночас їм властиві порушені психологічні межі, а також тенденція до поведінки, що орієнтована на задоволення потреб інших за рахунок власних [67].

Результати емпіричних досліджень підтверджують, що особи у шлюбних стосунках з ознаками співзалежності мають низький рівень емоційного інтелекту, що прямо корелює зі зниженою самооцінкою. Ба більше, рівень самоповаги серед жінок у таких парах є значно нижчим, ніж серед чоловіків, що, в свою чергу, посилює прояви співзалежної поведінки [2].

Інші дослідження вказують, що занижена самооцінка у дівчат, схильних до співзалежності, поєднується з небажанням брати відповідальність за стосунки. Такі особи схильні до делегування відповідальності партнеру, що часто зумовлено внутрішньою невпевненістю в собі та сумнівами у власній здатності функціонувати незалежно. Враховуючи, що самоповага є фундаментом асертивності, можна припустити, що її дефіцит унеможливорює встановлення рівноправних партнерських стосунків [16].

Окрім цього, в дослідженні Березовської, Сахон і Павлик [1] встановлено статистично значущу кореляцію між міжособистісною залежністю та низьким рівнем впевненості в собі. Зокрема, чим менше особа впевнена у власних можливостях і чим більше вона схильна емоційно опиратися на інших, тим вищим є рівень її схильності до співзалежних взаємин [1].

Таким чином, занижена самоповага виступає не лише передумовою формування міжособистісної залежності, а й фактором, який підтримує та посилює її прояви в довготривалій перспективі.

Перфекціонізм є однією з характерних рис, що часто супроводжує міжособистісну співзалежність, особливо у жінок. У дослідженні С. Ставицька та Ю. Задибчук вказується, що він виступає своєрідним захисним механізмом, через

який особистість прагне бути ідеальною, аби заслужити прийняття, уникнути критики або втримати партнера в стосунках [3]. Така «ідеальна» поведінка нерідко поєднується з почуттями сорому, провини, підвищеної тривожності, депресивними проявами, а також схильністю до надмірної самокритики та пристосування до емоційно деструктивних обставин.

Перфекціонізм може мати різні міжособистісні наслідки залежно від його типу. Так, у жінок з вираженим самоспрямованим перфекціонізмом виявлені тенденції до надмірної турботливості, довірливості, поступливості та прагнення догодити іншим [41]. Ці риси часто асоціюються з міжособистісною залежністю, оскільки формують патерни поведінки, де задоволення потреб партнера ставиться вище за власні.

У дослідженні Р. Слейні та інших було встановлено, що деструктивні форми перфекціонізму супроводжуються як ворожо-домінантними, так і підлеглими міжособистісними труднощами. Це означає, що такі люди можуть одночасно прагнути контролю та демонструвати надмірну поступливість, що призводить до внутрішнього конфлікту і неадаптивних стратегій у стосунках [61].

Водночас результати дослідження Й. Штьобер та інших свідчать, що різні типи перфекціонізму по-різному впливають на міжособистісну поведінку [64]. Соціально призначений та орієнтований на інших перфекціонізм пов'язаний з соціальною відстороненістю та ворожістю, що унеможлиблює побудову глибоких емоційних зв'язків. На противагу цьому, самоспрямований перфекціонізм, за умов відсутності інших деструктивних компонентів, не обов'язково є чинником міжособистісних конфліктів і навіть може сприяти соціальній взаємодії.

У контексті співзалежних стосунків, де домінує потреба в емоційному злитті з партнером, перфекціонізм набуває особливої функції — він слугує способом самовиправдання та підкріплення ідеї власної цінності лише через бездоганність. Таким чином, надмірне прагнення до ідеалу лише поглиблює внутрішній конфлікт, сприяє втраті власних меж і закріплює позицію залежності.

Дослідження Ц. Гапп та інших вказують на те, що висока вираженість співзалежності асоціюється з посиленням реляційної (міжособистісної)

тривожності та зниженням ефективності функціонування в умовах стресу. Ц. Гапп та інші висунули гіпотезу, що особи зі значною співзалежністю можуть суб'єктивно оцінювати певні ситуації як стресові, навіть якщо для інших вони такими не є. Більше того, ця вибірка може стикатися з більшою кількістю проблем у стосунках через те, що співзалежні індивіди мають особливу модель вибору партнера, схильного до проблемної поведінки [40, 15692–15693 стр.].

На противагу цьому, життєстійкість діє як потужний захисний фактор. Згідно з П. Бартоне та співавторами, особи з високим рівнем життєстійкості схильні сприймати нові чи дестабілізуючі події як невід'ємну частину життя, яку можна контролювати та долати. Стикнувшись із труднощами, такі індивіди обирають проактивні стратегії копінгу, спрямовані на вирішення проблеми. Водночас, особи з низькою життєстійкістю частіше вдаються до уникаючих тактик — наприклад, заперечення або зловживання адиктивними речовинами [28, С. 239].

Дані, отримані А. Чунінг та його колегами, підкреслюють, що компонент життєстійкості, який унікальним чином включає зв'язок людини з метою життя, є важливим захисним елементом для підтримки суб'єктивного благополуччя та нейтралізації симптомів тривоги та депресії. Учасники дослідження з вищим рівнем життєстійкості демонстрували значно менш виражені симптоми депресії та тривожності, і, відповідно, повідомляли про краще суб'єктивне благополуччя [1, С. 12].

Аналіз Ц. Гапп та інших також підтвердив негативний зв'язок між співзалежністю та загальною задоволеністю життям. Цікавим висновком стало те, що негативні стратегії діадичного подолання, які виникають з боку партнера, корелюють із задоволеністю життям сильніше, ніж власні негативні копінг-стратегії індивіда. Це свідчить про те, що поведінка та рівень співпраці партнера є більш значущими для загальної задоволеності співзалежної особи, ніж її власна поведінка [40, С. 15693].

Проведений аналіз наявних наукових матеріалів дає змогу зробити висновок, що життєстійкість є критичним захисним механізмом, який протидіє формуванню

співзалежних патернів поведінки. Дослідження підтверджують, що високий рівень життєстійкості, особливо через компонент Включеності (зв'язку з метою життя), захищає від зростання тривоги та депресії, забезпечуючи суб'єктивне благополуччя та стимулюючи проактивні стратегії копіngu [28; 31]. Натомість, висока співзалежність корелює з реляційною тривожністю та неконструктивними механізмами подолання, а також з тенденцією до суб'єктивного збільшення стресових ситуацій та вибору проблемних партнерів [40]. Ключовим моментом є те, що задоволеність життям співзалежної особи значно сильніше залежить від поведінки партнера, аніж від власної, що вказує на зміщення центру контролю. Таким чином, зв'язок між низькою життєстійкістю та високою міжособистісною залежністю є негативним тому, що компоненти життєстійкості прямо протилежні основним рисам залежної особистості.

Як свідчать емпіричні дані, особистості з низькою самооцінкою, високою емоційною залежністю від інших та схильністю до міжособистісної співзалежності мають підвищену ймовірність реалізації віктимної поведінки [1]. Така особа зазвичай не здатна критично оцінити межі стосунків, не бере на себе відповідальність за події, що відбуваються, демонструє пасивність, нерішучість, підвищену тривожність, а іноді — й самоушкоджувальні або саморуйнівні патерни поведінки.

Емпіричні дослідження встановлюють чіткий зв'язок між високим рівнем тривожності та вираженістю міжособистісної співзалежності. За даними А. Лиманкіної, у жінок зі співзалежністю рівень тривоги значно вищий, ніж у суб'єктів без цих патернів. Ця фонові тривожність живиться кількома чинниками: відсутністю стабільності та безпеки, а також надмірним прийняттям відповідальності за життя іншої особи, що є типовим для співзалежних. Навіть у випадках, коли особа заперечує наявність проблем, постійне напруження створюється через спроби приховати дисфункцію сім'ї від зовнішнього світу або від самих себе [47].

Додатково підтверджуючи це, А. Гарвін та Г. Інден [38, С. 248] виявили, що вищий рівень тривожності протягом дня є надійним предиктором підвищеного

рівня співзалежності, що корелює зі зниженням здатності до автономного функціонування.

Специфіка функціонування співзалежних осіб, згідно з Ц. Гапп та співавторами [40, С. 15692], полягає в їхній підвищеній чутливості до негативного зворотного зв'язку та загальній схильності до переживання вразливості та тривоги. А. Лиманкіна [47, С. 137] також зазначає, що емоційний компонент співзалежності нерозривно пов'язаний із відчуттям страху та тривоги, яке виникає навіть у звичайних, не загрозливих ситуаціях. Це робить співзалежну особистість менш стійкою до фрустрації.

Як показали М. Орбон та колеги [52, С. 1391], такі характеристики нейротизму, як тривога, занепокоєність, смуток та гнів, перешкоджають ефективній здатності співзалежної особи до вирішення міжособистісних проблем. Таким чином, тривожність є не просто супутнім симптомом, а центральним елементом, який блокує конструктивне подолання та підтримує залежні патерни у стосунках.

Таким чином, тривожність є невід'ємним і центральним емоційним компонентом співзалежності, підтверджуючи їх прямиий позитивний зв'язок. Високий рівень тривоги, що походить від страху втрати контролю та нестабільності, знижує автономність особистості та блокує здатність до конструктивного вирішення проблем. Це створює постійний цикл, де тривога живить співзалежну поведінку, а сама співзалежність, через її дисфункціональність, постійно генерує нові джерела тривоги.

Висновки до Розділу I

Здійснивши ґрунтовний розбір наявної наукової літератури, можна дійти висновку, що емоційна (міжособистісна) залежність постає як багатогранне та заплутане явище у царині психології, що виявляється у стійкій потребі в іншій людині для підтримання внутрішньої стабільності, почуття безпеки та підтвердження самоповаги. У контексті партнерських стосунків цей феномен часто залишається непоміченим, що ускладнює його своєчасне усвідомлення та

подолання. Встановлено, що міжособистісна залежність має високу поширеність у сучасному суспільстві, проте більшість індивідів не усвідомлюють її деструктивного впливу на власний розвиток і якість життя.

Міжособистісна залежність розглядається як різновид психологічної залежності, який характеризується прагненням до надмірної емоційної прив'язаності, що порушує баланс у стосунках. Аналіз підходів свідчить, що в її основі лежить надмірна потреба в емоційній близькості, супроводжувана тривожністю, страхом бути покинутим, нав'язливими думками та підвищеним контролем. Теоретичний аналіз підтверджує, що в основі формування цієї залежності лежать критичні порушення раннього розвитку, зокрема незавершені процеси сепарації-індивідуалізації та формування ненадійної прив'язаності. Дефіцит емоційного контакту в дитинстві призводить до активізації деструктивних когнітивно-емоційних схем у дорослому віці (наприклад, схем покинення, недовіри та некомпетентності), які формують основу для пошуку компенсації через залежні емоційні зв'язки. Це свідчить про те, що міжособистісна залежність є наслідком глибинних особистісних травм і має високу поширеність серед населення.

Узагальнення емпіричних даних дозволяє окреслити специфічний психологічний профіль особистості, схильної до міжособистісної залежності, особливо серед дівчат. Цей профіль включає низку взаємопов'язаних рис, які суттєво впливають на формування та підтримання дисфункційних стосунків.

- Риси «Великої п'ятірки»: Особистість характеризується високим рівнем нейротизму (емоційна напруженість, тривога) та доброзичливості (поступливість, прагнення догодити), а також зниженими показниками екстраверсії та відкритості до нового досвіду. Ця конфігурація свідчить про внутрішню вразливість, схильність до підкорення та уникнення активної соціальної ініціативи.
- Самоповага виступає фундаментальним дефіцитом. Занижена самооцінка створює залежність від зовнішнього схвалення як єдиного джерела підтвердження власної цінності, що унеможлиблює встановлення здорових психологічних меж і сприяє віктимній поведінці.

- Перфекціонізм нерідко виконує роль деструктивного захисного механізму. Прагнення до ідеальності використовується як стратегія, щоб заслужити прийняття партнера або уникнути критики, при цьому самоспрямований перфекціонізм поглиблює внутрішній конфлікт і закріплює залежну позицію.
- Тривожність є центральним емоційним компонентом співзалежності. Високий рівень фонові тривожності, що живиться страхом втрати стосунків та контролю, блокує здатність до автономного функціонування та використання конструктивних копінг-стратегій.
- Самотність визначена як двобічний чинник — як предиктор, що посилює потребу в емоційному злитті, так і наслідок залежних стосунків. Глибоке переживання самотності, що корелює з ненадійною прив'язаністю, підтримує цикл пошуку зовнішньої опори.
- Життєстійкість виступає критичним захисним фактором. Низький рівень життєстійкості корелює з високою залежністю, оскільки індивіди схильні сприймати життєві події як неконтрольовані та вдаватися до уникаючих тактик подолання, що супроводжується зміщенням центру контролю на поведінку партнера.

Отже, з огляду на теоретичні розробки, можна констатувати, що індивідуально-психологічні риси дівчат, які перебувають у залежних партнерських стосунках, являють собою складний та взаємопов'язаний особистісний патерн. Цей патерн корениться у ранніх порушеннях прив'язаності та сепарації і характеризується комбінацією таких ключових рис: низька самоповага, що живить постійну потребу в зовнішньому схваленні, підвищений нейротизм та тривожність на тлі знижених екстраверсії та відкритості, а також дефіцит життєстійкості. Вказані особливості формують незрілі та субмісивні механізми регуляції поведінки, що безпосередньо призводить до закріплення деструктивних і залежних моделей у партнерських взаєминах.

РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДІВЧАТ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ В ЗАЛЕЖНИХ ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКАХ

2.1. Мета і завдання дослідження

На сьогоднішній день феномен міжособистісної залежності в партнерських стосунках залишається високо поширеним і становить значний ризик для психологічного благополуччя особистості, особливо серед жінок. Результати теоретичного аналізу підтвердили, що емоційна залежність тісно корелює з низкою специфічних рис та дефіцитів, таких як низька самоповага, підвищений нейротизм та тривожність та інші. Зважаючи на це, актуальність емпіричного дослідження полягає у необхідності перевірки теоретичних припущень та виявленні конкретних психологічних особливостей дівчат з різним рівнем залежності.

Об'єкт дослідження – психологічні особливості особистості.

Предмет дослідження – психологічні особливості особистості дівчат, які перебувають в залежних партнерських стосунках.

Мета дослідження – дослідити психологічні особливості дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності у партнерських стосунках. Дослідження спрямоване на виявлення емпіричних відмінностей між групами дівчат із високим та низьким рівнями міжособистісної залежності за низкою особистісних параметрів.

Завдання дослідження:

1. Дослідити особливості прояву особистісних чинників у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності у партнерських стосунках.
2. Дослідити особливості прояву самоповаги та життєстійкості у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності.
3. Виявити особливості прояву тривожності та суб'єктивного відчуття самотності у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності.
4. Виявити особливості прояву перфекціонізму у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності.

5. Встановити структуру особистісних предикторів міжособистісної залежності

2.2. Опис досліджуваної вибірки

З огляду на поставлені вище експериментальні завдання, а також з метою реалізації поставленої дослідницької цілі та валідації започаткованих припущень, було сформовано вибірку, що включає 70 дівчат юнацького віку (віковий діапазон 19–29 років [34]), які перебувають у романтичних партнерських стосунках понад 6 місяців. Критерії включення в дослідження передбачали участь лише жінок юнацького віку (19–29 років) [34], які на момент проведення дослідження перебували у романтичних стосунках тривалістю не менше шести місяців.

Для проведення порівняльного аналізу психологічних особливостей особистості, учасники дослідження були поділені на дві групи по 35 осіб за критерієм рівня міжособистісної залежності, виявленого за допомогою шкали співзалежності Д. Фішера:

- Перша група – дівчата, які перебувають у залежних партнерських стосунках (з високим рівнем міжособистісної залежності). Загальна кількість респондентів – 35 осіб.
- Друга група – дівчата, які перебувають у партнерських стосунках без ознак міжособистісної залежності (з низьким рівнем залежності). Загальна кількість респондентів – 35 осіб.

Таким чином, у цілому, кількість тих, хто брав участь у цьому емпіричному дослідженні, сягає сімдесяти осіб.

Критерії включення в дослідження передбачали участь лише жінок юнацького віку (19–29 років) [34], які на момент проведення дослідження перебували у романтичних стосунках тривалістю не менше шести місяців.

Опитування учасників дослідження проводилося у дистанційному форматі за допомогою Google-форми. У цій формі було розміщено текст шости опитувальників, що дозволило респондентам заповнити анкету у зручний для них час, забезпечуючи конфіденційність та анонімність даних.

Збір емпіричних даних для діагностики тривав з липня по жовтень поточного року. Кожного, хто брав участь, було проінформовано докладно щодо спрямованості цієї наукової роботи та про необхідність правдивого та неупередженого заповнення методик.

Емпірична частина дослідження була структурована на три основні етапи:

- На першому етапі було визначено цільову аудиторію, до якої увійшли дівчата юнацького віку, що перебувають у романтичних стосунках довше 6 місяців.
- Другий етап полягав у безпосередньому зборі емпіричних даних шляхом анонімного онлайн-тестування. У межах цього етапу було проведено діагностику рівня міжособистісної залежності та вимірювання особистісних характеристик: рис «Великої п'ятірки», самоповаги, життєстійкості, перфекціонізму, суб'єктивного відчуття самотності та тривожності.
- На третьому етапі здійснювалися опис, систематизація та інтерпретація отриманих результатів, а також застосування методів математичної статистики задля верифікації сформульованих припущень.

2.3. Опис методів і процедури дослідження даних

Для досягнення мети дослідження використовувалися такі методики:

Для формування вибірки дослідження була використана Методика Діагностики співзалежності Спанн-Фішер (SF-CDS) [36, С. 100; 24, С.90], розроблена дослідниками Дж. Л. Фішером та Л. Спанном у 1991 році, є одномірним психодіагностичним інструментом, призначеним для вимірювання міжособистісної співзалежності. Ця методика операціоналізує конструкт співзалежності як схильність особистості до екстернального локусу-контролю, пригнічення емоційної сфери та пошуку підкріплення власної значущості виключно через стосунки з іншою особою. Використання даної методики дозволяє кількісно оцінити ступінь вираженості цих дезадаптивних патернів у міжособистісній взаємодії.

Оригінальний опитувальник складається з 16 тверджень, оцінювання яких здійснюється за 6-бальною шкалою Лікерта, де крайні значення відповідають "повністю не згоден" (1 бал) та "повністю згоден" (6 балів). Методика ґрунтується на концепції співзалежності як дезадаптивного психосоціального стану, який виявляється у специфічній моделі поведінки, що характеризується трьома основними ознаками: надмірною зовнішньою орієнтацією (орієнтацією на зовнішні фактори та думки), блокуванням відкритого вираження емоцій та пошуком підтвердження власної цінності виключно через взаємини з іншими [36].

У цьому дослідженні застосовується модифікація методики, яку використовує В. Уркаєв у своїй дисертації [24, С. 287]. Відповідно до цієї модифікації, із загальної кількості запитань виключаються пункти №5 та №7. Сумарне значення обчислюється за рештою запитань, де бали присвоюються відповідно до номера обраної відповіді. Отримані сумарні значення співставляються з нормативними показниками, на які посилається В. Уркаєв у своєму дослідженні, зокрема для жіночої вибірки середнє нормативне значення (М) становить 45,25 бали при стандартному відхиленні (σ) 11,35 бали (згідно з даними, які використовує В. Уркаєв). Результати, що виходять за межі нормативного діапазону (який зазвичай визначається через середнє значення та стандартне відхилення), інтерпретуються як високий (більше норми) або низький (менше норми) рівень вираженості співзалежності. Отже, застосування цього методу дає змогу чисельно виміряти рівень вираженості міжособистісної залежності серед досліджуваних дівчат, що є обов'язковим етапом для формування релевантних порівняльних груп.

1. П'ятифакторний опитувальник особистості (відомий як NEO PI – від нейротизму, екстраверсія, відкритість – особистісний опитувальник) був розроблений американськими психологами Р. Маккрейєм та П. Костою (1983–1992 рр.) [32]. Для адекватного опису психологічного портрету особистості [10]. Ця методика ґрунтується на моделі «великої п'ятірки», згідно з якою п'яти незалежних факторів є достатньо для характеристики індивідуальних відмінностей.

П'ятифакторний опитувальник особистості складається з 75 парних (протилежних за значенням) суджень, які характеризують поведінку. Стимульний матеріал оцінюється за п'ятиступінчастою шкалою лікерта (від -2 до +2), що дозволяє виміряти ступінь вираження кожного з п'яти основних (вторинних) факторів: екстраверсія-інтроверсія, прив'язаність-усамітненість (добррозичливість), самоконтроль-імпульсивність (сумлінність), емоційна стійкість-нестійкість (нейротизм) та експресивність-практичність (відкритість досвіду).

Кожен основний фактор складається з п'яти первинних факторів (субшкал), кількісне вираження яких визначається шляхом сумування відповідних балів. Найменше число, яке може бути присуджене будь-якому ключовому чиннику, встановлено на позначці 15, тоді як найвище сягає 75 [10]. Умовне групування балів передбачає такі категорії: значні (від 51 до 75 балів), помірні (від 41 до 50 балів) та незначні (від 15 до 40 балів). Трамбування отриманих даних здійснюється через дослідження як першочергових, так і додаткових показників. Використання даної методики дозволяє нам комплексно оцінити рівень прояву ключових особистісних рис, зокрема нейротизму та доброзичливості, які, згідно з гіпотезою, є провідними у структурі особистості дівчат із міжособистісною залежністю.

2. Методика діагностики суб'єктивного відчуття самотності, більш відома як шкала UCLA Loneliness Scale [58], призначена для оцінки суб'єктивного переживання самотності [20, С. 170]. Ця методика зосереджує увагу на вимірюванні того, як часто людина відчуває себе відірваною від інших та невдоволеною поточними соціальними контактами. Вона охоплює багато граней відчуття самотності [20, С. 170]. Ключовим моментом у методиці є суб'єктивна оцінка індивідом наявності глибинного, емоційного контакту зі своїм соціальним колом.

Оцінка частоти відчуття самотності у респондентів проводиться за чотириступеневою шкалою: «часто», «іноді», «рідко» й «ніколи». Загальний індекс, який ілюструє ступінь самотності, обчислюється шляхом бального присвоєння: «часто» вартує 3 бали, «іноді» — 2, «рідко» — 1, а «ніколи» — 0. Усі отримані бали додаються.

Сукупний можливий бал за цією шкалою сягає 60. Класифікація загального показника відповідно до вираженості самотності така: якщо бал потрапляє у діапазон від 40 до 60, це свідчить про високий рівень самотності; від 20 до 40 балів — про середній рівень; а показник від 0 до 20 балів інтерпретується як низький рівень самотності.

Використання даної методики дозволяє кількісно оцінити рівень суб'єктивного відчуття самотності, який, згідно з теоретичним розділом, є критичним емоційним дефіцитом, що корелює з міжособистісною залежністю.

3. Шкала самооцінки Розенберга (RSES) є одним із найбільш відомих і валідних інструментів для оцінки загального ставлення особистості до себе. Вона відображає усталений погляд індивіда на власну персону, інтегруючи як розуміння себе (когнітивний аспект), так і емоційне забарвлення цього сприйняття (схвалення чи несхвалення себе). У цьому дослідженні використовується адаптована українська версія О. Вельдбрехт, Н. Зінченко та Н. Тавровецької [3], яка підтвердила свою надійність і валідність для використання у дорослих і підліткових вибірках.

Методика складається з 10 тверджень, які вимірюють загальне ставлення людини до себе. Відповіді на твердження оцінюються за чотиріступінчастою шкалою (наприклад, від "Повністю погоджуюсь" до "Повністю не погоджуюсь"). Твердження поділені на: позитивно сформульовані (п. 1, 2, 4, 6, 7), де при підрахунку бали присвоюються від 4 до 1 та негативно сформульовані (п. 3, 5, 8, 9, 10), які є оберненими (реверсними) і при підрахунку бали присвоюються від 1 до 4.

Хоча результати конфірматорного факторного аналізу дозволяють виділяти дві складові (позитивну — самоповага та негативну — самозневагу), для розрахунку загального показника використовується глобальна самооцінка. Оскільки емпіричний розподіл часто не відповідає критеріям нормальності, для інтерпретації результатів дорослої вибірки рекомендується використовувати процентилі або квантили.

Умовно бальні оцінки інтерпретуються наступним чином:

- Низький рівень: відповідає процентилям нижче 40.

- Середній рівень: відповідає процентилям у діапазоні 40–60.
- Високий рівень: відповідає процентилям вище 60.

Використання даної методики дозволяє кількісно оцінити ключовий фактор, який, згідно з теоретичним аналізом, тісно пов'язаний із формуванням міжособистісної залежності — рівень глобальної самооцінки та самоповаги дівчат.

4. Багатофакторний вимірник перфекціонізму (FMPS) був створений у 1990 році колективом науковців із Великої Британії: його авторами є Р. Фрост, П. Мартенс, К. Лахарті Р. Роземблер [9, С. 14; 37]. На думку Р. Фроста, сутність перфекціонізму полягає у поєднанні надмірно завищених особистих вимог із тенденцією до надмірно суворих суджень стосовно власних вчинків. Такий стан зазвичай супроводжується посиленням тривожності, спричиненої боязню припуститися хиби та сумнівами у власних думках і вчинках [37].

Опитувальник складається з 35 тверджень і збудований на шестискладовій моделі перфекціонізму. Ці компоненти є відповідними шкалами опитувальника. Вони включають: занепокоєність помилками (негативна реакція на помилки), особисті стандарти (схильність висувати надмірно високі стандарти), батьківські очікування (сприйняття високих стандартів від батьків), батьківська критика (сприйняття надмірної критики від батьків), сумніви у власних діях (перманентні сумніви щодо якості виконання діяльності) та організованість (важливість порядку й організованості).

Нарахування балів відбувається для кожної із шести шкал шляхом додавання балів за відповідними твердженнями. Крім того, підраховується загальний показник перфекціонізму, що є сумою показників за всіма шкалами, крім шкали «Організованість». Використання даної методики дозволяє нам встановити кореляційні зв'язки між окремими компонентами перфекціонізму (зокрема, дезадаптивними шкалами) та рівнем міжособистісної залежності у досліджуваній вибірці дівчат.

5. Методика «Тест життестійкості» є оригінальним опитувальником, розробленим американським психологом С. Мадді та його колегами (зокрема, С. Кобейса) у 1979–1982 роках. [42; 43; 44; 48]. Життестійкість характеризує міру

здатності індивіда витримувати стресову ситуацію, зберігаючи внутрішню збалансованість і високу успішність діяльності.

Концепція життєстійкості С. Мадді існує на трьох рівнях і включає п'ять базових психологічних механізмів, які забезпечують психологічний "імунітет" до стресу [48]. Цей інструмент активно використовується в українських дослідженнях для оцінки ресурсів особистості [8; 25].

Тест життєстійкості являє собою стандартизований інструмент, що оцінює три основні компоненти життєстійкості:

- Залученість: Переконавання, що активна участь у житті приносить задоволення.
- Контроль : Віра у здатність впливати на результати власної діяльності та життєві події.
- Прийняття ризику : Сприйняття змін і труднощів як виклику та шансу для розвитку.

Методика містить 45 питань-тверджень, на котрі респонденти надають відповіді за чотирибальною шкалою. Для підрахунку загального балу життєстійкості та балів за трьома субшкалами використовується система прямого та зворотного кодування, де відповідям присвоюються бали від 0 до 3.

Загальний бал життєстійкості та показники за субшкалами оцінюються шляхом зіставлення з таблицею середніх показників і стандартних відхилень [25]. Високий ступінь життєстійкості вказує на спроможність та готовність особистості активно й гнучко долати напруження, формуючи своєрідний «захист» від складних переживань. Нижчий ступінь, навпаки, засвідчує чутливість до стресу та нахил до оминання складнощів. Застосування цієї методики дає змогу нам виміряти основний запобіжний (ресурсний) чинник, який, відповідно до припущення, мусить бути помітно зменшений у дівчат із міжособистісною залежністю.

6. Шкала оцінки ступеня реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності (STAI), створена американським психологом Чарльзом Спілбергером у 1970 році, є таким опитувальником загального спрямування, який дозволяє одночасно визначити ступінь тривожності, що проявляється як тимчасовий стан

(залежний від обставин) та як стійка характеристика індивідуальності людини (як рис особистості) [12].

Методика Спілбергера має дві незалежні шкали:

- Шкала реактивної (ситуативної) тривожності: Оцінює стан тривоги, який людина відчуває тут і зараз, у конкретний момент часу.
- Шкала особистісної тривожності: Оцінює тривожність як особистісну рису, що відображає стійку схильність індивіда до переживання тривоги.

Опитувальник складається з 40 питань, які поділені навпіл: 20 питань для визначення ситуативної тривожності та 20 питань для визначення особистісної тривожності. На кожне питання пропонується обрати один із чотирьох варіантів відповідей, які оцінюються від 1 до 4 балів.

Обчислення балів за опитувальником STAI відбувається окремо для кожної шкали, що дозволяє отримати два незалежні показники, які мають різне психологічне значення. Щодо шкали особистісної тривожності (OT), формула розрахунку містить суму оцінок за прямими пунктами мінус сума балів за зворотними пунктами, плюс константа 35. Для шкали реактивної (ситуативної) тривожності (PT) обчислення відбувається аналогічно, але плюс константа 50. Отримані результати за кожною шкалою дають можливість класифікувати рівень тривожності: низький (менше 30 балів), середній (від 30 до 45 балів) та високий (більше 45 балів) [22; 12].

Методика є інформативним способом самооцінки і дозволяє виявити підвищену емоційну напруженість, яка, згідно з гіпотезою, є центральним компонентом у структурі психологічних особливостей дівчат, які перебувають у залежних партнерських стосунках.

Для забезпечення надійності та валідності результатів дослідження, присвяченого психологічним особливостям дівчат із різним рівнем міжособистісної залежності, використовувалися методи аналізу даних методом статистики, що відповідають непараметричному характеру більшості психологічних шкал та завданню порівняння двох незалежних груп.

Описова статистика була використана для первинного аналізу вибірки та оцінки основних особистісних показників за всіма методиками (Hardiness Survey, RSES, STAI, FMPS тощо). За допомогою описової статистики визначалися середні значення (M), стандартні відхилення (σ), найменші й найбільші зафіксовані значення, а також мода та медіана. Це забезпечило загальний огляд розподілу досліджуваних рис (нейротизм, самоповага, життєстійкість, тривожність та інші) та надало підґрунтя для вибору методів порівняльного аналізу.

U-критерій Манна-Уїтні був застосований аби розкрити суттєві розбіжності у статистичному сенсі поміж двома незалежними групами (дівчата з високим рівнем залежності та дівчата з низьким рівнем залежності). Цей непараметричний метод є найбільш доречним у випадку, коли дані не відповідають критеріям нормального розподілу або мають порядковий характер. Використання критерію Манна-Уїтні обґрунтоване потребою перевірити Гіпотези 1 та 2 та виявити, чи існують суттєві відмінності між групами за рівнями самоповаги, життєстійкості, тривожності, самотності, перфекціонізму, та рис «Великої п'ятірки».

Множинний регресійний аналіз буде застосований для виявлення найбільш значущих предикторів (прогностичних чинників) серед досліджуваних особистісних рис, що впливають на рівень міжособистісної залежності. Цей метод дозволить визначити, які саме змінні роблять найбільший незалежний внесок у пояснення дисперсії залежної поведінки. Таким чином, регресійний аналіз забезпечить глибше розуміння структури залежності та дозволить підтвердити або спростувати припущення Гіпотези 3 щодо унікального внеску самооцінки та нейротизму у прогнозування залежності.

Висновки до розділу II

1. Системний підхід до визначення мети та завдань дослідження.

Чітке визначення об'єкта та предмета дослідження дозволило сформулювати системний підхід до емпіричного аналізу міжособистісної залежності. Мета, яка насамперед стосується вивчення специфічних рис психіки дівчат з різним рівнем залежності, деталізована у п'яти емпіричних завданнях. Це забезпечує комплексний

аналіз взаємозв'язків між залежністю та ключовими особистісними конструктами, а також дозволяє перевірити дві основні гіпотези щодо комплексного дезадаптивного патерну у дівчат із високим рівнем залежності.

2. Обґрунтування вибірки та процедури дослідження.

Для реалізації дослідницького задуму сформовано вибірку з 70 дівчат юнацького віку (19–29 років), що перебувають у романтичних стосунках понад 6 місяців. Вибірка була розділена на дві рівні порівняльні групи за допомогою Методики Діагностики співзалежності Спенн-Фішер, яка використовувалася як методика-фільтр. Такий підхід забезпечує високу диференціацію досліджуваних груп. Проведення збору даних у дистанційному форматі протягом липня-жовтня поточного року гарантує конфіденційність, а чітка триетапна структура дослідження — від скринінгу до статистичної обробки — забезпечує надійність та об'єктивність отриманих емпіричних даних.

3. Комплексний методичний інструментарій та адекватність статистичних методів.

Методичний інструментарій, що включає шість стандартизованих і валідних методик (П'ятифакторний опитувальник особистості, Шкала самооцінки Розенберга, Діагностика суб'єктивного відчуття самотності, Багатовимірна шкала перфекціонізму Фроста, Тест життєстійкості, Шкала тривожності Спілбергера), забезпечує комплексний підхід до вивчення як ресурсних (самоповага, життєстійкість), так і дефіцитарних (нейротизм, тривожність, самотність, перфекціонізм) аспектів особистості. Використання статистичних методів обробки даних, таких як U-критерій Манна-Уїтні, Кореляційний аналіз Спірмена та Множинний регресійний аналіз, є адекватним непараметричному характеру даних та завданням дослідження. Це дозволяє не лише виявити значущі відмінності між групами та встановити взаємозв'язки, але й виокремити найбільш значущі предиктори, що роблять незалежний внесок у формування залежної поведінки, тим самим підтверджуючи або спростовуючи комплексні гіпотези.

РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ ДІВЧАТ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ В ЗАЛЕЖНИХ ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКАХ

3.1. Дослідження особливостей прояву особистісних чинників у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності у партнерських стосунках.

Під час аналізу емпіричних даних, отриманих за П'ятифакторним опитувальником особистості (NEO PI), насамперед була проведена оцінка описової статистики. Це необхідно для визначення середнього рівня виразності кожного з п'яти основних особистісних чинників у досліджуваних групах. Узагальнені показники, які слугують базою для подальшого порівняльного аналізу, представлені у Таблиці 3.1. «Середні показники особистісних чинників досліджуваних».

Пріоритет надано детальному розгляду окремих ключових чинників, аніж їх сукупних оцінок, оскільки саме такий метод гарантує глибше розуміння психологічних рис дівчат, схильних до залежної поведінки. Виявлення середніх значень за основними шкалами дозволяє окреслити психологічний портрет групи високої залежності, що є необхідним етапом для перевірки висунутих гіпотез.

Нейротизм демонструє найбільшу числову різницю між групами. Дівчата з високим рівнем залежності демонструють найвищий середній показник ($M=58,343$; $\sigma=5,646$), що знаходиться у верхньому діапазоні шкали (високий рівень). На противагу, група низької залежності має показник, що ближчий до середнього та відповідає Емоційній стійкості ($M=48,514$; $\sigma=10,728$).

Високі значення Нейротизму свідчать про те, що залежні дівчата є емоційно нестійкими, схильні до тривожності, імпульсивних потягів та відчуття безпорадності у складних життєвих ситуаціях [10]. Ця виражена емоційна нестійкість є провідною особливістю, яка зумовлює пошук зовнішньої опори у партнерських стосунках.

Аналіз стандартного відхилення (σ) демонструє помітну тенденцію до більшої мінливості показників у групі низької залежності порівняно з групою

високої залежності за деякими ключовими шкалами, зокрема нейротизмом ($\sigma=10,728$ проти $\sigma=5,646$) та співпрацею ($\sigma=9,868$ проти $\sigma=3,299$). Вища мінливість у групі низької залежності свідчить про гетерогенність (різноманітність) цієї групи. Нижча мінливість (σ) у групі високої залежності вказує на гомогенність (однорідність) цього профілю. Це означає, що більшість дівчат із високою залежністю переживають цей стан схожим чином, демонструючи високий та однорідний рівень емоційної нестійкості та потреби у прив'язаності.

Таблиця 3.1

Середні показники особистісних чинників досліджуваних

Шкала	Вся вибірка (N=70)		Дівчата з високим рівнем залежності (N=35)		Дівчата з низьким рівнем залежності (N=35)	
	Середнє	Ст. відх	Середнє	Ст. відх	Середнє	Ст. відх
Екстраверсія (Екстраверсія-інтроверсія)	54,843	5,865	57,543	6,209	52,143	4,030
Співпраця (Прив'язаність-усамітненість)	55,786	7,636	58,000	3,299	53,571	9,868
Добросовісність (Самоконтроль-імпульсивність)	56,029	5,954	54,486	5,883	57,571	5,695
Нейротизм (Емоційна стійкість-емоційна нестійкість)	53,429	9,845	58,343	5,646	48,514	10,728
Відкритість досвіду (Експресивність-практичність)	57,186	4,676	56,029	5,377	58,343	3,564

Щодо фактора самоконтроль — імпульсивність (сумлінність), дівчата з низьким рівнем залежності демонструють вищий середній показник ($M=57,571$; $\sigma=5,695$), ніж дівчата з високим рівнем залежності ($M=54,486$; $\sigma=5,883$). Оскільки високі бали корелюють з сумлінністю, відповідальністю та точністю [10], ця

різниця свідчить, що залежні дівчата більшою мірою схильні до Імпульсивності та легковажності, шукаючи "легкого життя", що призводить до недоброровісного ставлення до власних обов'язків.

За показником прив'язаність — усамітненість (добррозичливість), дівчата з високим рівнем залежності мають вищий середній показник ($M=58,000$; $\sigma=3,299$), ніж дівчата з низьким рівнем залежності ($M=53,571$; $\sigma=9,868$). Зважаючи на те, що високі показники свідчать про прихильне ставлення до людей та потребу бути поруч з ними [10], вищий показник у залежній групі підтверджує їхню підвищену потребу у близькості та схильність до уникнення розбіжностей та конкуренції заради збереження стосунків.

Стосовно екстраверсії, дівчата з високим рівнем залежності мають вищий середній показник ($M=57,543$; $\sigma=6,209$), ніж дівчата з низьким рівнем залежності ($M=52,143$; $\sigma=4,030$). Обидві групи схильні до екстраверсії (товариськість, прагнення до колективних заходів). Вищий показник у залежній групі може бути пов'язаний з їхньою потребою у спілкуванні для отримання заохочення та розваг [10], що є зовнішнім способом регуляції емоцій.

За фактором відкритість досвіду, групи демонструють мінімальні відмінності. Обидві групи мають високі показники, що відповідають експресивності (цікавість, артистичність). Низька залежність ($M=58,343$; $\sigma=3,564$) лише злегка перевищує високу ($M=56,029$; $\sigma=5,377$), що свідчить про те, що ця риса не є ключовою у формуванні міжособистісної залежності.

За результатами Таблиці 3.1. «Середні показники особистісних чинників досліджуваних», ключові відмінності між групами зосереджені у факторах, які відповідають емоційно-вольовій сфері. Це комплексно підтверджує, що психологічні особливості дівчат із високою залежністю формують дезадаптивний патерн, що характеризується: по-перше, найвищим рівнем емоційної нестійкості (нейротизму), що вказує на хронічну тривогу; по-друге, зниженим рівнем самоконтролю (сумлінності), що проявляється як імпульсивність; та по-третє, вищим рівнем прив'язаності (добррозичливості) та екстраверсії, що свідчить про підвищену потребу у близькості та зовнішньому схваленні. Фактор відкритість

досвіду не демонструє значних розбіжностей, що підкреслює, що залежність визначається внутрішніми регуляторними дефіцитами, а не креативністю чи соціальною замкнутістю.

Щоб глибше зануритись у вивчення набутих числових даних і дослідити специфіку психологічних аспектів у дівчат, що відрізняються ступенем залежності у взаєминах із партнерами, ми здійснили порівняльний розгляд цих показників. З цією метою було застосовано непараметричний метод — U-критерій Манна-Уїтні — оскільки ми маємо справу з ранговими шкалами. Результати цього аналізу окреслені у Таблиці 3.2. «Результати порівняльного аналізу особистісних факторів у дівчат із високим та низьким рівнем міжособистісної залежності».

Аналіз даних, наведених у Таблиці 3.2. «Результати порівняльного аналізу особистісних факторів у дівчат із високим та низьким рівнем міжособистісної залежності» показує, що статистично значущі відмінності ($p < 0,05$) спостерігаються за чотирма з п'яти факторів П'ятифакторного опитувальника особистості. Значущі відмінності виявлені за параметрами: Суттєві розбіжності зафіксовано стосовно таких ознак: невротизм (коливання від емоційної стабільності до нестабільності), сумлінність (баланс між самодисципліною та схильністю до імпульсивних дій), екстраверсія (прояв зовнішньої спрямованості проти інтроверсії) та відкритість досвіду (експресивність — практичність). Водночас, за фактором співпраця (прив'язаність — усамітненість) статистично значущих відмінностей не виявлено ($p = 0,148$). Кожна зі значущих шкал відображає важливі аспекти особистісної регуляції, що дозволяє глибше зрозуміти специфіку психологічного профілю дівчат, схильних до залежних стосунків, та визначити, які відмінності впливають на формування дезадаптивного патерну. Перейдемо до детального розгляду кожного з цих показників, щоб визначити, які специфічні відмінності впливають на загальний залежний патерн.

Екстраверсія, як показник, що відображає здатність особистості до соціальної активності та товаришкості, значущо вища у дівчат із високим рівнем залежності (середній ранг = 44,54), ніж у групі низької залежності (середній ранг = 26,46). Це підтверджується високою статистичною значущістю ($U = 296,000$; $Z = -3,756$;

$P < 0,001$). Згідно з теоретичними положеннями, високі значення Екстраверсії визначають товариську, прагнення до колективних заходів та потребу у спілкуванні, але також можуть супроводжуватися імпульсивністю та ослабленим контролем над почуттями і вчинками [10]. Очевидно, що вищий середній ранг у групі залежних пояснюється тим, що ці дівчата демонструють підвищену потребу в зовнішній стимуляції. Це сприяє їхній активності у спілкуванні, але часто є компенсаторним механізмом, коли зовнішня взаємодія використовується для отримання заохочення та емоційної регуляції, замість опори на внутрішню стійкість. Натомість, нижчий середній ранг у групі низької залежності (що ближче до інтроверсії/помірної екстраверсії) може бути обумовлений більшою опорою на власні сили і бажання, а не на погляди інших людей. Такі особи надають перевагу зваженим вчинкам та суворо контролюють свої почуття [10]. Тому незалежним дівчатам не потрібен високий рівень зовнішньої стимуляції, що сприяє психологічній автономії.

Ми бачимо, що добросовісність (самоконтроль — імпульсивність), як особливість особистості, що відображає вольову регуляцію поведінки та відповідальність [10], є статистично значущою ($U=390,000$; $Z=-2,655$; $P=0,008$). Самоконтроль значущо вищий у дівчат із низьким рівнем залежності (середній ранг = 41,86), ніж у групі високої залежності (середній ранг = 29,14). Підвищений рівень добросовісності у дівчат із низькою залежністю може бути обумовлений тим, що вони демонструють такі риси, як сумлінність, наполегливість у діяльності та охайність в справах. Вони дотримуються загальноприйнятих норм і у них доволі міцний внутрішній контроль, який дозволяє їм ефективно керувати своєю поведінкою та досягати високих результатів [10]. Дівчата з високим рівнем залежності, у свою чергу, демонструють нижчі показники самоконтролю, що свідчить про їхню схильність до імпульсивності. Така людина рідко проявляє вольові якості, шукає "легкого життя", недобросовісно ставиться до обов'язків і схильна до необдуманих вчинків [10]. Відсутність внутрішнього контролю та завбачливості сприяє зростанню залежної поведінки, оскільки вони делегують

партнеру функцію планування, організації та відповідальності, підтверджуючи, що дефіцит вольової сфери є ключовим чинником формування залежного профілю.

Таблиця 3.2

Результати порівняльного аналізу особистісних факторів у дівчат із високим та низьким рівнем міжособистісної залежності

Шкала	Група	Середній ранг	Сума рангів	U Манна-Уїтні	W Вілкоксона	Z	p (2-ст)
Екстраверсія	Висока залежність	44,54	1559,0	296,0**	926,0	-3,756	<,001**
	Низька залежність	26,46	926,0				
Співпраця	Висока залежність	38,97	1364,0	491,0	1121,0	-1,446	0,148
	Низька залежність	32,03	1121,0				
Добросовісність	Висока залежність	29,14	1020,0	390,0**	1020,0	-2,655	0,008**
	Низька залежність	41,86	1465,0				
Нейротизм	Висока залежність	42,43	1485,0	370,0**	1000,0	-2,881	0,004**
	Низька залежність	28,57	1000,0				
Відкритість досвіду	Висока залежність	30,51	1068,0	438,0*	1068,0	-2,077	0,038*
	Низька залежність	40,49	1417,0				

Примітка: Екстраверсія (екстраверсія-інтроверсія), Співпраця (прив'язаність-усамітненість), Добросовісність (самоконтроль-імпульсивність), Нейротизм (емоційна стійкість - нестійкість), Відкритість досвіду (експресивність-практичність). * - значущість відмінності при $p \leq 0,05$, ** - значущість відмінності при $p \leq 0,01$.

Нейротизм є статистично значущим показником ($U=855,000$; $Z=-2,881$; $P=0,004$), що відображає суттєву різницю між групами за емоційною сферою особистісних особливостей. Емоційна нестійкість значущо вища у дівчат із високим рівнем залежності (середній ранг = 42,43) порівняно з групою низької залежності (середній ранг = 28,57). Це свідчить про те, що дівчата із залежним

патерном є менш здатними контролювати свої емоції, схильні до імпульсивних потягів та відсутності почуття відповідальності [10]. Їм притаманне частіше відчуття безсилля, вони з неспокоєм очікують на недобрі події та доволі швидко здаються у відчай. Вищий показник нейротизму у цій групі може бути пов'язаний із заниженою самооцінкою та постійною потребою у зовнішньому підтвердженні цінності, що є необхідністю для подолання внутрішньої напруги. Натомість, нижчий середній ранг у групі низької залежності (емоційна стійкість) вказує на їхню здатність бути самодостатніми, упевненими у своїх силах та емоційно зрілими. Такі дівчата холоднокровні та спокійні навіть у найбільш несприятливих ситуаціях і краще пристосовані до життя [10]. Саме емоційна стійкість у цій групі є ресурсом, що знижує їхню вразливість і унеможливорює формування залежного профілю.

Показники відкритості досвіду є статистично значущими ($U=438,000$; $Z=-2,077$; $P=0,038$), що відображає суттєву різницю між групами. Експресивність (цікавість, сенситивність) значущо вища у дівчат із низьким рівнем залежності (середній ранг = 40,49), ніж у групі високої залежності (середній ранг = 30,51). Це може свідчити про те, що незалежні дівчата частіше характеризуються легким ставленням до життя, задовольняють свою цікавість і є емоційними та експресивними [10]. Це дозволяє їм бути гнучкими, приймати нові враження та легше адаптуватися до змін, що, ймовірно, сприяє психологічній автономії. Натомість, дівчата з високим рівнем залежності демонструють нижчі показники, що вказує на схильність до полюса практичності. Це може проявлятися у небажанні різких змін, орієнтації на логічний погляд та практичну вигоду [10]. Такий стан може сприяти зростанню ригідності та негнучкості, які в поєднанні з нейротизмом, ускладнюють здатність долати невизначеність і посилюють залежність від сталості партнерських стосунків.

В ході порівняльного аналізу психологічних особливостей дівчат із різним рівнем міжособистісної залежності, можна відмітити, що висока залежність формує чітко окреслений дезадаптивний профіль, що дозволяє їм інакше взаємодіяти у партнерських стосунках. Це проявляється у значно вищих показниках нейротизму

та екстраверсії при одночасно нижчих показниках добросовісності та відкритості досвіду.

Дівчата з низьким рівнем залежності, у свою чергу, демонструють більшу психологічну стійкість та автономність. Це проявляється у вищих показниках самоконтролю (добросовісність), емоційної стійкості (нижчий нейротизм) та експресивності (відкритість досвіду), що свідчить про їхню здатність до вольової регуляції та гнучкості. На нашу думку, цей ресурсний профіль забезпечує їм внутрішню опору і зменшує необхідність у зовнішній компенсації. Дівчата з високим рівнем залежності, навпаки, зіштовхуються із більшими складнощами у формуванні зрілих стосунків, що проявляється у хронічній тривозі (нейротизм) та дефіциті самоконтролю. Це може бути обумовлено тим, що внутрішня емоційна нестійкість та імпульсивність зумовлюють надмірну зовнішню активність та потребу у прив'язаності для отримання заохочення, що призводить до формування дисфункціонального та залежного патерну.

3.2. Дослідження особливостей прояву самоповаги та життєстійкості у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності.

За принципом, аналогічним наведеному у пункті 3.1, розглянемо результати дослідження самоповаги та життєстійкості, які є ключовими ресурсними показниками особистості. Показники описових статистик за даними параметрами, включаючи основні компоненти життєстійкості, наведено у Таблиці 3.3. «Середні показники самоповаги та життєстійкості досліджуваних».

Загальний показник самоповаги по всій вибірці становить 28,986 зі стандартним відхиленням 4,431. Однак, при поділі на групи виявлено суттєву відмінність: у дівчат із низьким рівнем залежності середній показник значно вищий (32,429), ніж у дівчат із високим рівнем залежності (25,543). Ця різниця свідчить про те, що психологічна незалежність тісно пов'язана із позитивною установкою людини стосовно себе, тоді як залежність корелює із глибоким дефіцитом самоповаги. Варто відзначити, що розкид значень (σ) у групі високої залежності (2,381) значно нижчий, ніж у групі

низької залежності (3,128), що вказує на однорідність низької самооцінки у залежному профілі.

Таблиця 3.3

Середні показники самоповаги та життєстійкості досліджуваних

Шкала	Вся вибірка (N=70)		Дівчата з високим рівнем залежності (N=35)		Дівчата з низьким рівнем залежності (N=35)	
	Середнє	Ст. відх	Середнє	Ст. відх	Середнє	Ст. відх
Самоповага	28.986	4.431	25.543	2.381	32.429	3.128
Життєстійкість	77.629	15.354	70.714	11.590	84.543	15.674
Залученість	33.486	6.852	32.000	7.038	34.971	6.419
Контроль	26.529	7.290	22.143	3.388	30.914	7.536
Прийняття Ризику	17.614	3.186	16.571	2.649	18.657	3.369

Стійкість до життєвих викликів – це комплексний показник, який виводиться шляхом додавання трьох ключових складових: рівня залученості, почуття контролю над обставинами та схильності до прийняття ризику. Хоча кінцевий фокус аналізу спрямований на загальний рівень життєстійкості, детальне вивчення кожного компонента є необхідним для глибинної інтерпретації природи залежного профілю. Це дозволяє встановити, який саме елемент внутрішньої опори є найбільш дефіцитарним — віра у власні сили (контроль), прагнення до активної участі (залученість) чи гнучкість перед змінами (прийняття ризику).

Життєстійкість, як сукупність установок, спрямованих на подолання стресу, також значно відрізняється між групами. Загальний показник по всій вибірці становить 77,629 ($\sigma=15,354$). У дівчат із низьким рівнем залежності цей показник значущо вищий (84,543), ніж у групі високої залежності (70,714). Це свідчить, що незалежні дівчата частіше демонструють психологічний "імунітет" до стресу, тоді як залежні мають значно нижчу здатність витримувати життєві труднощі.

Контроль (віра у здатність впливати на результати), що є ключовим показником внутрішньої опори, також вищий у дівчат із низьким рівнем залежності (30,914) порівняно з групою високої залежності (22,143). Розкид значень у групі

високої залежності ($\sigma=3,388$) є значно нижчим, ніж у групі низької залежності ($\sigma=7,536$). Це вказує на гомогенний дефіцит віри у власні сили та ефективність дій у залежному профілі, що підтверджує екстернальний локус контролю, який ми спостерігали у Нейротизмі. Залученість (активна участь у житті) є вищою у дівчат із низьким рівнем залежності (34,971), ніж у групі високої залежності (32,000). Хоча різниця менша, вона все ж с вказує на більшу перевагу активності серед незалежних дівчат. Прийняття ризику (сприйняття труднощів як виклику) також вищий у групі низької залежності (18,657), ніж у групі високої залежності (16,571). Це може свідчити, що залежні дівчата уникають нових вражень та змін, віддаючи перевагу сталості, навіть якщо вона дисфункціональна.

За результатами, позначеними у Таблиці 3.3. «Середні показники самоповаги та життєстійкості досліджуваних», ми можемо побачити, що результати дослідження демонструють значущі відмінності у параметрах внутрішнього ресурсу. Дівчата з низьким рівнем залежності демонструють вищі показники самоповаги, життєстійкості та її компонентів, що свідчить про сильнішу внутрішню опору та здатність до автономії. Дівчата з високим рівнем залежності, навпаки, характеризуються глибоким дефіцитом самоповаги та низьким контролем, що є ключовими чинниками, які знижують їхню здатність до незалежності та сприяють формуванню залежного патерну.

Для того, аби проаналізувати особливості психологічних ресурсів у дівчат із різним рівнем міжособистісної залежності, нами було використано непараметричний метод — U-критерій Манна-Уїтні — оскільки ми маємо справу з ранговими шкалами. Результати цього аналізу окреслені у Таблиці 3.4. «Результати порівняльного аналізу показників самоповаги та життєстійкості у дівчат із високим та низьким рівнем міжособистісної залежності». Зокрема, у таблиці 3.4 наведено показники порівняння рівнів самоповаги та життєстійкості серед дівчат з виразною чи, навпаки, мінімальною потребою у взаємозалежності з іншими.

Як видно з Таблиці 3.4. «Результати порівняльного аналізу показників самоповаги та життєстійкості у дівчат із високим та низьким рівнем міжособистісної залежності», значущі відмінності між групами виявлено за низкою

показників, які відповідають внутрішнім ресурсам: самоповага, життєстійкість (загальний показник), контроль та прийняття ризику. Статистично значущі розбіжності за цими шкалами підтверджено відповідними критеріями Манна-Уїтні ($p \leq 0,005$), а це означає, що відмінності у показниках рівнів самоповаги та життєстійкості між залежними та незалежними дівчатами дійсно існують.

Таблиця 3.4

Результати порівняльного аналізу показників самоповаги та життєстійкості у дівчат із високим та низьким рівнем міжособистісної залежності

Шкала	Група	Середній ранг	Сума рангів	U Манна-Уїтні	W Вілкоксона	Z	p (2-ст)
Самоповага	Висока залежність	19,03	666,0	36,0**	666,0	-6,915	<,001**
	Низька залежність	51,97	1819,0				
Життєстійкість	Висока залежність	27,77	972,0	342,0**	972,0	-3,202	0,001**
	Низька залежність	43,23	1513,0				
Залученість	Висока залежність	32,97	1154,0	524,0	1154,0	-1,049	0,294
	Низька залежність	38,03	1331,0				
Контроль	Висока залежність	24,06	842,0	212,0**	842,0	-4,758	<,001**
	Низька залежність	46,94	1643,0				
Прийняття Ризику	Висока залежність	28,11	984,0	354,0**	984,0	-3,100	0,002**
	Низька залежність	42,89	1501,0				

Примітка: * - значущість відмінності при $p \leq 0,05$, ** - значущість відмінності при $p \leq 0,01$.

Самоповага є статистично високо значущим показником ($U=36,000$; $Z=-6,915$; $p<0,001$). Цей дефіцит критично вищий у дівчат із значним ступенем залежності (середній ранг = 19,03) порівняно з групою низької залежності (середній ранг = 51,97). Це свідчить про те, що фундаментальний дефіцит самоцінності є

потужним чинником, який зумовлює психологічну вразливість та необхідність шукати зовнішнє підтвердження у партнерських стосунках.

Життестійкість є значущо вищою у дівчат із низьким рівнем залежності (середній ранг = 43,23), ніж у групі високої залежності (середній ранг = 27,77) ($U=342,000$; $Z=-3,202$; $p=0,001$). Це свідчить про те, що незалежні дівчата краще справляються зі стресом, зберігаючи внутрішню збалансованість. Низька життестійкість у залежній групі вказує на їхню психологічну вразливість та низьку міру здатності витримувати життєві труднощі без зовнішнього емоційного залучення.

Показник контролю, як компоненту життестійкості, є статистично значущо вищим у дівчат із низьким рівнем залежності (середній ранг = 46,94) порівняно з групою високої залежності (середній ранг = 24,06) ($U=212,000$; $Z=-4,758$; $p<0,001$). Це може бути обумовлено тим, що незалежні дівчата вірять у свою здатність впливати на результати власної діяльності та самостійно регулювати свою поведінку. Навпаки, низький контроль у залежній групі свідчить про екстернальний локус контролю, де відповідальність за події та власний добробут делегується партнеру, що посилює залежність.

За шкалою прийняття ризику (сприйняття змін як виклику) дівчата із низьким рівнем залежності також мають значущо вищі показники (середній ранг = 42,89), ніж дівчата з виразною потребою у взаємозалежності з іншими. (середній ранг = 28,11) ($U=354,000$; $Z=-3,100$; $p=0,002$). Цей результат свідчить про те, що незалежні дівчата демонструють більшу психологічну гнучкість і готовність долати труднощі, сприймаючи зміни як шанс для розвитку. Дівчата із високою залежністю, навпаки, схильні до уникнення ризику та змін, що обумовлено їхньою емоційною нестійкістю (нейротизм) і прагненням до сталості партнерських стосунків навіть при їхній дисфункціональності.

В ході порівняльного аналізу показників внутрішнього ресурсу отримані результати демонструють чіткі відмінності у рівнях самоповаги та життестійкості серед підгруп дівчат, класифікованих за ступенем їхньої потреби у зв'язках з іншими. Зокрема, ті молоді жінки, які характеризуються мінімальною

міжособистісною обтяженістю, демонструють сильнішу внутрішню опору та високий рівень життєстійкості. Це проявляється у вищих показниках самоповаги, а також у ключових компонентах життєстійкості, таких як контроль (віра у власні сили) та прийняття ризику (готовність до викликів). На нашу думку, цей ресурсний профіль свідчить про психологічну автономію та здатність ефективно протистояти стресу. Дівчата з високим рівнем залежності, навпаки, мають критичний дефіцит самоповаги та низьку життєстійкість, особливо за компонентом контролю. Це означає, що відсутність віри у власні сили та низька самооцінка є ключовими чинниками, які зумовлюють їхню психологічну вразливість. Цей дефіцит посилює екстернальний локус контролю та необхідність шукати емоційну та вольову компенсацію виключно у партнерських стосунках.

3.3. Дослідження особливостей прояву тривожності та суб'єктивного відчуття самотності у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності.

Для повноцінного аналізу даних розглянемо результати дослідження суб'єктивного відчуття самотності та тривожності у дівчат із різним рівнем міжособистісної залежності. Показники описових статистик за даними параметрами, які є ключовими емоційно-дефіцитарними характеристиками, наведено у Таблиці 3.5. «Середні показники суб'єктивного відчуття самотності та тривожності досліджуваних».

Як ми бачимо з Таблиці 3.5. «Середні показники суб'єктивного відчуття самотності та тривожності досліджуваних», рівні самотності та тривожності у досліджуваних групах демонструють чіткі та сильні розбіжності, що корелюють із рівнем залежності. Це свідчить про те, що емоційна нестабільність є провідним фактором у профілі дівчат, які перебувають в залежних партнерських стосунках.

Суб'єктивне відчуття самотності (СВС) по всій вибірці має середнє значення 20,729 ($\sigma=10,587$), що знаходиться на межі між низьким та середнім рівнем за шкалою. Дівчата з високим рівнем залежності демонструють значно вищий середній показник ($25,714\pm 10,274$), що відповідає середньому рівню самотності. Дівчата з низьким рівнем залежності мають показник нижчий ($15,743\pm 8,410$), що

свідчить про низький рівень самотності. Очевидно, що дівчата, які перебувають в залежних партнерських стосунках відчувають більшу емоційну ізоляцію та незадоволеність соціальними зв'язками порівняно з незалежною групою. Це може бути обумовлено тим, що, попри зовнішню активність (як було показано в аналізі екстраверсії), внутрішній дефіцит емоційної близькості є хронічним, і сама залежність не заповнює цю порожнечу, що сприяє посиленню відчуття самотності.

Таблиця 3.5

Середні показники суб'єктивного відчуття самотності та тривожності досліджуваних

Шкала	Вся вибірка (N=70)		Дівчата з високим рівнем залежності (N=35)		Дівчата з низьким рівнем залежності (N=35)	
	Середнє	Ст. відх	Середнє	Ст. відх	Середнє	Ст. відх
СВС	20.729	10.587	25.714	10.274	15.743	8.410
СТ	48.814	12.786	56.857	9.804	40.771	10.123
ОТ	49.143	10.143	55.886	6.773	42.400	8.325

Примітка до Таблиці 3.5.: СВС – суб'єктивне відчуття самотності, СТ – ситуативна тривожність, ОТ – особистісна тривожність.

Загальний показник особистісної тривожності (ОТ) у респондентів сягає $49,143 \pm 10,143$, що розташовується на межі між середнім та підвищеним ступенями виразності. Спостерігається, що дівчата, класифіковані як такі, що мають високий ступінь залежності, демонструють відчутно вище середнє значення – $55,886 \pm 6,773$. Це вказує на наявність у них підвищеного, закріпленого рівня тривожності як сталої рисової характеристики. На противагу цьому, у дівчат із низьким рівнем залежності зафіксовано середнє значення $42,400 \pm 8,325$, що відповідає середньому рівню тривожності. Ймовірно, високий рівень особистісної тривожності у групі залежних дівчат зумовлений їхньою емоційною лабільністю та схильністю до постійного інтерпретування різноманітних життєвих обставин як потенційно небезпечних. Подібна характеристика слугує стабільною основою для розвитку та закріплення залежної поведінкової моделі.

Ситуативна тривожність (СТ), яка відображає стан тут і зараз, демонструє схожий розподіл. Середнє значення для групи високої залежності значно вище ($56,857 \pm 9,804$), ніж для групи низької залежності ($40,771 \pm 10,123$). Це свідчить про те, що залежні дівчата не лише мають стійку схильність до тривоги (ОТ), але й гостріше реагують на актуальні події та стресори. Вищий рівень СТ може бути наслідком їхньої емоційної та психологічної перевантаженості. У той же час, нижчий рівень СТ у незалежній групі свідчить про їхню кращу емоційну регуляцію та здатність зберігати спокій у стресових умовах.

То ж, з метою відстеження того, чи є різниця у вираженості емоційно-дефіцитарних особистісних характеристик, зокрема суб'єктивного відчуття самотності та тривожності, ми здійснили порівняльний аналіз тих груп, що були об'єктами нашого дослідження із використанням U-критерію Манна-Уїтні. Зокрема, у Таблиці 3.6. «Результати порівняльного аналізу показників суб'єктивного відчуття самотності та тривожності у дівчат із високим та низьким рівнем міжособистісної залежності» наведено показники порівняння рівня суб'єктивного відчуття самотності та тривожності досліджуваних груп.

Як видно з Таблиці 3.6. «Результати порівняльного аналізу показників суб'єктивного відчуття самотності та тривожності у дівчат із високим та низьким рівнем міжособистісної залежності», усі три показники (суб'єктивне відчуття самотності, ситуативна та особистісна тривожність) демонструють високу статистичну значущість ($p < 0,001$). Це означає, що отримані відмінності між групами щодо рівня емоційних дефіцитів є достовірними та суттєво відрізняють профіль залежних та незалежних дівчат.

Показник суб'єктивного відчуття самотності (СВС) є значущо вищим у дівчат із високим рівнем залежності (середній ранг = 43,80), ніж у групі низької залежності (середній ранг = 27,20) ($U=322,000$; $Z=-3,445$; $P<0,001$). Цей результат свідчить про те, що висока залежність не заповнює емоційну порожнечу, а, навпаки, співіснує з високим рівнем відчуття ізоляції. Хоча залежні дівчата можуть бути екстравертами (Таблиця 3.2), їхня взаємодія з людьми не призводить до формування якісних

емоційних зв'язків, що спричиняє хронічну незадоволеність та посилює потребу у нездоровій прив'язаності.

Таблиця 3.6

Результати порівняльного аналізу показників суб'єктивного відчуття самотності та тривожності у дівчат із високим та низьким рівнем міжособистісної залежності

Шкала	Група	Середній ранг	Сума рангів	U Манна-Уїтні	W Вілкоксона	Z	P
СВС	Висока залежність	43,80	1533,0	322.0**	952,0	-3,445	<,001**
	Низька залежність	27,20	952,0				
СТ	Висока залежність	49,06	1717,0	138.0**	768,0	-5,627	<,001**
	Низька залежність	21,94	768,0				
ОТ	Висока залежність	49,31	1726,0	129.0**	759,0	-5,724	<,001**
	Низька залежність	21,69	759,0				

Примітка: СВС – суб'єктивне відчуття самотності, СТ – ситуативна тривожність, ОТ – особистісна тривожність. * - значущість відмінності при $p \leq 0,05$, ** - значущість відмінності при $p \leq 0,01$.

Показник особистісної тривожності (ОТ), як стійка характеристика особистості, є значущо вищим у дівчат із високим рівнем залежності (середній ранг = 49,31) порівняно з групою низької залежності (середній ранг = 21,69). Значення критерію Манна-Уїтні становить $U=129,000$, а рівень значущості ($p<0,001$) підтверджує високу достовірність. Цей високий середній ранг свідчить про те, що залежність тісно пов'язана з хронічною емоційною нестійкістю. Високий рівень ОТ у цій групі, ймовірно, обумовлений схильністю постійно сприймати зовнішні та внутрішні ситуації як загрозові, що підтверджує, що саме емоційна вразливість є рушійною силою для пошуку зовнішньої опори.

Ситуативна тривожність (СТ), що відображає гостру реакцію на стрес, також є значущо вищою у дівчат із високим рівнем залежності (середній ранг = 49,06),

ніж у групі низької залежності (середній ранг = 21,94) ($U=138,000$; $Z=-5,627$; $p<0,001$). Це вказує на те, що залежні дівчата не лише мають стійку схильність до тривоги (ОТ), але й гірше справляються з актуальними подіями. Гостра тривога призводить до швидкого накопичення напруги та пошуку негайної підтримки у партнера.

Результати дослідження однозначно підтверджують, що емоційно-дефіцитарні характеристики є центральними у формуванні залежного профілю. Дівчата з високим рівнем міжособистісної залежності мають значущо вищий рівень самотності та тривожності (ОТ та СТ) порівняно з незалежною групою. Це свідчить про необхідність розробки індивідуалізованих підходів до психологічної підтримки, орієнтованих на зниження хронічної тривоги та розвиток навичок внутрішньої емоційної регуляції як основи для подолання залежної поведінки.

Тому ми можемо сказати, що результати аналізу емоційно-дефіцитарних характеристик однозначно підтвердили присутність вагомих з точки зору статистики розбіжностей за всіма показниками: суб'єктивним відчуттям самотності, ситуативною та особистісною тривожністю ($p<0,001$). Дівчата з високим рівнем міжособистісної залежності мають значущо вищий рівень самотності та тривожності, що свідчить про те, що емоційна вразливість є ключовою особливістю цього профілю. Це, у свою чергу, вказує на необхідність розробки індивідуалізованих підходів до психологічної підтримки, які мають бути орієнтовані на зниження хронічної тривоги та розвиток навичок внутрішньої емоційної регуляції як основи для здобуття психологічної незалежності.

3.4. Дослідження особливостей прояву перфекціонізму у дівчат з різним рівнем міжособистісної залежності.

Для аналізу особливостей прояву перфекціонізму, який, згідно з гіпотезою, є захисним механізмом у залежних стосунках, були розглянуті середні показники загального перфекціонізму та його шести компонентів за Багатовимірною шкалою Фроста (FMPS). Отримані дані представлені у Таблиці 3.7. «Середні показники перфекціонізму досліджуваних».

Як видно з Таблиці 3.7. «Середні показники перфекціонізму досліджуваних», перфекціонізм (загальний показник) є значно вищим у дівчат із високим рівнем залежності ($M=91,49$; $\sigma=12,638$), порівняно з групою низької залежності ($M=80,89$; $\sigma=15,509$). Це свідчить про те, що перфекціонізм є характерною особливістю залежного профілю.

Аналіз компонентів перфекціонізму показав, що занепокоєність помилками є значущо вищою у дівчат із високим рівнем залежності ($M=28,94$; $\sigma=5,173$), ніж у групі низької залежності ($M=23,09$; $\sigma=7,126$). Це може вказувати на те, що залежні дівчата стикаються з більшою тривогою щодо власних прорахунків та використовують перфекціонізм як спосіб уникнути критики чи відторгнення з боку партнера. Ймовірно, це пов'язано з їхнім високим нейротизмом та емоційною нестійкістю, які були виявлені у попередніх підрозділах.

Таблиця 3.7

Середні показники перфекціонізму досліджуваних

Шкала	Вся вибірка (N=70)		Дівчата з високим рівнем залежності (N=35)		Дівчата з низьким рівнем залежності (N=35)	
	Середнє	Ст. відх	Середнє	Ст. відх	Середнє	Ст. відх
Занепокоєність помилками	26.01	6.849	28.94	5.173	23.09	7.126
Особистісні стандарти	25.93	3.544	27.69	2.998	24.17	3.185
Батьківські очікування	13.10	5.414	11.77	3.881	14.43	6.386
Батьківська критика	9.99	3.192	10.34	2.869	9.63	3.490
Сумніви у власних діях	11.16	3.233	12.74	2.105	9.57	3.407
Організованість	24.99	4.874	26.51	5.002	23.46	4.286
Перфекціонізм	86.19	15.024	91.49	12.638	80.89	15.509

У шкалі сумнівів у власних діях також спостерігається тенденція до вищого рівня непевності у дівчат із високим рівнем залежності ($M=12,74$) порівняно з групою низької залежності ($M=9,57$). Можна припустити, що залежні дівчата, через

свій дефіцит самоповаги та контролю, часто сприймають виконання навіть повсякденних завдань як джерело непевності.

Особистісні стандарти також є вищими у дівчат із високим рівнем залежності ($M=27,69$) порівняно з групою низької залежності ($M=24,17$). Це може свідчити про те, що високі вимоги до себе у залежних дівчат функціонують не як шлях до саморозвитку, а як недосяжний ідеал, дотримання якого, на їхню думку, забезпечить збереження стосунків.

Що стосується факторів, пов'язаних із соціальним оточенням, то результати показують, що дівчата з низьким рівнем залежності мають дещо вищий середній показник за шкалою батьківських очікувань ($M=14,43$) порівняно з групою високої залежності ($M=11,77$). Водночас, показник батьківської критики є вищим у групі високої залежності ($M=10,34$) порівняно з групою низької залежності ($M=9,63$). Це може бути пов'язано з тим, що критичне сприйняття батьківського впливу та, можливо, незадоволеність високими вимогами (нижчий показник батьківських очікувань у залежній групі) сприяли формуванню залежного патерну.

Показник організованості є вищим у дівчат із високим рівнем залежності ($M=26,51$) порівняно з групою низької залежності ($M=23,46$). Це може свідчити про те, що висока організованість у залежних осіб, ймовірно, є гіперконтролем та ригідністю, спрямованими на мінімізацію помилок.

Отримані нами результати демонструють, що перфекціонізм у дівчат із високим рівнем залежності має дезадаптивний характер. Це підтверджується вищими середніми значеннями за шкалами занепокоєність помилками та сумніви у власних діях. Цей патерн є наслідком хронічної тривоги та низької самоповаги і використовується як стратегія, щоб відповідати зовнішнім ідеалам та уникнути відторгнення.

Далі поглянемо на результати для аналізу відмінностей у рівні перфекціонізму між групами високої та низької залежності, де ми використовували U-критерій Манна-Уїтні. Результати порівняльного аналізу за цими показниками, включаючи шість субшкал FMPS, наведено в Таблиці 3.8. «Результати

порівняльного аналізу показників перфекціонізму у дівчат із високим та низьким рівнем міжособистісної залежності».

Таблиця 3.8

Результати порівняльного аналізу показників перфекціонізму у дівчат із високим та низьким рівнем міжособистісної залежності

Шкала	Група	Середній ранг	Сума рангів	U Манна-Уїтні	W Вілкоксона	Z	P
Занепокоєність помилками	Висока залежність	43,69	1529,0	326,0**	956,000	-3,408	<,001**
	Низька залежність	27,31	956,0				
Особистісні стандарти	Висока залежність	45,89	1606,0	249,0**	879,000	-4,350	<,001**
	Низька залежність	25,11	879,0				
Батьківські очікування	Висока залежність	31,63	1107,0	477,0	1107,000	-1,612	0,107
	Низька залежність	39,37	1378,0				
Батьківська критика	Висока залежність	35,14	1230,0	600,0	1230,000	-0,149	0,881
	Низька залежність	35,86	1255,0				
Сумніви у власних діях	Висока залежність	44,74	1566,0	289,0**	919,000	-3,863	<,001**
	Низька залежність	26,26	919,0				
Організованість	Висока залежність	44,23	1548,0	307,0**	937,000	-3,684	<,001**
	Низька залежність	26,77	937,0				
Перфекціонізм	Висока залежність	45,40	1589,0	266,0**	896,000	-4,100	<,001**
	Низька залежність	25,60	896,0				

Примітка: * - значущість відмінності при $p \leq 0,05$, ** - значущість відмінності при $p \leq 0,01$.

Аналіз субшкал Багатовимірної шкали перфекціонізму Фроста (FMPS) дозволив диференціювати, які саме компоненти цієї риси є рушійними у залежній

поведінці. Перфекціонізм (загальний показник) показав суттєві відмінності ($U=266,000$; $p<0,001$), підтверджуючи, що він є характерною особливістю залежного профілю. Дівчата з високим рівнем залежності мають значно вищий середній ранг (45,40), ніж дівчата з низьким рівнем залежності (25,60).

Аналіз продемонстрував суттєві відмінності ($U=249,000$; $Z=-4,350$; $p<0,001$) за шкалою особистісних стандартів - особистісні стандарти значно вищі у групі високої залежності (середній ранг = 45,89) порівняно з незалежною групою (середній ранг = 25,11). Це свідчить про те, що залежні дівчата встановлюють для себе непомірно високі вимоги, які, однак, стають джерелом тривоги, а не досягнень.

Стосовно шкали організованість ($U=307,000$; $Z=-3,684$; $p<0,001$), то ми бачимо, що результати свідчать, що цей показник також вищий у групі високої залежності (середній ранг = 44,23) порівняно з низькою залежністю (середній ранг = 26,77). Цей високий середній ранг може вказувати на гіперконтроль та ригідність, спрямовані на запобігання помилкам, а не на гнучке керування життям, що корелює з їхнім низьким самоконтролем.

Батьківські очікування виявилися статистично незначущими ($U=477,000$; $p=0,107$). Це означає, що сприйняття високих вимог батьків не є головним чинником, що диференціює групи. Батьківська критика також виявилася статистично незначущою ($U=600,000$; $p=0,881$). Це свідчить про те, що, хоча залежні дівчата можуть відчувати критику, ця риса не є статистично значущою відмінністю між двома групами.

Отже, можна сказати, що проведений нами аналіз свідчить про те, що перфекціонізм у дівчат із високим рівнем залежності має виражений дезадаптивний, невротичний характер. Це підтверджується тим, що найбільш значущі відмінності зосереджені у занепокоєності помилками та сумнівах у власних діях. Цей патерн, що виражається у високих, але нездорових стандартах, функціонує як стратегія компенсації їхньої хронічної тривоги та низької самоповаги, що є частиною загального дезадаптивного профілю.

3.5. Структура взаємозв'язків особистісних чинників та прогностична модель міжособистісної залежності

Після того, як було здійснено зіставне дослідження характеру вияву особистісних чинників, внутрішніх ресурсів (самоповаги, життєстійкості) та емоційно-дефіцитарних характеристик (тривожність, самотність, перфекціонізм) у дівчат із різним рівнем міжособистісної залежності, було здійснено синтез емпіричних висновків за допомогою Множинного регресійного аналізу. Цей аналіз дозволив визначити прогностичну структуру впливу особистісних рис, включених у модель, на рівень міжособистісної залежності.

Аналіз показав, що модель є високо значущою і має потужну прогностичну силу. Коефіцієнт детермінації (R^2) становить 0,823, що означає, що 82,3% дисперсії рівня міжособистісної залежності пояснюється сукупністю включених у модель особистісних факторів. Скоригований R^2 становить 0,790, що підтверджує високу прогностичну якість моделі на генеральній сукупності. Модель у цілому є статистично значущою ($F(11,58)=24,565; p<0,001$), що дозволяє перейти до аналізу індивідуальних коефіцієнтів та визначити, які саме фактори є унікальними предикторами.

Для визначення унікального незалежного внеску кожного фактора були розглянуті стандартизовані коефіцієнти β (Таблиця 3.9). На основі аналізу виділено основні чинники, які роблять унікальний, незалежний внесок у прогнозування рівня залежності. Нижче подано короткий опис кожного з цих факторів, а повні результати регресійного аналізу наведені у Таблиці 3.9. «Результати множинного регресійного аналізу предикторів міжособистісної залежності».

Ключовим прогностичним чинником у моделі є самооцінка, яка демонструє найбільший, унікальний стандартизований коефіцієнт ($\beta=-1,133; p<0,001$). Негативний зв'язок свідчить, що чим нижча самооцінка, тим вищий рівень міжособистісної залежності.

Важливо, що виявлена критична мультиколінеарність (VIF для самоповаги = 10,758) свідчить про те, що змінні самооцінка, життєстійкість та тривожність вимірюють спільний, фундаментальний конструкт — емоційну вразливість. Той

факт, що самооцінка зберегла найбільший, унікальний стандартизований коефіцієнт β у конкурентній моделі, доводить: серед усіх проявів вразливості, саме дефіцит самоцінності є кореневою причиною, яка породжує вторинні ефекти.

У прогностичну модель також увійшли фактори, що стосуються поведінкової та соціальної регуляції. Відкритість досвіду, як показник поведінкової ригідності, є значущим предиктором ($\beta=-0,208$; $p=0,009$). Негативний зв'язок вказує, що чим нижча відкритість (тобто, вища практичність та ригідність мислення), тим вищий рівень залежності. Це доводить, що схильність до залежності асоціюється з небажанням змін та негнучкістю, що є захистом від нестабільності.

Таблиця 3.9

Результати множинного регресійного аналізу предикторів міжособистісної залежності

Показник	B (Нестандарт.)	Станд. Помилка	β (Стандарт.)	t	p	VIF
(Константа)	199.220	34.953		5.700	<0.001	
Екстраверсія	-0.883	0.379	-0.284	-2.329	0.023*	4.893
Співпраця	0.168	0.223	0.070	0.755	0.453	2.862
Добросовісність	-0.616	0.323	-0.201	-1.904	0.062	3.668
Нейротизм	0.013	0.205	0.007	0.066	0.948	4.035
Відкритість досвіду	-0.809	0.298	-0.208	-2.716	0.009**	1.923
Самооцінка / Самоповага	-4.653	0.744	-1.133	-6.256	<0.001**	10.758
Життестійкість	0.892	0.255	0.752	3.502	<0.001**	15.136
Суб'єктивне відчуття самотності	-0.246	0.187	-0.143	-1.316	0.193	3.880
Ситуативна тривожність	0.112	0.335	0.711	3.020	0.004*	18.177
Особистісна тривожність	-0.273	0.515	-0.152	-0.531	0.598	27.042
Перфекціонізм	0.007	0.122	0.006	0.057	0.955	3.303

Примітка: * - значущість відмінності при $p \leq 0,05$, ** - значущість відмінності при $p \leq 0,01$.

Фактор екстраверсії також увійшов до моделі ($\beta=-0,284$; $p=0,023$). Негативний зв'язок свідчить, що низька екстраверсія (інтроверсія) є додатковим

фактором ризику. Хоча в порівняльному аналізі залежні дівчата були екстравертні, в прогностичній моделі ризик залежності зростає для тих, хто не може ефективно використати соціальні ресурси (низька екстраверсія) на тлі низької самооцінки.

Фактори, вплив яких виявився несуттєвим у фінальній прогностичній моделі ($p > 0,05$), були виключені як незалежні чинники, оскільки їхній внесок був повністю поглинутий більш потужними предикторами. До цієї групи увійшли: співпраця ($p = 0,453$), добросовісність ($p = 0,062$), нейротизм ($p = 0,948$), суб'єктивне відчуття самотності ($p = 0,193$) та перфекціонізм ($p = 0,955$). Їхній несуттєвий вплив є прямим наслідком критичної мультиколінеарності (VIF до 27,042), виявленої між цими змінними та самооцінкою. Оскільки більшість із цих чинників (нейротизм, самотність, тривожність) концептуально є вторинними проявами базової вразливості, їхній вплив був витіснений більш фундаментальним предиктором — самооцінкою/самоповагою. Це доводить, що ці змінні є вторинними проявами базової вразливості, а їхній вплив на залежність не є унікальним.

Водночас, фактори життєстійкість ($\beta = +0,752$; $p = 0,001$) та ситуативна тривожність ($\beta = +0,711$; $p = 0,004$) зберегли статистичну значущість, але були виключені з фінальної структури через критично високу мультиколінеарність ($VIF > 15$). Це є методологічним доказом того, що ці змінні (тривога, низька життєстійкість) є вторинними, надлишковими проявами більш потужного і базового чинника — самооцінки/самоповаги, а їхній внесок на залежність не є унікальним, коли контроль за самооцінкою вже здійснено.

Таким чином, множинний регресійний аналіз довів, що міжособистісна залежність формується під переважним і унікальним впливом фундаментального дефіциту самооцінки/самоповаги. Висока прогностична потужність моделі ($R^2 = 0,823$) підтверджується тим, що самооцінка ($\beta = -1,133$; $p < 0,001$) є найсильнішим, незалежним предиктором.

Структура взаємозв'язків показує, що вплив вторинних чинників, таких як ситуативна тривожність та життєстійкість, був повністю поглинутий самооцінкою, що є методологічним доказом того, що ці змінні є вторинними проявами базової вразливості.

Фінальна структура підтверджує, що найбільш вразливу до залежності особистісну модель створює комбінація трьох незалежних чинників: критичний дефіцит самооцінки/самоповаги ($\beta=-1,133$), поведінкова ригідність (низька відкритість до досвіду) ($\beta=-0,208$), та соціальна стриманість (низька екстраверсія) ($\beta=-0,284$). Низька самоповага, у поєднанні з ригідністю та інтроверсією, посилює вразливість, що в свою чергу створює найбільш вразливу до залежності особистісну модель.

Висновки до розділу III

Проведене емпіричне дослідження психологічних особливостей особистості дівчат, які перебувають в залежних партнерських стосунках, дозволило комплексно оцінити структуру їхньої вразливості та сформуванати прогностичну модель. Аналіз результатів підтвердив, що міжособистісна залежність формується під унікальним впливом фундаментального дефіциту самооцінки та пов'язана з цілим комплексом вторинних чинників.

Було виявлено, що особливості особистості у дівчат із високим рівнем залежності існують і значущо відрізняються від незалежної групи. Проте, значущі відмінності виявлено лише за чотирма з п'яти факторів. У профілі залежних осіб домінують емоційна нестійкість (нейротизм) та підвищена екстраверсія (що є компенсаторною активністю). Спостерігається дефіцит самоконтролю (добросовісності) та відкритості досвіду (гнучкості). За фактором співпраця значущих відмінностей не виявлено, що свідчить про те, що загальна схильність до близькості не є чинником, що диференціює групи. Таким чином, гіпотеза про те, що існують особливості особистості у дівчат, які перебувають в залежних партнерських стосунках, а саме: суттєво вираженими є нейротизм та доброзичливість була підтверджена частково.

У дівчат, які перебувають в залежних стосунках, виявлено значущий дефіцит ресурсних особливостей особистості та емоційну вразливість. Підтверджено критично низький рівень самоповаги та низьку життєстійкість (особливо за компонентом контролю), що доводить наявність фундаментального дефіциту

внутрішньої опори. Встановлено значущо вищий рівень хронічної тривоги, ситуативної тривожності та суб'єктивного відчуття самотності. Перфекціонізм має виражений невротичний характер, що проявляється у високій занепокоєності помилками та сумнівах у власних діях. Аналіз результатів підтвердив гіпотезу, що у дівчат, які перебувають в залежних партнерських стосунках суттєво менший рівень самоповаги та життєстійкості та суттєво вищий рівень тривожності, суб'єктивного відчуття самотності та перфекціонізму, ніж у дівчат із низьким рівнем залежності.

Було виявлено, що міжособистісна залежність дійсно формується під унікальним впливом обмеженої кількості чинників, проте прогноз щодо нейротизму як незалежного предиктора був спростований. Найсильнішим, незалежним і кореневим предиктором виявився фундаментальний дефіцит самооцінки/самоповаги, що частково підтверджує гіпотезу про те, що фундаментальний дефіцит самооцінки та нейротизм матимуть найбільший внесок у прогнозування залежності. Нейротизм, життєстійкість та тривожність не увійшли до фінальної моделі як незалежні предиктори, оскільки їхній вплив був повністю поглинутий самооцінкою. Це є методологічним доказом того, що ці емоційні прояви є вторинними проявами базового дефіциту самоцінності. Фінальна прогностична структура свідчить, що найбільш вразливу до залежності модель створює комбінація критичного дефіциту самоповаги, поведінкової ригідності (низька відкритість досвіду) та соціальної стриманості (низька екстраверсія).

Отримані результати підтверджують важливість диференційованого підходу до психологічної підтримки осіб, які перебувають в залежних партнерських стосунках. Для ефективною корекції необхідно розробляти програми, спрямовані не лише на подолання тривоги, але й на формування внутрішньої самоповаги, розвиток вольового контролю та психологічної гнучкості. Виявлена структура підкреслює, що здобуття психологічної автономії неможливе без відбудови фундаментальної самоцінності особистості.

ВИСНОВКИ

У відповідності до поставлених мети та задач дослідження, було зроблено наступні висновки:

1. Проведений теоретичний аналіз наукових джерел підтвердив, що міжособистісна залежність є багатовимірним і складним феноменом, що виявляється у стійкій потребі в іншій людині для підтримання внутрішньої стабільності. Встановлено, що в її основі лежать порушення ранніх етапів розвитку (сепарації та прив'язаності) та активізація дисфункційних когнітивно-емоційних схем (схем покинення, недовіри), які формують підґрунтя для пошуку компенсації через залежні емоційні зв'язки.

2. Емпіричне дослідження виявило статистично значущі відмінності за чотирма з п'яти особистісних чинників між залежними та незалежними групами. Профіль залежних осіб характеризується емоційною нестійкістю (нейротизмом) та підвищеною екстраверсією, тоді як значущо спостерігається дефіцит самоконтролю (добросовісності) та відкритості досвіду (гнучкості). Це свідчить про те, що залежний патерн пов'язаний із дефіцитом вольової регуляції та надмірною зовнішньою активністю, яка може мати компенсаторний характер.

3. Було доведено критичний дефіцит внутрішніх ресурсів у групі високої залежності. Виявлено значущо нижчий рівень самоповаги та життестійкості. Це підтверджує, що глибокий дефіцит самоповаги та екстернальний локус контролю є ключовими чинниками, які знижують психологічну автономію.

4. Аналіз емоційно-дефіцитарних характеристик підтвердив, що хронічна тривога та відчуття ізоляції є центральними проявами залежного профілю. Дівчата з високим рівнем залежності мають значущо вищий рівень особистісної та ситуативної тривожності, а також суб'єктивного відчуття самотності. Це доводить, що емоційна вразливість є рушійною силою, яка посилює необхідність у прив'язаності.

5. Було встановлено, що перфекціонізм у залежній групі має виражений дезадаптивний, невротичний характер. Це проявляється у значущо вищих показниках занепокоєності помилками та сумнівів у власних діях при одночасно високих

особистісних стандартах. Цей патерн, що виражається у високих, але нездорових вимогах, функціонує як стратегія компенсації хронічної тривоги та низької самоповаги дівчат, які перебувають в залежних партнерських стосунках.

6. Міжособистісна залежність формується під переважним і унікальним впливом обмеженої кількості чинників. Найсильнішим, незалежним предиктором є фундаментальний дефіцит самооцінки. Фінальна прогностична структура підтверджує, що найбільш вразливу до залежності особистісну модель створює комбінація критичного дефіциту самооцінки, поведінкової ригідності та соціальної стриманості.

Таким чином, було емпірично доведено, що особливості особистості у дівчат, схильних до залежних стосунків, значущо відрізняються: Гіпотеза 1 підтверджена частково, вказуючи на домінування нейротизму та екстраверсії при одночасному дефіциті самоконтролю та гнучкості. Гіпотеза 2 підтверджена повністю, оскільки виявлено критично низький рівень самоповаги та життєстійкості та значущо вищу емоційну вразливість, що доводить наявність фундаментального дефіциту внутрішньої опори. Зрештою, Гіпотеза 3 підтверджена частково: хоча було встановлено, що міжособистісна залежність дійсно формується під унікальним впливом обмеженої кількості чинників, прогноз щодо нейротизму як незалежного предиктора був спростований, оскільки його вплив був повністю поглинутий більш фундаментальним чинником - самооцінкою. Фінальна структура підкреслює, що найбільш вразливу модель створює комбінація критичного дефіциту самоповаги, поведінкової ригідності та соціальної стриманості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Березовська, Л., Сахон, В., & Павлик, У. (2021). Соціально-психологічні чинники схильності особистості до утворення співзалежних стосунків. *Вісник Національного університету оборони України*, 28-35.
2. Беспалов, В. П., Беспалова, Є. В., Шопша, М. М., Шопша, О. Л., & Коляденко, Н. В. (2024). Individual and psychological characteristics of the married couple in a codependent relationship. *Клінічна та профілактична медицина*, (5), 100-108.
3. Вельдбрехт О., Зінченко, Н., Тавровецька Н. Шкала самооцінки Розенберга: українська адаптація та психометричні властивості. Інсайт: психологічні виміри суспільства. 2025. № 13. С. 142–172. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2025-13-7>
4. Вітко, Я. Ю. (2023). Психологічні особливості трактування поняття співзалежної особистості. У Матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції «Modern problems of science, education and society» (19–21 червня 2023 р., Київ, Україна) (с. 500). SPC “Sci-conf.com.ua”.
5. Гавриленко, Я. (2013). Особливості комунікації у просторі залежних стосунків. *Психологічні науки: проблеми і здобутки*, (4), 73-83.
6. Гавриленко, Я. (2013). Перспективи якісного дослідження міжособистісної залежності у близьких взаєминах. *Психологія особистості*, (1), 238-245.
7. Гавриленко, Я. (2013). Психологічні конфігурації залежних стосунків у міжособистісній взаємодії. *Вісник Київського національного торговельно-економічного університету*, (5), 94-104.
8. Грішин, Е. О. (2024). *Психологічний супровід розвитку резильєнтності як чинника саморегуляції особистості, яка перебуває в складній життєвій ситуації* [Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата (доктора філософії) психологічних наук, Західноукраїнський національний університет]. Міністерство освіти і науки України.

9. Грубі, Т. В., Карамушка, Л. М., & Бондарчук, О. І. (2018). Діагностика перфекціонізму та трудоголізму особистості: психологічний практикум. Режим доступу: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/714480/1/Практикум.-Карамушка_Бонларчук-Грубі.pdf
10. Дмитрієва, С. М., Максимець, С. М., Дубравська, Н. М., Фриз, І. В., Сидоренко, Н. І., Стахова, О. О., ... & Бутузова, Л. П. (2016). Особистість: практичні засади вивчення. Том 2. Навчально-методичний посібник. Режим доступу: <https://eprints.zu.edu.ua/31677/1/Особистість.pdf>
11. Коваленко, О.І., & Самара, О.Є. (2022). Емоційна залежність особистість як проблема сучасної психології. *Науковий журнал з соціології та психології «Габітус»*, 22, 178–181. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.30>
12. Кокун, О. М., Пішко, І. О., Лозінська, Н. С., Копаниця, О. В., & Малхазов, О. Р. (2011). Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів: Методичний посібник. Київ: НДЦ гуманітарних проблем Збройних Сил України.
13. Коцюба, Г. О. (2010). *Психологічні особливості організації uzалеженого кохання у жінок* [Автореферат дисертації кандидата психологічних наук, Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна].
14. Кузнєцов, М. А., & Маннапова, К. Р. (2016). *Життєстійкість підлітків з неповних сімей: Монографія*. Харків: Діса плюс (с.257).
15. Лиманкіна, А. (2022). Психологічна характеристика міжособистісної співзалежності. Collection of scientific papers «ΛΟΓΟΣ», (November 11, 2022; Paris, France), 136-137.
16. Літвінова, В. Я. (2014). Мішені та механізми психокорекційної дії при роботі з образом чоловіка у залежних дівчат. *Психологічне консультування і психотерапія*, (1-2), 188-193.
17. Мателега, М. М., & Азізов, С. С. (2015). Психологічні особливості залежності як девіантної поведінки особистості. *Психологічні науки: проблеми і здобутки*, (7), 146-160.

18. Милославська, О. В. (2018). Міжособистісна залежність і диференційні типи рефлексії у студентів–юнаків та дівчат. *Право і Безпека*, (4), 111-117.
19. Михайлишин, У. Б., & Гордон, К. О. (2023). Переживання самотності у ціннісній свідомості наркозалежних. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, (1), 14-20
20. Подкоритова, Лариса, and Ірина Макарук. "Емпіричне дослідження особливостей переживання самотності підлітками." *Psychology Travelogs* 3 (2023): 167-177.
21. Попелюшко, Р., & Грицаненко, К. (2024). Психологічні особливості схильності до емоційної залежності особистості дорослого віку. *Серія «Психологічні науки»*, 25(70), 1–10. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25\(70\).05](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25(70).05)
22. Співак, Л. М., & Османова, А. М. (2023). Психодіагностика в клінічній психології : навч. посіб. Київ: Університет «Україна», 2023. 146 с.
23. Ставицька, С. О., & Задибчук, Ю. О. (2021). Співзалежні парні стосунки у жінок. *Психологічні проблеми особистості на сучасному етапі*, 196-200.
24. Уркаєв, В. С. (2021). Психокорекція ігрової адиктивної поведінки в осіб раннього юнацького віку. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю, 19(04). Режим доступу: http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/disertaciya_urkaev_v_s_06_xii_21_1639220055.pdf
25. Чаплак, Я. В., & Чуйко, Г. І. (2024). Психологічні особливості життєстійкості студентів у кризових життєвих ситуаціях. *Technologies of intellect development*, 8(1), стаття 5. <https://doi.org/10.31108/3.2024.8.1.5>
26. Anyaegbunam, M. C., & Nwafor, C. E. (2022). Loneliness, happiness, and interpersonal dependency as correlates of problematic use of social networking sites. *Nigerian Journal of Social Psychology*, 5(1).
27. Bala, A., & Devaiah, D. (2019). Mediating Role of Co-dependency on Age and Victimization Experiences among Indian Employees. *Ushus Journal of Business Management*, 18(2), 1-21.

28. Bartone, P. T., McDonald, K., Hansma, B. J., & Solomon, J. (2022). Hardiness moderates the effects of COVID-19 stress on anxiety and depression. *Journal of Affective Disorders*, 317, 236-244.
29. Blasco, J.C. (2005). Dependencia emocional: características y tratamiento (Vol. 260). *Alianza editorial*.
30. Botwin, M. D., Buss, D. M., & Shackelford, T. K. (1997). Personality and mate preferences: Five factors in mate selection and marital satisfaction. *Journal of personality*, 65(1), 107-136.
31. Chuning, A. E., Durham, M. R., Killgore, W. D., & Smith, R. (2024). Psychological resilience and hardiness as protective factors in the relationship between depression/anxiety and well-being: Exploratory and confirmatory evidence. *Personality and individual differences*, 225, 112664.c
32. Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual . Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
33. Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Zuroff, D. C., Lecce, S., & Hui, D. (2006). Neediness and connectedness and the five-factor model of personality. *European Journal of Personality*, 20(2), 123-136.
34. Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. W. W. Norton & Company. Access link: <https://archive.org/details/dli.ernet.19961/page/n5/mode/2up>
35. Estévez, A., Urbiola, I., Iruarrizaga, I., Onaindia, J., and Jauregui, P. (2017). Emotional dependency in dating relationships and psychological consequences of internet and mobile abuse. *An. Psicol.* 33:260.
36. Fischer, J. L., & Spann, L. (1991). Measuring codependency. *Alcoholism treatment quarterly*, 8(1), 87-100. Access link: https://www.researchgate.net/profile/Judith-Fischer-6/publication/254358176_Measuring_Codependency/links/5697d84d08aec79ee32b5668/Measuring-Codependency.pdf
37. Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*, 14(5), 449-468.

38. Garvin, A., & Inden, H. (2022, September 1). What Are the Effects of Anxiety? *J Camosun Psyc Res.*, 4(1), 243–265. Access link: <https://cc.arcabc.ca/j-camosun-psyc-res-volume-4-issue-1-2022/what-are-effects-anxiety>
39. Ha, J., Choe, K., Son, H., & Kim, J. S. (2021). Intimate partner violence victimization influences suicidal ideation via interpersonal dependency and anger. *Iranian journal of public health*, 50(11), 2274.
40. Happ, Z., Bodó-Varga, Z., Bandi, S.A. et al. How codependency affects dyadic coping, relationship perception and life satisfaction. *Curr Psychol* 42, 15688–15695 (2023). DOI: 10.1007/s12144-022-02875-9
41. Hill, R. W., Zrull, M. C., & Turlington, S. (1997). Perfectionism and interpersonal problems. *Journal of personality assessment*, 69(1), 81-103.
42. Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of personality and social psychology*, 37(1), 1.
43. Kobasa, S. C., Hilker, R. R., & Maddi, S. R. (1979). Who stays healthy under stress?. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 21(9), 595-598.
44. Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: a prospective study. *Journal of personality and social psychology*, 42(1), 168.
45. Kornaszewska-Polak, M. (2016). Subjective loneliness, well-being and marital satisfaction in couples with different attachment styles. In *Polskie Forum Psychologiczne* (Vol. 21, No. 4, pp. 514-533). Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy.
46. Lāce, A., & Sudraba, V. (2023, July). A relationship of co-dependence and stress coping strategies for women in relationship with partner of substance use disorder. In *society. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference* (Vol. 2, pp. 180-192).
47. Lymankina, A. (2023). Features of the relationship of codependence in middle-aged women with self-esteem and anxiety. *Paradigm of knowledge*, 2(56).
48. Maddi, S. R. (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 54(3), 173–185. DOI: 10.1037/1061-4087.54.3.173

49. Mahon, N. E. (1981). *An Investigation of the relationship of self-disclosure, interpersonal dependency, and life changes to loneliness in young adults*. New York University.
50. Momeñe, J., Estévez, A., Pérez-García, A. M., Olave, L., and Iruarrizaga, I. (2021). Coping styles, dysfunctional schemes and psychopathological symptoms related to emotional dependence on the aggressor partner. *Psicol. Conductual* 29, 29–50. doi: 10.51668/bp.8321102n
51. Neyer, F. J., & Lehnart, J. (2007). Relationships matter in personality development: evidence from an 8-year longitudinal study across young adulthood. *Journal of personality*, 75(3), 535–568.
52. Orbon, M. C., Basaria, D., Dewi, F. I. R., Gumarao, M. S., Mergal, V. C., & Heng, P. H. (2021, August). Codependency among family members as predicted by family functioning and personality type. In International conference on economics, business, social, and humanities (ICEBSH 2021) (pp. 1388-1393). Atlantis Press.
53. Overholser, J. C. (1992). Aggregation of personality measures: Implications for personality disorder research. *Journal of personality disorders*, 6(3), 267-277.
54. Overholser, J. C. (1992). Interpersonal dependency and social loss. *Personality and Individual Differences*, 13(1), 17-23.
55. Pincus, A. L., & Gurtman, M. B. (1995). The three faces of interpersonal dependency: structural analyses of self-report dependency measures. *Journal of Personality and Social psychology*, 69(4), 744.
56. Pritchard, M. E., & Yalch, K. L. (2009). Relationships among loneliness, interpersonal dependency, and disordered eating in young adults. *Personality and Individual Differences*, 46(3), 341-346.
57. Robert F. Bornstein & John J. Cecero (2000) Deconstructing Dependency in a Five-Factor World: A Meta-Analytic Review, *Journal of Personality Assessment*, 74:2, 324-343, DOI: 10.1207/S15327752JPA740211

58. Russell, D., Peplau, L.A., & Ferguson, M.L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294. DOI: 10.1207/s15327752jpa4203_11.
59. Serhii, H., & Larysa, V. (2024). The problem of competitive victimhood among social groups. In *XXIV International scientific and practical conference «Modern Scientific Challenges are the Driving Force of the Development of Scientific Research» (May 22-24, 2024) Bruges, Belgium. International Scientific Unity, 2024. 237 p. ISBN 978-617-8427-16-0* (p. 210).
60. Shyroka, A., & Brukh, I. (2021). Емоційна залежність у романтичних стосунках: роль несприятливого дитячого досвіду та ранніх дисфункційних схем. *Психологія і особистість*, (2), 143-158.
61. Slaney, R. B., Pincus, A. L., Uliaszek, A. A., & Wang, K. T. (2006). Conceptions of perfectionism and interpersonal problems: Evaluating groups using the structural summary method for circumplex data. *Assessment*, 13(2), 138-153.
62. Spielberger, C. D., Gonzalez-Reigosa, F., Martinez-Urrutia, A., Natalicio, L. F., & Natalicio, D. S. (1971). The state-trait anxiety inventory. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican journal of psychology*, 5(3 & 4).
63. Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Lushene, R. E., Vagg, P. R., & Jacobs, G. A. (1977). *State-Trait Anxiety Inventory (Form Y): Self-evaluation questionnaire*. Consulting Psychologists Press.
64. Stoeber, J., Noland, A. B., Mawenu, T. W., Henderson, T. M., & Kent, D. N. (2017). Perfectionism, social disconnection, and interpersonal hostility: Not all perfectionists don't play nicely with others. *Personality and Individual Differences*, 119, 112-117.
65. Ulusoy, Y., & Durmuş, E. (2011). Investigation of Interpersonal Dependency Tendency in Terms of Five-Factor Personality Traits. *Inonu University Journal of the Faculty of Education (INUJFE)*, 12(2).
66. Umar, M. A., Kenku, A. A., & Obasi, C. C. (2023) Analysis of relationship between personality traits and interpersonal dependency among fresh

undergraduate students of Nasarawa State University, Keffi, Nigeria. *EDITORIAL BOARD*, 142.

67. Weinhold, B.K., & Weinhold, J.B. (2008). *Breaking Free of the Co-Dependency Trap*. Navato, California : New World Library
68. Yakovytska, L., Synyshyna, V., Pashko, T., Parfanovych, I., Kocharian, A., & Barinova, N. (2022). Loneliness experienced by people with chemical addiction: Its characteristics. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 13(1).

АНОТАЦІЯ

Бензионович, А. О. (2025). Психологічні особливості особистості дівчат, які перебувають в залежних партнерських стосунках [Кваліфікаційна робота магістра, Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна]. Харків.

Кваліфікаційна робота присвячена дослідженню психологічних особливостей особистості дівчат юнацького віку, які перебувають у залежних партнерських стосунках. У першому розділі виконано теоретичний аналіз концепцій міжособистісної залежності, її коренів у порушеннях раннього розвитку та впливу на особистісні характеристики. Другий розділ містить методологію дослідження, що включає план, характеристику вибірки (70 дівчат юнацького віку) та опис використаних психодіагностичних методик. Третій розділ присвячений аналізу результатів емпіричного дослідження.

Дослідження емпірично підтвердило існування чітко окресленого дезадаптивного профілю особистості у дівчат із високим рівнем міжособистісної залежності. Встановлено, що ключові відмінності зосереджені у сфері внутрішніх ресурсів та емоційної вразливості: у залежній групі виявлено критичний дефіцит самоповаги та низьку життєстійкість, які супроводжуються значущо вищим рівнем хронічної тривоги, самотності та невротичного перфекціонізму. Також виявлено, що фундаментальний дефіцит самоповаги є найсильнішим, кореневим предиктором залежності, витісняючи вплив вторинних емоційних факторів.

Ключові слова: міжособистісна залежність, емоційна залежність, особистісний профіль, самоповага, життєстійкість, самотність, нейротизм, перфекціонізм.

ANNOTATION

Benzyonovych, A. O. (2025). Psychological features of personality in young women with dependent romantic relationships [Master's Qualifying Thesis, V. N. Karazin Kharkiv National University]. Kharkiv.

This qualifying thesis is herewith devoted to an investigation of the psychological features of personality in young women involved in dependent romantic relationships. The work consists of an introduction, three chapters, conclusions, and includes a list of references. The opening chapter furnishes a theoretical examination addressing the notions of dependence between individuals, tracing its origins to disruptions during the initial phases of development, and assessing its consequence upon the traits of one's personality. Chapter two lays out the framework for the investigation, specifying the design of the research, the profile of the sample involved (comprising 70 young females), and detailing the specific psychological assessment tools brought into play. The third section concentrates on dissecting the findings gleaned from the practical research.

The study empirically confirmed the existence of a clearly delineated maladaptive personality profile in young women with a high level of interpersonal dependence. It was established that the key differences are centered in the domain of internal resources and emotional vulnerability: the dependent group exhibited a critical deficit of self-esteem and low hardiness, which were accompanied by a significantly higher level of chronic anxiety, loneliness, and neurotic perfectionism. Furthermore, the study revealed that the fundamental deficit of self-esteem is the strongest, root predictor of dependence, overshadowing the influence of secondary emotional factors.

Keywords: interpersonal dependence, emotional dependence, personality profile, self-esteem, hardiness, loneliness, neuroticism, perfectionism.