

**ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»**

Кафедра _____

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ
Завідувач кафедри

« ____ » _____ 2026 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

за темою: Нарцисизм в юнацькому віці та його зв'язок із соціальною дезадаптацією

Студентки Чабаненко Олени Анатоліївни
курсу IV

групи ТУКВ-8-22-Б1ПС(4.0здс)

спеціальності 053 «Психологія»

Керівник к.пол.н., доцент Цумарєв М.І.

Оцінка:

Національна шкала _____

Кількість балів: _____ ECTS _____

Члени комісії _____
(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

м. Київ 2026 рік

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. Теоретичні засади вивчення нарцисизму у юнацькому віці	9
1.1. Нарцисизм у психології: сутність і прояви.....	9
1.2. Психологічні особливості нарцисичних рис в юнацькому віці	17
1.3 Психологічні чинники соціальної дезадаптованості осіб юнацького віку	23
Висновки до розділу 1.....	35
РОЗДІЛ 2 . Емпіричне вивчення впливу нарцисичних рис на соціальну дезадаптацію юнаків.....	37
2.1. Досліджувана вибірка та психодіагностичний інструментарій	37
2 . 2 . Аналіз результатів емпіричного дослідження.....	43
2.3. Рекомендації з психологічної підтримки соціальної адаптації осіб юнацького віку з нарцисичними проявами.....	59
Висновки до розділу 2.....	66
ВИСНОВКИ.....	71
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	74
ДОДАТКИ.....	80

ВСТУП

Актуальність теми. Юнацький період розвитку є перехідною стадією між дитинством і зрілістю. Саме в цей час молоді люди нерідко стикаються з труднощами, пов'язаними з професійним самовизначенням, освітньою діяльністю, побудовою романтичних і дружніх взаємин, а також із фізіологічними, психологічними та соціальними трансформаціями. У зазначений віковий період особистість інтенсивно формується як у внутрішньому, так і в зовнішньому вимірах, долаючи виклики, зумовлені зростанням відповідальності та необхідністю адаптації до реалій дорослого життя.

В умовах суспільної нестабільності та підвищених вимог до особистісної самореалізації простежується тенденція зростання наукового інтересу до індивідуально-психологічних характеристик, що впливають на адаптаційні процеси молодшої людини в соціальному середовищі. Особливої уваги в цьому контексті набувають егоцентрично орієнтовані особистісні особливості, які можуть як сприяти успішному входженню в соціум, так і ускладнювати процеси соціального пристосування.

Науковий інтерес до проблеми нарцистичної спрямованості особистості істотно посилюється у XXI столітті, що зумовлено поширенням індивідуалістичних тенденцій у сучасному суспільстві та актуалізацією питань психологічного благополуччя молоді.

Теоретичні та емпіричні аспекти окресленої проблематики представлені в працях таких науковців, як А. Гірняк, А. А. Фрейд, Бр. Вейнкис, В. Поліщук, В. Ромацький, Д. Рассел, Дж. Рассел, Е. Шпрангер, Є. Донченко, З. Фрейд, Т. Титаренко та ін.

Нарцистична спрямованість сучасної молоді характеризується сукупністю психологічних проявів, серед яких: схильність до грандіозності, завищене уявлення про власну значущість, переконаність у своїй унікальності та винятковості, потреба в постійному схваленні й захопленні з боку оточення, прагнення перебувати в центрі уваги, знижена здатність до співпереживання, небажання або нездатність розпізнавати та розуміти емоційні стани й потреби

інших людей, індиферентне ставлення до їхніх труднощів. Водночас помірно виражений рівень здорової нарцистичності молодих людей виступає важливим ресурсом підтримки самоповаги, досягнення особистісних успіхів і стійкості до соціальних викликів.

У сучасному соціальному просторі, в якому домінують індивідуалістично орієнтовані цінності, а зовнішні досягнення, самопрезентація та суспільне визнання нерідко переважають над внутрішньою цілісністю та самодостатністю, егоцентрично спрямовані особистісні особливості можуть посилюватися під впливом соціальних мереж, культури успіху та постійного соціального порівняння. Досить часто молоді люди з вираженою нарцистичною спрямованістю демонструють зовнішню впевненість, прагнення до лідерства, потребу в захопленні та самоідеалізації, однак ці прояви нерідко приховують глибинну внутрішню вразливість, емоційну нестійкість та недостатню готовність до конструктивної міжособистісної взаємодії.

Наявність егоцентрично забарвлених рис у представників молодіжного вікового періоду може суттєво ускладнювати процеси соціальної взаємодії, спричиняти труднощі у формуванні комунікативних зв'язків, знижувати здатність до адекватного та конструктивного самопредставлення, що зрештою призводить до порушень соціального пристосування.

Соціальна неадаптованість у молодіжному віці виявляється у складнощах міжособистісного спілкування, конфліктах із соціальним оточенням, підвищеній тривожності, схильності до самоізоляції або, навпаки, у проявах соціальної агресивності, неадекватному самосприйнятті та зниженому рівні рефлексивності. Аналіз впливу нарцистично орієнтованих особистісних проявів на зазначені феномени є актуальним як у теоретичному, так і в прикладному аспектах, оскільки сприяє глибшому розумінню механізмів психосоціальної дезінтеграції та створює підґрунтя для розробки ефективних психологічних стратегій підтримки молоді.

Водночас слід зазначити, що проблема впливу егоцентрично спрямованих особистісних характеристик на порушення соціального функціонування молодих

людей залишається недостатньо дослідженою та потребує ґрунтовнішого теоретичного осмислення й емпіричного аналізу, що й зумовило вибір теми кваліфікаційної роботи.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та практичному вивченні особливостей впливу егоцентрично спрямованих особистісних характеристик на порушення соціального пристосування у представників молодіжного вікового періоду.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз основних наукових підходів до вивчення егоцентричної спрямованості особистості та проблем соціального пристосування у працях вітчизняних і зарубіжних психологів.
2. Визначити психологічні особливості прояву егоцентричних особистісних характеристик у молодому віці.
3. Провести емпіричне дослідження взаємозв'язку між егоцентрично орієнтованими рисами та порушеннями соціальної адаптації у молодих людей.
4. Розробити практичні рекомендації для молоді з вираженими егоцентричними проявами з метою покращення їхньої здатності до ефективної соціальної взаємодії.

Об'єкт дослідження — егоцентрично орієнтовані особистісні характеристики.

Предмет дослідження — взаємозв'язок егоцентричних особистісних проявів із особливостями **соціального неблагополуччя** у молодіжному віці.

Гіпотеза дослідження ґрунтується на припущенні, що високий рівень вираженості егоцентричних особистісних проявів у молодому віці підвищує ризик порушення соціального функціонування, що виявляється у складнощах міжособистісного спілкування, зниженій здатності до співпереживання та схильності до конфліктної поведінки.

Методи дослідження:

- **теоретичні:** аналіз наукових джерел, порівняння, узагальнення, класифікація, систематизація матеріалу, моделювання, аналітико-синтетичне опрацювання психологічних праць тощо;
- **емпіричні:** методика оцінки соціально-психологічного пристосування К. Роджерса та Р. Даймонда, опитувальник особистісної самозосередженості (NPI-14), методика визначення рівня самооцінки Дембо—Рубінштейна;
- **математико-статистичні:** кількісна обробка результатів із використанням кореляційного аналізу за коефіцієнтом Пірсона.

Наукова новизна отриманих результатів полягає в розширенні та поглибленні наукових уявлень про взаємозв'язок егоцентрично орієнтованих особистісних проявів і порушень соціального пристосування у молодому віковому періоді. У межах дослідження уточнено психологічні особливості впливу відкритих і латентних форм егоцентричної спрямованості на перебіг процесів соціальної адаптації.

Теоретичне значення одержаних результатів полягає в подальшому розвитку наукових підходів до розуміння взаємозв'язку між егоцентричними особистісними характеристиками та ускладненнями соціального функціонування в молодому віці. Дослідження доповнює теоретичні уявлення про проблему соціального неблагополуччя молоді, зокрема в контексті індивідуально-психологічних особливостей, що ускладнюють ефективне входження в соціальне середовище. Отримані результати можуть бути використані як теоретичне підґрунтя для подальшої розробки моделей і концепцій, спрямованих на вивчення особистісних чинників соціальної адаптації у молодіжному віці.

Практичне значення результатів дослідження полягає в розробці та науковому обґрунтуванні рекомендацій, спрямованих на попередження та подолання порушень соціального пристосування серед студентської молоді. Запропоновані рекомендації можуть бути використані фахівцями психологічних служб закладів вищої освіти з метою формування адаптивних особистісних ресурсів у студентів, підвищення їхньої психологічної стійкості та зниження рівня егоцентрично орієнтованих проявів, які перешкоджають ефективній соціальній

взаємодії. В умовах підвищеного психоемоційного навантаження та соціальної нестабільності результати дослідження набувають особливої актуальності для організації психопрофілактичної й корекційної роботи в освітньому середовищі.

Експериментальна база дослідження. Емпіричне дослідження було проведене на базі Київського інституту бізнесу і технологій (КІБІТ) серед 47 студентів спеціальності «Психологія» віком від 17 до 23 років.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, додатків та списку використаних джерел, який налічує 40 найменувань, з них 4 — іноземною мовою. Додатки подано на 14 сторінках. Основний зміст роботи викладено на 72 сторінках. Робота містить 9 таблиць і 1 рисунок. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи становить 92 сторінки.

РОЗДІЛ 1

Теоретичні основи вивчення особистісної самоспрямованості у молодіжному віковому періоді

1.1.Егоцентрична спрямованість у психологічній науці: сутність та основні прояви

Психологічна сутність феномену егоцентричної спрямованості особистості є предметом широкого наукового аналізу, оскільки він належить до фундаментальних проблем психологічної науки та ґрунтується на міждисциплінарному підході. Водночас у сучасній психології відсутнє єдине бачення щодо психологічної природи й змістовного наповнення цього явища.

Нарцистична спрямованість привертає увагу як дослідників, так і практичних психологів, які вивчають індивідуально-психологічні характеристики особистості. У сучасному науковому дискурсі феномен підвищеної самоспрямованості став об'єктом численних досліджень, а його трактування поступово розширилося від вузького психопатологічного підходу до більш комплексного психологічного розуміння цього явища [24, с. 61–63].

Проблематика егоцентрично орієнтованих особистісних проявів у різні періоди розвитку психологічної науки була предметом дослідження таких зарубіжних науковців, як Н. Мак-Вільямс, О. Кернберг, З. Фрейд, Е. Фромм, Г. Когут та інші. В українській психології вивченням зазначеного феномену займалися О. Саннікова, К. Овчарова, І. Пруднікова, А. Лісовенко, К. Єрмакова та ін.

Егоцентрична спрямованість характеру розглядається як сукупність рис, що проявляються у надмірній зосередженості особистості на власному «Я», власних досягненнях і потребах. У психологічній науці крайні форми вираженої самозакоханості інтерпретуються як серйозні порушення особистісного розвитку або як особистісна дисфункція.

Терміни «егоцентрична спрямованість», «самоідеалізація», «підвищена самозначущість» зазвичай мають негативне емоційно-оцінне забарвлення та

використовуються для позначення таких характеристик, як марнославство, зверхність, егоїзм або надмірна зосередженість на власній особистості.

У соціальному контексті зазначені поняття іноді пов'язують із проявами елітарності, соціальної відчуженості або байдужості до переживань і проблем інших людей. Особи з вираженою самоорієнтованістю зазвичай демонструють завищену впевненість у собі, схильність до ідеалізації власної особистості та знецінення значущості інших, що ускладнює повноцінну міжособистісну взаємодію [36, с. 124].

Всесвітньо відомий психоаналітик З. Фрейд, який розпочав вивчення цього явища ще з 1910 року, описував егоцентричну сексуальну спрямованість як стан, за якого людина ставиться до власного тіла як до об'єкта сексуального потягу. За його уявленнями, індивід милується власним тілом, отримує від цього почуття задоволення, проявляє до себе пестливе ставлення доти, доки не досягає повного задоволення. Така форма самоспрямованого потягу, на думку вченого, є різновидом відхилення, що охоплює всю сферу сексуального життя людини [28, с. 53–54].

Таким чином, З. Фрейд, аналізуючи взаємозв'язок психічних процесів із життєвими потягами, трактував самоорієнтовану спрямованість особистості як особливу форму лібідо, спрямовану не назовні, а на власне «Я».

Згідно з дослідженнями К. Єрмакової, егоцентрично орієнтовані риси характеру проявляються у надмірній самозакоханості, завищеній самооцінці та тенденції сприймати себе, власні якості, дії й емоції виключно в позитивному світлі, що нерідко не відповідає реальному стану речей. Особам із вираженою самоідеалізацією не властива повага до особистих меж оточуючих; вони мають постійну потребу перебувати в центрі уваги та очікують безперервного схвалення навіть у повсякденних ситуаціях. Такі люди зазвичай не сприймають навіть об'єктивну критику, наполягають на тому, щоб усе відбувалося відповідно до їхніх бажань, і не допускають альтернативних точок зору. Крім того, для них характерна низька особистісна відповідальність: прагнучи постійного контролю

над іншими, вони уникають відповідальності за власні дії, емоції, висловлювання та можливі наслідки своєї поведінки [9, с. 12–14].

Зазначені егоцентричні прояви істотно ускладнюють міжособистісне спілкування, негативно впливають на професійну діяльність і сферу особистих стосунків.

Досліджуючи особливості егоцентрично орієнтованих рис, притаманних людині, варто зазначити, що риси особистості є специфічними поєднаннями якостей і потреб. У психології такі потреби та риси прийнято поділяти на базові та інструментальні. Базові характеристики мають вроджений характер, стимулюють поведінку та зумовлені генотипом, тоді як інструментальні риси формуються впродовж життя, визначають спосіб реалізації поведінки та належать до фенотипових утворень. Сукупність цих характеристик утворює ядро особистості, забезпечуючи її індивідуальність і неповторність [38].

Основною характеристикою рис особистості є їх стійкий і закономірний прояв у різних видах діяльності та поведінкових ситуаціях, що відображає індивідуально-психологічні особливості людини.

Розглядаючи егоцентрично орієнтовані особистісні прояви, притаманні індивіду, зазначимо, що відповідно до положень DSM-5 до них належать такі характеристики:

- рівень самоповаги, який значною мірою залежить від захоплення та схвалення з боку оточення; емоційний стан таких осіб може істотно коливатися залежно від наявності або відсутності зовнішнього визнання;
- цілепокладання, орієнтоване переважно на отримання позитивної оцінки від інших; при цьому люди або встановлюють надзвичайно високі стандарти з метою підтвердження власної винятковості, або, навпаки, занижують вимоги, спираючись на суб'єктивне відчуття власної значущості;
- труднощі у розпізнаванні почуттів і потреб інших людей, особливо якщо вони не пов'язані з власними переживаннями; недостатнє усвідомлення впливу власної поведінки на оточення;

- поверхневий характер міжособистісних стосунків, які здебільшого використовуються як засіб підтримки або підвищення самооцінки;
- прояви зверхності, пихатості, переконаності у власній перевазі над іншими, що може супроводжуватися поблажливим або знецінювальним ставленням до оточуючих [8, с. 25–27].

Зазначені характеристики є типовими для осіб із грандіозною формою егоцентричної спрямованості, які наполегливо підтримують власний ідеалізований образ «Я» та прагнуть якомога довше зберігати відчуття власної величі. Водночас такі прояви не становлять суттєвої загрози доти, доки не набувають рівня клінічно вираженого особистісного розладу.

Світоглядна основа людини з вираженою самоорієнтованістю ґрунтується на переконанні у власній унікальності та винятковості, яка обов'язково потребує підтвердження з боку соціального оточення. За відсутності такого визнання виникає психологічний дискомфорт, що може проявлятися у формі неспокійних станів, пригнічення або агресивних реакцій, а також супроводжуватися тілесними порушеннями [36, с. 11–14].

Попри постійне підкреслення власної неповторності, самооцінка осіб із вираженою егоцентричною спрямованістю є нестійкою та значною мірою залежить від зовнішніх чинників. У зв'язку з цим вони демонструють підвищену потребу в соціальному схваленні та прийнятті. Для таких людей звичайної позитивної оцінки часто недостатньо — їм необхідне постійне захоплення з боку оточення, яке тимчасово компенсує відчуття внутрішньої порожнечі. Будь-які критичні зауваження, навіть конструктивного характеру, сприймаються ними як особиста образа та можуть викликати емоційний біль і захисні реакції.

Для людини з вираженою егоцентричною самоорієнтацією визнання власної помилки та готовність вибачитися часто є психологічно складним завданням, оскільки такі дії суперечать ідеалізованому образу себе. На ранніх етапах формування самоідеалізованої особистісної структури це може супроводжуватися короточасним внутрішнім напруженням, пов'язаним із почуттям провини та зниженням самокритичності.

У більш ускладнених випадках переживання провини й сорому витісняються зі свідомої сфери, а на поведінковому рівні проявляються у формі захисних емоційних реакцій, спрямованих на значущого іншого. Такі реакції нерідко реалізуються через психологічний тиск і викривлення сприйняття ситуації, що дозволяє особистості уникати відповідальності та підтримувати внутрішню цілісність егоцентрично організованого «Я».

У психології подібні стратегії впливу розглядаються як форми дезорієнтуючого міжособистісного впливу, спрямованого на підрив упевненості іншої людини у власних відчуттях, спогадах і здатності адекватно оцінювати події, що відбуваються. Унаслідок цього партнер по взаємодії починає сумніватися у власному розумінні реальності та власній психологічній компетентності.

Дослідники зазначають, що особи з вираженою самоцентрованістю часто демонструють знижену здатність до співпереживання, унаслідок чого в ситуаціях, де очікується емоційна чутливість і підтримка, можуть проявляти емоційну холодність, різкість або відстороненість. При цьому складається враження, що труднощі полягають не стільки у відсутності емпатійних здібностей, скільки у свідомому їх пригніченні з метою збереження психологічного контролю над ситуацією.

З позицій гуманістичної психології підкреслюється, що прагнення піклуватися про інших і здатність до співчуття є базовими людськими потребами. Якщо ці якості не формуються або не підтримуються в процесі виховання та міжособистісної взаємодії, особистість може розвиватися за шляхом надмірної самозосередженості, орієнтуючись переважно на власні інтереси та втрачаючи здатність до довірливих стосунків з оточенням.

З огляду на те, що люди з вираженою егоцентричною фіксацією нерідко мають досвід ранніх емоційних травм, їхній особистісний розвиток може зупинитися на більш ранніх етапах. У таких випадках взаємодія з іншими людьми сприймається не як суб'єкт–суб'єктна, а радше як об'єктна, що ускладнює формування зрілих і рівноправних міжособистісних стосунків.

Підтвердженням зазначеної позиції слугують напрацювання Н. Шварц-Саланта, у яких описується специфіка міжособистісної взаємодії з людьми, що мають виражену егоцентричну самоорієнтацію. Перебуваючи поруч із такою особистістю, у співрозмовника часто виникає відчуття емоційної дистанції або прихованої захисної позиції з її боку. Це нерідко супроводжується тілесною напругою, скутості рухів і загальним відчуттям психологічного дискомфорту. Будь-яке висловлювання партнера по спілкуванню швидко переосмислюється крізь призму власного «Я» та використовується як матеріал для самопідтвердження, фантазування або побудови особистісних уявлень. У результаті інший учасник взаємодії перестає сприйматися як рівноправний суб'єкт діалогу й виконує радше роль зовнішнього подразника, що унеможливорює повноцінний і взаємний обмін думками [52, с. 29].

Поширене в побуті уявлення про людину з вираженою самозосередженістю як про того, хто «надмірно любить себе», суттєво спрощує й спотворює психологічну сутність цього явища. Насправді такі особистісні прояви можуть нести потенційну небезпеку як для соціального оточення, так і для самої людини. За зовнішньою впевненістю, демонстративністю та прагненням до лідерства нерідко приховується потреба компенсувати внутрішню невпевненість, нестійку самооцінку, знижену здатність до співпереживання та схильність до заздрісних переживань. Подібні особливості можуть істотно ускладнювати процеси соціального пристосування та заважати формуванню здорових і гармонійних міжособистісних стосунків.

Водночас окремі прояви егоцентричної спрямованості в помірному ступені притаманні кожній людині й не завжди мають негативний характер. За сприятливих умов вони можуть набувати конструктивного значення та проявлятися у вигляді амбіційності, прагнення до особистісного зростання, бажання отримувати позитивну оцінку, підтримувати привабливий зовнішній вигляд, досягати високих результатів у навчанні чи змаганнях, перемогати, займати провідні позиції, бути авторитетним і соціально значущим.

3. Фрейд увів поняття нарцистичної спрямованості для опису внутрішнього психічного стану, за якого індивід зосереджує психічну енергію на власній особистості, переживанні самозадоволення та отриманні внутрішнього задоволення від себе.

Учений розмежовував два різновиди цього явища — первинну та вторинну форму самоорієнтації. Первинний варіант формується на ранніх етапах онтогенезу й пов'язаний із ставленням дитини до самої себе. Він виявляється у природній любові до власного тіла, переживанні тілесного комфорту та потребі в увазі з боку значущих дорослих. Вторинна форма розвивається в процесі соціального становлення особистості та пов'язана з вибудовуванням ідеалізованого образу «Я», адаптацією до соціальних очікувань, а також отриманням задоволення від соціального схвалення, досягнень і успіху [14, с. 402].

Конструктивна самозосередженість розглядається як адекватна самооцінка та позитивне самосприйняття, що відповідають психологічному благополуччю особистості. Вона відрізняється від надмірно вираженої самозвеличувальної позиції відсутністю демонстративності, марнославства й рис, які ускладнюють міжособистісну взаємодію, зокрема схильності до прихованого психологічного впливу або контролю над іншими [35, с. 84–86].

У соціальному середовищі значно частіше спостерігається дисфункційна форма самозакоханості, яка зазвичай пов'язана з психотравматичним досвідом, порушенням самосприйняття та має деструктивні наслідки для особистісного розвитку й міжособистісних стосунків.

Патологічний варіант самозосередженості відрізняється від нормативного не стільки якісно, скільки рівнем інтенсивності та глибиною особистісних деформацій. Якщо адаптивна форма підтримує стабільну самооцінку, сприяє реалістичним прагненням, не перешкоджає здатності до співпереживання, характеризується гнучкістю та цілісним образом «Я», то дезадаптивна форма виявляється перебільшеним почуттям власної значущості, ґрунтується на нестійкому самосприйнятті, супроводжується дефіцитом емпатійності,

залежністю від зовнішнього підтвердження цінності та проявляється у формах психологічного тиску, ворожих реакціях і тенденції до знецінення інших.

На думку Н. Єрмакової, дослідники розглядають адаптивну та патологічну самоспрямованість як полярні прояви єдиного континууму, між якими існує значна кількість перехідних форм. Нормативний варіант передбачає сформованість зрілих механізмів саморегуляції, що забезпечують досвід досяжного самовдосконалення, реалістичних амбіцій, відповідність автентичності та стійке позитивне ставлення до власної особистості.

Деадаптивні форми нарцисичної самоспрямованості активізують спрощені механізми психічної саморегуляції у поєднанні з неефективними способами психологічної компенсації, що істотно ускладнює процес здорового самоствердження особистості [15, с.71–75].

Н. Мак-Вільямс звертає увагу на тісний зв'язок між підвищеною уразливістю таких осіб і схильністю до заздрощів. Внутрішня переконаність у власній недосконалості та постійний страх викриття власної неспроможності формують болісне порівняння себе з іншими. Унаслідок цього виникає емоційне напруження щодо тих, хто сприймається як більш успішний або задоволений життям. Саме ці переживання часто стають підґрунтям тенденції до знецінення — як власної особистості, так і значущих інших. Коли суб'єкт відчуває внутрішній дефіцит і водночас приписує іншим наявність бажаних якостей, це може спричиняти прагнення нівелювати їхні досягнення через критичність, іронію або демонстративну зневагу [36, с.17].

А. Лісовенко зазначає, що специфіка самосприйняття осіб із вираженою нарцисичною орієнтацією проявляється у спектрі суперечливих внутрішніх переживань. З одного боку, це можуть бути стани внутрішньої порожнечі, нещирості щодо себе, емоційного напруження та заздрості, а з іншого — відчуття самодостатності, пихатої самовпевненості та уявної переваги над оточенням. Такі полярні стани відображають нестабільність образу власного «Я», який коливається між ідеалізованим і знеціненим. У зв'язку з цим особам із подібними особистісними тенденціями властиво швидко змінювати ставлення до значущих

інших — від надмірного ідеалізування до різкого приниження їхньої цінності. В обох випадках спостерігається труднощі з реалістичним сприйняттям людей такими, якими вони є насправді [35, с.84–86].

Ще однією характерною рисою осіб із нарцисичною спрямованістю є ускладнення у формуванні глибоких, емоційно близьких взаємин. Справжня близькість передбачає відкритість, прийняття власної недосконалості та готовність бути вразливим. Для таких людей демонстрація автентичного «Я» часто супроводжується інтенсивними переживаннями тривоги та внутрішнього дискомфорту, пов'язаного з переживанням сорому. З метою уникнення цих емоцій вони схильні дистанціюватися від інтимних стосунків, обмежуючись поверхневими та формальними контактами.

Отже, для більш повного розуміння природи нарцисичних проявів доцільно розглядати їх не як незмінну особистісну характеристику, а як динамічне психологічне утворення, що змінюється залежно від рівня загального психічного функціонування людини та займає певне місце у континуумі психологічного благополуччя.

Рівень психічного благополуччя особистості можна уявити у вигляді континууму, який охоплює чотири основні стани: оптимальний (здоровий), невротичний, межовий (що включає розлади особистості) та психотичний. Самозакоханість як особистісна якість або стратегія самосприйняття також варіюється в межах цього спектра, адаптуючись до кожного з рівнів функціонування психіки.

За словами І. Пруднікової, елементи егоцентричної орієнтації можуть проявлятися як у помірних формах, що виникають у відповідь на загрозу цілісності "Я-образу", так і в більш стабільних формах, які залишаються в межах психічної норми. Йдеться про поступовий перехід від тимчасових станів зосередженості на собі до довготривалих установок, що набувають рис характеру, але не досягають рівня клінічної патології. У деяких випадках такі прояви можуть включати риси, подібні до ознак порушення особистісної структури, однак не є підставою для діагностування важкого розладу.

До основних характеристик яскраво вираженої егоцентричної акцентуації відносять: підвищене почуття власної значущості, сильну зосередженість на фантазіях про успіх чи владу, переконаність у власній винятковості, надмірну потребу в увазі та схваленні, очікування особливого ставлення з боку інших, труднощі у встановленні щирих міжособистісних контактів, брак співпереживання, схильність до заздрощів та демонстративно-зверхню поведінку. Рівні вираженості таких егоцентричних проявів відповідають загальному рівню психофункціонування особистості. Так, на глибоко порушеному (психотичному) рівні може спостерігатися стан величності, наприклад, при шизофренічних розладах; на прикордонному рівні – розлади особистості з надмірною концентрацією на собі; на невротичному – риси характеру, що вказують на егоцентризм, але не досягають клінічної значущості; а на здоровому рівні – це може бути або помірна самозосередженість, або її відсутність узагалі.

Особливої уваги потребує той тип внутрішньої організації особистості, який перебуває між умовною нормою та психічною дисфункцією — тобто порушення характеру, пов'язане з надмірною зосередженістю на власному «Я», низькою здатністю до емпатії та прагненням домінувати у взаєминах. Саме цей тип зазвичай класифікується як порушення структури особистості егоцентричного типу.

Розлад особистісної організації егоцентричного типу належить до групи особистісних порушень драматичного (В) кластеру та характеризується гіпертрофованим відчуттям власної значущості, надмірною потребою у зовнішньому схваленні й захопленні, зниженням або відсутністю здатності до співпереживання, а також схильністю до використання інших у міжособистісних взаєминах. Подібна форма особистісної дисфункції часто поєднується з іншими психічними порушеннями та супроводжується суттєвими труднощами у соціальному, професійному й емоційному функціонуванні, що призводить до психосоціальної дезадаптації [43, с.267].

Таким чином, крайні прояви нарцисичної спрямованості особистості розглядаються як порушення характеру, що відповідає межовому рівню

психологічного здоров'я та супроводжується глибокими зрушеннями у структурі самосприйняття, зокрема нестабільністю самооцінки й залежністю від зовнішнього визнання.

Сукупність егоцентрично орієнтованих характеристик формує відповідний тип характеру. Окремі нарцисично забарвлені риси є складовими індивідуальної особистісної динаміки та можуть виконувати як адаптивну, так і дезадаптивну функцію. Їх наявність не обов'язково свідчить про клінічний рівень особистісного порушення. Натомість акцентуація егоцентричних рис проявляється у підсиленні окремих особистісних особливостей у періоди підвищеної вразливості або стресового напруження та супроводжується використанням специфічних психологічних захисних механізмів, залишаючись у межах умовної норми.

Отже, у межах даного теоретичного аналізу було окреслено сутність феномену нарцисичної самоспрямованості та описано спектр її проявів — від нормативних форм самоповаги до патологічних варіантів особистісного функціонування. Зазначена проблематика є актуальною для різних вікових категорій, зокрема для осіб юнацького віку, у яких відбувається активне формування образу «Я» та системи міжособистісних відносин.

1.2. Особистісні детермінанти самозосередженості в юнацькому віці

Період становлення молодого людини є етапом психічного онтогенезу, упродовж якого за відносно короткий проміжок часу відбуваються глибокі особистісні трансформації. Саме в цей відтинок розвитку не лише формуються нові інтереси, прагнення та життєві орієнтири, але й зазнають змін або втрачають актуальність попередні цінності та установки. Провідного значення набувають мотиви, пов'язані з побудовою життєвих перспектив, професійним самовизначенням і плануванням майбутнього. Ключовою суперечністю раннього етапу дорослішання виступає прагнення до самостійного вибору життєвого шляху за умови ще недостатнього життєвого досвіду [5, с. 2–4].

На думку Н. Єрмакової, молодь становить особливу соціальну спільноту, що перебуває у фазі формування системи ціннісних орієнтацій, професійного та життєвого вибору і водночас ще не посідає стійкого місця в соціальній ієрархії. У цьому визначенні підкреслюється маргінальний характер молодіжної групи, яка перебуває на межі між уже подоланим дитячим досвідом і майбутнім світом дорослого життя. Саме цей прикордонний стан зумовлює виникнення низки соціально-психологічних труднощів, що супроводжують перехід до професійного, сімейного та особистісного самоствердження і набуття суб'єктності [13, с. 105–110].

О. Видра зазначає, що період молодості є своєрідною межею між дитинством і зрілістю. Він охоплює часовий проміжок приблизно від 15–17 до 23 років та поділяється на два етапи: початкову фазу становлення (15–18 років) і власне молодіжний етап (18–23 роки) [6, с. 4].

Н. Єрмакова звертає увагу на те, що егоцентрично зорієнтована спрямованість характеру як деструктивний компонент особистісної структури значною мірою притаманна студентській молоді. Це зумовлено особливостями життя в умовах інформаційного суспільства, прагненням до винятковості, поєднанням почуття переваги з внутрішньою невпевненістю, підвищеними домаганнями та залежністю від зовнішньої оцінки. Особливу небезпеку така тенденція становить через некритичне її сприйняття масовою свідомістю, сформованою впливом популярної культури [13, с. 108].

Л. Король підкреслює, що молодіжний період розвитку може стати підґрунтям для закріплення самозосереджених особистісних установок, йдеться про феномен егоцентричної фіксації. У ситуаціях, коли батьки не визнають емоційних переживань дитини та різко реагують на прояви її самозначущості, формується внутрішній конфлікт. Якщо юнак або юначка залишається наодинці зі своїм ще незрілим образом «Я», за умов надмірного контролю та емоційного неприйняття з боку значущих дорослих, це може призвести до почуття ізоляваності та психологічного «закриття»

У період молодіжного становлення можливе повторне актуалізування ранніх психологічних травм, пов'язаних із переживанням власної значущості, а також посилення егоцентрично спрямованих рис характеру. Саме цей віковий етап є особливо напруженим у контексті формування образу власного «Я», адже одним із найбільш болісних переживань для осіб із самозосередженою організацією особистості є страх відкрито проявити свою справжність у взаємодії з соціальним оточенням.

Пошук життєвих орієнтирів у підлітковому та ранньому молодіжному віці за умов емоційної відстороненості з боку батьків, їхньої байдужості або систематичного знецінення внутрішніх переживань дитини може стати підґрунтям для формування компенсаторного, ідеалізованого образу себе. Таке «підсилене» Я орієнтоване насамперед на зовнішнє схвалення та відповідність очікуванням значущих інших. Якщо подібна зовнішньо приваблива поведінка отримує підтримку з боку батьків і соціального середовища, відбувається поступове віддалення особистості від власної автентичності, що з часом може призвести до глибокої внутрішньої дезорієнтації, пов'язаної з утратою цілісного уявлення про себе [31, с. 265].

К. Демпсі у своїх дослідженнях зазначає, що не всі особи з егоцентричною структурою особистості характеризуються відкритою самовпевненістю та зовнішньою експресивністю. Поряд із психологічно стійкими, емоційно ригідними типами існують індивіди з підвищеною чутливістю. Такі риси можуть проявлятися як у явній, так і в латентній, малопомітній формі [8, с. 25–27].

Тип формування егоцентричної організації особистості — гіперкомпенсаторний, орієнтований на перебільшене самоствердження, або чутливий і вразливий — зумовлюється сукупністю чинників, серед яких важливу роль відіграють ранній досвід розвитку, індивідуально-типологічні особливості, характер сімейних взаємин та вплив соціокультурного середовища.

Якщо особи з гіперкомпенсаторною, зовнішньо орієнтованою організацією особистості зазвичай заперечують власну залежність від міжособистісних зв'язків

і уникають контакту з глибинними емоційними переживаннями, то представники чутливого типу, навпаки, характеризуються такими особливостями:

- підвищеною емоційною вразливістю та схильністю до психологічної травматизації;
- більшою замкнутістю та тенденцією до внутрішньої ізоляції;
- значними труднощами у подоланні невдач, втрат або кризових подій;
- підвищеною тривожністю та зосередженістю на оцінках з боку оточення;
- схильністю відмовлятися від власних потреб у ситуаціях образи чи розчарування (тоді як емоційно ригідні типи частіше дистанціюються від інших);
- переживанням глибокого внутрішнього приниження у випадках відкидання та прагненням відновити прийняття будь-якою ціною;
- відчуттям внутрішньої спустошеності, зниженням суб'єктивної значущості себе;
- соціальним відчуженням у разі переживання власної «невідповідності» соціальним очікуванням;
- страхом емоційної залежності та сором'язливим ставленням до потреби в підтримці;
- емоційними спалахами гніву з подальшим самознеціненням у разі невинуватеної потреби у визнанні;
- тенденцією до перекладання відповідальності на інших;
- переживанням заздрості щодо уявних переваг, які, на їхню думку, мали б належати їм [8, с. 28].

Прояви егоцентрично зорієнтованих рис у період становлення молоді особистості можуть мати різноманітний характер і подекуди набувати навіть протилежних форм. Водночас спільною рисою як для перебільшено самостверджувальної, так і для чутливої варіації цієї особистісної організації є наявність ушкодженої системи самоставлення та внутрішня неузгодженість між актуальним образом себе і бажаним, ідеалізованим уявленням.

Згідно з дослідженнями О. Видри, за умови досягнення психологічної готовності до дорослого життя, реалізації індивідуальних потенціалів та ефективного виховного впливу формується ключове особистісне новоутворення періоду ранньої дорослості — здатність до самовизначення у професійній та особистісній сферах. У західній психологічній традиції це явище описується як сформоване усвідомлення власної соціальної ролі, що дає змогу людині зрозуміти своє місце в суспільстві, зайняти внутрішню позицію дорослого та адекватно оцінювати власні можливості і межі [6, с. 23].

У частини молодих осіб з вираженими егоцентричними тенденціями спостерігаються труднощі у формуванні цілісного образу себе, що зумовлено розщепленням самосприйняття на фактичний та ідеалізований компоненти. В основі такої динаміки лежить внутрішня нестійкість і невпевненість у власній цінності. Самооцінювання таких осіб значною мірою залежить від зовнішніх реакцій і соціального зворотного зв'язку, унаслідок чого відчуття власного «Я» стає мінливим і ситуативним. Подібна залежність від оцінок оточення ускладнює повноцінне виконання вікових завдань розвитку на етапі переходу до дорослого життя.

Міжособистісна взаємодія молоді з ровесниками вибудовується навколо напруження між двома базовими потребами: прагненням до автономії та самовиокремлення, з одного боку, і бажанням належати до значущої групи — з іншого. Вікові суперечності особистісного зростання нерідко супроводжуються переживаннями ізоляваності та відчуттям власної непотрібності, що посилює потребу в соціальних контактах і визнанні з боку однолітків. Водночас комунікативна активність у цьому віковому періоді часто має егоцентричну спрямованість, оскільки прагнення висловити власні переживання і бути почутим переважає над щирою зацікавленістю у внутрішньому світі іншого [4, с. 20].

За спостереженнями Л. Коломієць та Є. Григорук, досвід зростання в умовах надмірної батьківської залученості, ідеалізації дитини та постійного захоплення з боку родини й соціального оточення нерідко формує у подальшому перебільшене уявлення про власну винятковість і значущість. У результаті в особистості

виникає стійка потреба бути об'єктом підвищеної уваги, схвалення та емоційного захоплення з боку інших. Однак у ситуаціях, коли очікуване визнання не знаходить підтвердження у реальних міжособистісних стосунках, з'являється дефіцит повноцінної взаємодії, що сприяє переживанню ізольованості та внутрішньої самотності [24, с. 61–65].

За даними досліджень Н. Єрмакової, для осіб періоду ранньої дорослості характерними є такі егоцентрично зорієнтовані риси, як демонстративна впевненість у власній неповторності, особливості та досконалості. Часто спостерігається тенденція до перебільшення власних здібностей і досягнень, що виконує компенсаторну функцію та спрямована на отримання соціального схвалення. Водночас така зовнішня самопрезентація може поєднуватися з внутрішніми переживаннями безпорадності, сумнівами у власних можливостях, нестійкістю віри у майбутнє, а також емоційною напругою, пов'язаною зі страхом викриття власних слабких сторін. У деяких випадках це супроводжується униканням нових викликів, заниженою оцінкою власного потенціалу та обмеженням особистісного розвитку [15, с. 71–76].

Одним із провідних афективних переживань у внутрішньому світі осіб з егоцентричною організацією особистості є переживання власної недосконалості та внутрішньої оголеності. Воно актуалізується у ситуаціях, коли зовнішня реальність не відповідає ідеалізованому образу себе, який людина прагне підтримувати.

Н. Мак-Вільямс зазначає, що суб'єктивний досвід таких осіб часто насичений переживанням власної неприйнятності та постійним страхом бути негативно оціненим. Це почуття пов'язане з переживанням себе як об'єкта зовнішнього погляду та супроводжується відчуттями безсилля, внутрішньої крихкості та втрати контролю. На відміну від провини, яка ґрунтується на усвідомленні власної відповідальності за вчинки, переживання власної неприйнятності має більш глибокий характер і торкається цілісного образу особистості [36, с. 17].

Таким чином, проблематика егоцентричних рис тісно пов'язана з соціально зумовленими афективними переживаннями, що особливо актуалізуються в період активної соціалізації. Молоді люди можуть переживати підвищену чутливість до оцінок оточення: у разі вразливої форми особистісної організації це проявляється як надмірна сором'язливість і замкнутість, тоді як у разі компенсаторно-перебільшеної форми — як приховане переживання внутрішньої уразливості за зовнішньою самовпевненістю. Подібна динаміка може створювати умови для формування невпевненості в собі, міжособистісної напруги, агресивних реакцій або несвідомого блокування власних досягнень.

Отже, період ранньої дорослості є особливо чутливим до формування та загострення егоцентрично забарвлених особистісних тенденцій. Їх інтенсивність у цьому віці значною мірою пов'язана з перебудовою системи самосприйняття, самооцінювання та уявлень про власне майбутнє. Нестабільність внутрішніх опор зумовлює коливання між ідеалізацією власного образу та надмірною самокритичністю.

Соціальні зв'язки, статус у групі та відчуття визнання набувають провідного значення, що посилює залежність самоставлення від зовнішніх оцінок і схвалення. Егоцентрично забарвлені риси в цьому віковому періоді можуть проявлятися амбівалентно: від адаптивних форм самопідтримки, які сприяють упевненості та самореалізації, до компенсаторно-перебільшених або емоційно дефіцитних варіантів, що призводять відповідно до завищеного або заниженого рівня самооцінки.

1.3.Психологічні детермінанти порушень соціальної адаптації в період ранньої дорослості

У період ранньої дорослості відбуваються значущі морфологічні та функціональні перетворення, завершується фізіологічне становлення організму. Цей етап розвитку характеризується ускладненням життєвого простору особистості: істотно зростає кількість соціальних ролей, інтересів і обов'язків, з'являються нові статуси, що потребують більшої самостійності та відповідальності.

Саме на цей віковий проміжок припадає низка важливих суспільно значущих подій, зокрема набуття повної цивільної дієздатності, усвідомлення правової відповідальності, можливість реалізації громадянських прав, створення сім'ї. Перед молодого людиною постає необхідність визначення професійного напрямку та формування подальших життєвих перспектив. Таким чином, характерною рисою періоду становлення дорослості є підвищене навантаження, пов'язане з пристосуванням до нових соціальних вимог, розширенням кола міжособистісних взаємин, підготовкою до професійної самореалізації та прийняттям відповідальності за власні рішення. Водночас не всі молоді люди однаково успішно справляються з цими викликами, що може зумовлювати труднощі соціального функціонування.

Порушення соціального пристосування у молодому віці проявляється у складнощах налагодження та підтримання соціальних контактів, частих міжособистісних конфліктах, зниженні здатності до саморегуляції, підвищеній емоційній напруженості, тривожних переживаннях, відчутті ізолюваності та неприйняття. Такі прояви формуються внаслідок взаємодії індивідуально-психологічних особливостей особистості з умовами соціального середовища.

Як зазначають В. Корнієнко та М. Косенко, порушення процесу соціального пристосування розглядається як стан невідповідності між можливостями особистості та вимогами середовища. Дане явище має багатозначний характер, оскільки його оцінка залежить від співвідношення з уявленнями про психічну

норму та відхилення. Нерідко такі стани не мають яскравих зовнішніх проявів, однак супроводжуються значним внутрішнім дискомфортом, зокрема підвищеною тривогою, порушеннями сну, зниженням апетиту та загальним емоційним виснаженням.

У поведінці особистості можуть спостерігатися реакції як відкритого, так і прихованого опору. Це виявляється у підвищеній настороженості, невпевненості у власних діях, а також у безпідставних проявах агресії [13, с.117].

Порушення соціального пристосування не зводиться лише до труднощів взаємодії з іншими людьми або залученості до суспільного життя, а становить складне соціально-психологічне утворення.

До характерних проявів цього стану належать відторгнення особистості групою, соціально-психологічна ізоляваність, що супроводжується переживаннями напруження, пригніченого настрою та внутрішнього незадоволення, недостатня сформованість навичок спілкування, дезорганізація поведінки, внутрішня скутість і виражена дистанційованість у взаєминах.

Водночас порушення соціального функціонування може проявлятися і як внутрішня установка особистості. У таких випадках індивід свідомо уникає дотримання групових правил, відкидає позиції інших і чинить їм опір, що призводить до ускладнення міжособистісних контактів та загострення конфліктів. В одному випадку труднощі соціального включення зумовлені відторгненням особи соціальною спільнотою та її нездатністю знайти своє місце в оточенні, в іншому — прагненням самої особистості порушити міжособистісну рівновагу й протистояти вимогам конформності [8, с.25].

До основних ознак порушеного соціального пристосування належать:

- **об'єктивні прояви** — зміни поведінки у соціальному середовищі, невідповідність виконуваних соціальних ролей, деформація поведінкових моделей;
- **суб'єктивні прояви** — емоційні та психологічні зрушення, що варіюють від негативно забарвлених переживань до виражених психопатологічних станів [40].

Стан порушеного соціального балансу розглядається не як динамічний процес, а як стійке переживання внутрішнього дискомфорту, що виникає внаслідок незадоволення базових потреб через використання неефективних поведінкових стратегій. Натомість психологічна рівновага характеризується відчуттям задоволеності потреб і внутрішньої узгодженості [13, с.119].

Протилежним явищем до соціальної неспроможності є соціальне включення — активна взаємодія особистості з умовами сучасного середовища та результат успішного узгодження індивідуальних можливостей із соціальними вимогами [39, с.11].

За підходом В. Корнієнко та М. Косенка, аналізуючи порушення соціально-психологічного функціонування особистості, доцільно виокремити три основні типи такого стану:

- **стійка ситуативна соціальна неспроможність** — ситуація, за якої людина не може знайти ефективні способи входження в певні соціальні умови або взаємодії, попри наявні спроби. Цей стан близький до неефективного пристосування;
- **тимчасове порушення соціального включення** — відповідає нестійкому стану соціального функціонування, який може бути подоланий за умови своєчасного психологічного або соціального впливу;
- **загальна стійка соціальна неспроможність** — глибокий стан внутрішньої напруги та незадоволення, що супроводжується фрустрацією і сприяє формуванню патологізованих захисних реакцій [28, с.53–54].

З огляду на те, що людина є істотою суспільною, порушення соціального включення істотно позначається на всіх сферах її життєдіяльності та загальному відчутті благополуччя — професійній реалізації, дружніх контактах, інтимних взаєминах, а також психічному й фізичному стані.

Такий стан формується внаслідок порушення взаємозв'язку між особистістю та соціальним середовищем. Він проявляється в зниженні здатності повноцінно виконувати соціальні ролі, відповідати вимогам оточення, вибудовувати стабільні міжособистісні взаємини та адекватно реагувати на життєві виклики.

У більшості випадків за поведінковими труднощами осіб із соціальною неспроможністю приховується невротичний внутрішній конфлікт — глибока суперечність між актуальними потребами особистості, її реальними можливостями та зовнішніми обмеженнями. Цей конфлікт може бути пов'язаний зі заниженою самоцінністю, емоційною лабільністю, сумнівами у власних силах, переживанням неприйняття з боку значущого соціального оточення. У сукупності це зумовлює підвищену напруженість, тривожні переживання, агресивні реакції або тенденцію до уникання соціальних контактів.

Під впливом зазначених чинників формується неадекватне реагування на вимоги та умови середовища, що проявляється у різноманітних поведінкових відхиленнях як відповідь на тривалу дію стресогенних факторів. У разі психосоціальної неспроможності порушується не лише зовнішній, функціональний бік соціального залучення, а й його змістовний компонент. Ключовим індикатором такого стану є відсутність цілеспрямованих і ефективних реакцій у ситуаціях, що потребують активної перебудови поведінки та взаємодії з соціальним середовищем [13, с.105–107].

Соціальна ситуація розвитку в період входження у дорослість розглядається як перехідний етап до самотійного життя. Для нього характерне розв'язання ключових життєвих завдань, зокрема професійного вибору, визначення подальшого життєвого курсу, а також особистісного й соціального самовизначення. Успішне виконання цих завдань можливе за умови наявності психологічної готовності до дорослого життя, яка передбачає сформованість особистісних якостей, здібностей і потреб, необхідних для самореалізації в професійній діяльності, суспільному житті та сімейних стосунках.

До основних показників такої готовності належать: розвинена потреба у спілкуванні та сформовані комунікативні вміння; адекватна система потреб і мотивів; здатність до усвідомлення себе та рефлексії; наявність життєвого досвіду; сформований характер; достатній рівень інтелектуального розвитку; уміння продуктивно використовувати власні психофізіологічні можливості у діяльності та міжособистісній взаємодії [4, с.336–338].

Відповідно, порушення соціального функціонування у молодих людей проявляється у протилежних характеристиках: зниженій потребі у спілкуванні, недостатньо сформованих навичках взаємодії, спотвореній мотиваційній сфері, слабкій рефлексії, обмеженому життєвому досвіді, несформованості характеру, недостатньому розвитку мислення та труднощах у використанні власних ресурсів у соціальній і професійній сферах.

О. Видра підкреслює, що однією з ключових труднощів цього вікового етапу є перебудова взаємин із дорослими. Молодь прагне звільнитися від надмірного контролю та опіки, усталених правил і обмежень, наполягаючи на самостійності у поведінці, емоційній сфері та прийнятті рішень. У результаті взаємодія з дорослими набуває більш дистанційованого характеру, що відображає процес становлення автономної позиції особистості [6, с.12–15].

Емоційна дистанційованість від значущих дорослих є одним із чинників, що може сприяти порушенню соціального функціонування в молодому віці, оскільки вона підриває відчуття захищеності та підтримки, здатна формувати переживання власної зайвості. Це, своєю чергою, негативно відбивається на уявленні про власну цінність і впевненості у власних можливостях, а також ускладнює становлення навичок міжособистісної взаємодії.

О. Сергеєнкова зазначає, що на цьому етапі завершується соматичне дозрівання молодих людей: зникають властиві підлітковому періоду тілесні диспропорції та незграбність рухів, а фізична будова набуває індивідуалізованих рис. Водночас зовнішня привабливість залишається важливим чинником налагодження контактів і романтичного спілкування з представниками протилежної статі, що підтримує уважне й часто прискіпливе ставлення до власного тілесного образу, сформоване ще раніше. Унаслідок цього сприйняття своєї зовнішності як такої, що не відповідає суспільним уявленням про привабливість, може закріплювати почуття меншовартості та внутрішню невпевненість. Зазначені труднощі притаманні як юнакам, так і юнкам, однак у дівчат вони зазвичай виражені інтенсивніше [44, с.25].

Уявлення про власну значущість є одним із ключових психологічних чинників соціального пристосування, адже саме від нього залежить відчуття комфортності у взаємодії з іншими, здатність до самопред'явлення та внутрішня впевненість.

Коливання цього уявлення є типовою віковою особливістю молодого періоду життя і можуть сприяти соціальним труднощам через посилення емоційної напруги та соціальних побоювань, підвищену чутливість до зауважень з боку оточення, страх неприйняття, ускладнену реакцію на зміни. У таких умовах можливе звернення до ризикованих або девіантних форм поведінки як способу компенсації внутрішньої нестабільності, пошуку уваги й схвалення через деструктивні дії, що в підсумку поглиблює проблеми соціального включення.

Для повноцінного процесу соціалізації молодій людині необхідно мати відносно надійний тип прихильності та здатність вибудовувати емоційно значущі стосунки. Побоювання емоційного зближення й захисні стратегії уникання можуть формувати переживання ізолюваності та самотності, що сприяє соціальному неблагополуччю.

Молоді люди також більш схильні до імпульсивності та ризикових вчинків порівняно з дорослими, що пов'язано з особливостями нейропсихологічного розвитку, гормональними змінами та віковими психологічними характеристиками. Така поведінка стає проблемною у випадках, коли вона загрожує безпеці самої особи чи оточення, порушує правові або соціальні норми, ускладнює навчання, професійну діяльність і міжособистісні стосунки, а також негативно впливає на загальний психоемоційний стан і якість життя.

Особи молодого вікового етапу часто виявляють відкритість до нового, схильність до пошуку нестандартних рішень і нових форм досвіду, готовність відходити від усталених моделей поведінки, а також прийнятне ставлення до соціальної різноманітності та нетипових проявів.

Загалом такі риси можна розглядати як ресурсні, проте за певних умов вони здатні спричиняти труднощі соціального включення. Зокрема це відбувається тоді, коли поведінкові експерименти виходять за межі соціально припустимого, порушують правові норми або обмежують права інших осіб (використання

психоактивних речовин, руйнівні дії щодо майна, прояви фізичної чи вербальної агресії, ранні інтимні контакти без належних засобів захисту). У таких ситуаціях молода людина може вступати в конфлікти з авторитетними фігурами, відкидати загальноприйняті морально-етичні орієнтири спільноти.

Встановлення товариських взаємин займає вагоме місце в житті молоді, оскільки саме на цьому етапі формується здатність до емоційно насичених зв'язків, взаємного розуміння та довірливих стосунків. Дружба виконує не лише підтримувальну функцію, а й виступає важливим механізмом соціального засвоєння норм, самопізнання та розвитку комунікативної компетентності. У межах дружніх контактів опановуються способи конструктивного розв'язання конфліктів, уміння співчувати, відкрито виражати емоційні стани та враховувати потреби іншого.

Отже, становлення дружніх взаємин є одним із провідних чинників соціального розвитку особистості в цей сенситивний період життєвого шляху.

Р. Павелків зазначає, що потреба у міжособистісній взаємодії в цей період поступово посилюється навіть у молодих людей зі схильністю до замкненості та внутрішньої зосередженості. Контакти з ровесниками виконують низку важливих функцій, зокрема:– виступають значущим джерелом специфічної інформації, яку складно або психологічно незручно отримати від дорослих; – є особливим різновидом діяльності та міжособистісних відносин, у межах яких відбувається засвоєння соціальних ролей і статусів, формування комунікативних умінь та індивідуальних стилів спілкування;– забезпечують унікальний емоційний контакт, що сприяє усвідомленню групової належності, розвитку автономності, внутрішньої стабільності та психологічного комфорту [20, с. 49–50].

Завдяки активній взаємодії та участі в груповому житті молоді люди опановують соціальні компетентності, які мають вирішальне значення для їх подальшого життєвого шляху.

Розглядаючи середовище ровесників, психологи акцентують увагу не стільки на віковій однорідності юнаків і дівчат, скільки на спільності соціального становища, актуальних потреб та життєвих завдань, що загалом формує

специфіку молодіжної субкультури. Саме в цей період виникають перші стійкі дружні та романтичні прив'язаності, які зазвичай мають емоційно насичений, хоча переважно ідеалізований характер [20, с. 45–48].

Отже, здатність вибудовувати повноцінні й гармонійні дружні взаємини значною мірою визначається рівнем соціальної включеності особистості. Молодий віковий етап можна розглядати як період, у якому дружба одночасно виступає ключовим чинником соціального розвитку та потенційним джерелом труднощів. Особи з порушеннями соціального функціонування можуть стикатися з такими проблемами у сфері дружніх відносин, як труднощі у вербалізації власних думок і почуттів або у розумінні невербальних сигналів, складність формування довіри, знижена відкритість та ініціативність через нестійке уявлення про власну цінність, тенденція до ізоляції та уникання контактів, недостатній розвиток навичок конструктивного вирішення конфліктів і неповне засвоєння соціальних норм, обмежена здатність до співпереживання, залучення до груп із деструктивними моделями поведінки, а також надмірна орієнтація на віртуальне спілкування як заміник безпосередньої взаємодії.

З огляду на те, що труднощі соціального залучення в молодому віці тісно пов'язані з індивідуально-психологічними характеристиками, доцільно розглядати нарцисичні прояви як один із суттєвих чинників, здатних ускладнювати процес повноцінного входження особистості в систему соціальних відносин.

Результати досліджень Н. Гаврилюк та А. Кульчицької свідчать, що порушення соціально-психологічного функціонування особистості проявляється у нездатності узгодити власні потреби, прагнення та життєві цілі з вимогами соціального середовища. Така людина відчуває труднощі у виконанні очікуваних соціальних ролей і не знаходить ефективних способів реалізації професійної чи іншої значущої діяльності. Однією з ключових ознак цього стану є тривале перебування у внутрішніх і міжособистісних суперечностях без наявності адекватних психологічних ресурсів для їх подолання.

I. Федь, аналізуючи самозвеличувальні риси у студентської молоді, наголошує на посиленні тенденцій до відокремлення, замкненості, індивідуалістичної спрямованості та втрати глибинних міжлюдських зв'язків. За таких умов порушується гармонійна єдність життєвого переживання та повноцінної взаємодії з іншими, що негативно позначається на особистісному розвитку.

Подібні особливості зумовлюють стійке незадоволення собою, емоційну нестійкість, підвищену вразливість до оцінок оточення, формування поверхневих або інструментальних стосунків, ухиляння від відповідальності, а також активне використання психологічних захистів, зокрема заперечення, проєкції, ідеалізації та знецінення. Це супроводжується труднощами у навчальній або професійній діяльності, відчуттям емоційного виснаження, порушенням цілісного образу себе та схильністю до імпульсивних або небезпечних форм поведінки.

Ризиковані дії у цьому віковому періоді можуть одночасно відображати як проблеми соціального включення, так і наявність самозвеличувальних рис, оскільки часто виконують компенсаторну функцію — слугують способом зниження внутрішньої нестабільності та підтвердження власної значущості.

Емпіричні дослідження О. Саннікової та К. Овчарової доводять наявність тісного зв'язку між схильністю до ризику та проявами самозосередженої особистісної організації. Найбільш вираженими є такі характеристики, як демонстративність, прагнення домінування, інструментальне використання інших, орієнтація на зовнішнє схвалення та самозвеличення. При цьому індивідуальна конфігурація цих рис значною мірою визначається рівнем готовності особистості до ризику, що зумовлює відмінності у поведінкових стратегіях молодих людей.

Схильність до ризикованих дій у поєднанні з самозвеличувальними тенденціями у молодому віці може ускладнювати процес соціального входження, оскільки такі особи часто переоцінюють власні можливості, ігнорують соціальні обмеження та знецінюють зауваження з боку оточення. Це створює перешкоди для формування стабільних міжособистісних стосунків і ефективного пристосування до соціальних вимог.

Для збереження внутрішньої рівноваги таким молодим людям недостатньо простого прийняття з боку інших — їм необхідне постійне зовнішнє підтвердження власної значущості. За його відсутності зростає відчуття внутрішньої порожнечі та самотності, що сприяє ізоляції та поглиблює труднощі соціального функціонування.

Добровільне позбавлення себе життя у період ранньої дорослості є одним із найтяжчих наслідків порушеного соціального функціонування, до якого можуть призводити виражені самозосереджені особистісні риси.

Т. Палько зазначає, що формування аутоагресивних тенденцій у молодому віці значною мірою зумовлюється індивідуально-психологічними характеристиками особистості. Йдеться про емоційну нестабільність, підвищену чутливість, схильність до різких афективних реакцій та імпульсивних вчинків. Подібні особливості, нерідко посилені до рівня характерологічних загострень, створюють ґрунт для труднощів соціально-психологічного включення в період становлення дорослості та можуть бути пов'язані з наявністю самозвеличувальних тенденцій у структурі особистості.

Особи з вираженою орієнтацією на власну значущість часто переживають епізоди глибокого емоційного пригнічення, які інколи досягають рівня, що відповідає клінічним ознакам афективних розладів. У свою чергу, тривалий стан емоційного виснаження і пригніченого настрою може сприяти появі деструктивних думок щодо власного існування та намірів завдати собі шкоди.

Узагальнюючи результати досліджень, Т. Палько вказує, що провідними мотивами аутоагресивної поведінки серед молодих людей, які можуть бути пов'язані з самозосередженими рисами, є: переживання ізольованості та емоційної відчуженості, відчуття нерозуміння з боку значущих інших; реальна або уявна втрата батьківської прихильності, ревності; переживання внутрішнього самозвинувачення, приниження, глибокої образи, незадоволеність власною особистістю; побоювання публічного осуду, приниження або висміювання; страх санкцій чи негативних наслідків; невдачі у романтичних стосунках, ризиковані інтимні переживання; прагнення привернути до себе увагу, викликати співчуття

або жаль; труднощі соціального включення у навчальному середовищі та серед ровесників.

Однією з провідних емоційних реакцій, з якою систематично стикаються особи з самозвеличувальною організацією особистості, є відчуття приниження. Цей стан виникає у ситуаціях, коли реальний досвід не відповідає ідеалізованому образу себе та очікуванням щодо світу.

Н. Мак-Вільямс підкреслює, що суб'єктивний внутрішній світ таких людей часто наповнений переживанням приниження та постійним побоюванням знову його відчути. Ранні психоаналітичні підходи нерідко недооцінювали інтенсивність цього переживання, помилково ототожнюючи його з почуттям самозвинувачення, що призводило до інтерпретацій, які пацієнти сприймали як недостатньо чуйні та підтримувальні.

Самозвинувачення пов'язане з переконанням у власній моральній хибності або здійсненні неправильного вчинку й легко описується через концепцію внутрішнього критика або над-Я. Натомість переживання приниження полягає у відчутті, що людину сприймають як недосконалу чи негідну, при цьому оцінювальний погляд ніби знаходиться поза межами власного Я. Якщо самозвинувачення базується на усвідомленні активної відповідальності за завдану шкоду, то переживання приниження додатково наповнене відчуттями безпорадності, нікчемності та внутрішньої слабкості.

Переживання приниження є соціально зумовленою емоцією, що виникає у процесі оцінювання та підтвердження з боку інших людей. За відсутності соціального контексту потреба в цьому афекті була б мінімальною. Він не є вродженим, а формується в ході соціалізації як механізм регуляції поведінки. У момент такого переживання людина відчуває зниження власної самоцінності порівняно з тим, хто здійснює осуд.

Стан соціального знецінення супроводжується характерними реакціями: прагненням уникнути контакту, сховатись, відвернути погляд, замовкнути, що призводить до переривання взаємодії як з іншими, так і з власним внутрішнім досвідом. Це переживання спрямоване на самість і несе узагальнене негативне

повідомлення про себе. Для осіб з егоцентричними особистісними проявами типовим є досвід раннього пригнічення імпульсів і систематичного осуду природних потреб та почуттів у дитячому віці.

За наявності таких особистісних особливостей спостерігається порушення усвідомлення власної самості, відчуття внутрішньої спустошеності та труднощі самовизначення, що пов'язано з інтеріоризацією численних зовнішніх оцінювальних і засуджувальних установок, спрямованих проти автентичності. Саме тому таких осіб часто характеризують як «внутрішньо порожніх», оскільки їхній образ себе є нестійким і потребує постійного зовнішнього підтвердження. Найбільш інтенсивні переживання соціального знецінення у таких осіб викликають власні потреби та бажання, прояви вразливості, помилки, тілесна слабкість або хвороби, а також саме усвідомлення цих переживань. З метою запобігання руйнуванню образу себе вони можуть відштовхувати ці стани через ворожі реакції, спрямовані на інших людей, об'єкти або власні потреби. Така нападницька поведінка є наслідком дії захисних механізмів знецінення та проєкції і виконує функцію захисту від спрямування негативного переживання всередину. Часто формується тривожне очікування можливого осуду або приниження, що зумовлює випереджувальну захисну позицію.

У контексті підвищеної інтенсивності переживань соціального осуду Д. Натансон виокремлює чотири основні стратегії реагування: відсторонення, що проявляється у замкненості, мовчанні та униканні труднощів; уникання через заперечення, вживання психоактивних речовин або пошук сильних стимулів; спрямування деструктивної напруженості на себе у формі самознецінення та надмірної самокритики; а також спрямування нападницької поведінки на інших — через звинувачення, маніпулятивні впливи, вербальні чи фізичні напади.

Таким чином, більшість стратегій, до яких вдаються особи з егоцентричними особистісними проявами для подолання переживань соціального осуду, мають деструктивний характер і сприяють формуванню труднощів соціального включення. Це проявляється у схильності до ізоляції, залежної

поведінки, зниженні самоцінності внаслідок надмірної самокритики та зростанні міжособистісної напруженості.

З огляду на те, що порушення соціального функціонування в юнацькому віці тісно пов'язані з особливостями особистісного становлення, аналіз егоцентричних особистісних проявів як одного з психологічних чинників, що ускладнюють соціальне пристосування, є науково обґрунтованим і доцільним.

Висновки до першого розділу

У першому розділі здійснено теоретичний аналіз особистісних егоцентричних проявів та їхнього впливу на порушення соціального функціонування осіб юнацького віку. Узагальнення різних наукових підходів і авторських інтерпретацій феномену нарцисизму дозволяє розглядати його як характерологічну особливість, що виявляється у зосередженості на собі, переоцінюванні власної цінності та схильності індивіда інтерпретувати свої якості, поведінкові реакції й емоційні стани крізь призму ідеалізованого самосприйняття, яке часто не відповідає реальному стану речей.

Аналіз основних проявів егоцентрично забарвлених особистісних характеристик дав змогу виокремити низку провідних ознак, зокрема: перебільшене відчуття власної значущості та винятковості, постійну потребу в соціальному підтвердженні й позитивній увазі, прагнення перебувати в центрі подій, знижену здатність до емоційного співпереживання, а також схильність до інструментальних міжособистісних впливів і використання оточення для досягнення власних цілей. Додатково відзначаються низька толерантність до зауважень, ускладнення у сфері міжособистісних контактів, імпульсивність,

ворожі поведінкові реакції та труднощі соціального пристосування до усталених норм і очікувань.

У межах сучасної психологічної науки розмежовують конструктивні та деструктивні форми нарцисизму. Конструктивний варіант сприяє підтриманню адекватного самостворення, формує прагнення до досягнень, орієнтацію на розвиток і самореалізацію. Деструктивний варіант характеризується гіперболізованим відчуттям власної значущості, нестабільністю внутрішнього образу себе, нестачею здатності до співпереживання, залежністю від зовнішнього схвалення та проявляється через маніпулятивні стратегії взаємодії, знецінення інших і деструктивну напруженість у стосунках. Встановлено, що вираженість цих проявів корелює із загальним рівнем психічного благополуччя особистості. Окрему увагу приділено специфіці вияву егоцентричних рис у юнацькому віці, зокрема їхнім полярним формам. Одна з них характеризується показовістю, прагненням до контролю та домінування у взаємодії, інша — підвищеною вразливістю до зовнішніх оцінок, зниженим рівнем самоприйняття та схильністю до переживання соціального знецінення.

У процесі теоретичного аналізу також розглянуто особливості порушеного соціального функціонування молоді та чинники, що його зумовлюють. Серед них — розлад поведінкової регуляції у соціальному середовищі, труднощі реалізації соціальних ролей, деформації у сфері міжособистісної взаємодії, а також емоційні порушення, спектр яких варіюється від суб'єктивно негативних переживань до клінічно значущих психічних розладів.

Узагальнення теоретичних положень дозволило простежити взаємозв'язок між егоцентричними особистісними характеристиками та соціальною неспроможністю осіб юнацького віку. Зокрема, у таких молодих людей часто фіксується напруження між актуальним образом себе та бажаним образом себе, що стає джерелом внутрішньої дисгармонії. Це зумовлює появу низки деструктивних проявів, серед яких — стійке відчуття незадоволеності собою, емоційна мінливість, надмірна чутливість до оцінювання, формування

поверхневих або інструменталізованих стосунків, уникання відповідальності, а також імпульсивні й ризиковані моделі поведінки.

Крім того, для цієї категорії молоді характерне активне залучення психологічних захисних стратегій, зокрема заперечення, проєктивних механізмів, ідеалізації та знецінення. Сукупно це супроводжується труднощами у навчальній і професійній діяльності, емоційним виснаженням та порушеннями процесу формування цілісного образу себе.

РОЗДІЛ 2

Емпіричне дослідження впливу егоцентричних особистісних характеристик на порушення соціального функціонування осіб юнацького віку

2.1. Характеристика вибірки дослідження та психодіагностичний інструментарій

Після ґрунтовного осмислення теоретичних підходів до вивчення егоцентричних особистісних характеристик у періоді ранньої дорослості та порушень соціального функціонування, наступним етапом роботи стало опрацювання емпіричної частини дослідження, що здійснювалася поетапно. На початковій стадії ключовим завданням було науково обґрунтоване визначення психодіагностичних інструментів, здатних адекватно відобразити заявлену в темі проблематику. Добір методик та їх характеристику подано в межах цього розділу. Подальшим кроком стало проведення емпіричного обстеження із залученням вибірки респондентів студентського віку.

Загалом емпірична частина дослідження охоплювала такі етапи:

1. добір психодіагностичних методик для вивчення проявів егоцентричної спрямованості особистості та труднощів соціального пристосування;
2. проведення опитування учасників і первинну обробку отриманих даних;
3. кількісний і якісний аналіз результатів за кожною використаною методикою;
4. визначення взаємозв'язків між показниками егоцентричних характеристик та рівнем порушень соціального функціонування за допомогою кореляційного аналізу;
5. узагальнення й інтерпретація емпіричних результатів.

Дослідження здійснювалося в дистанційному форматі серед 47 студентів Київського інституту бізнесу і технологій (КІБІТ) віком від 17 до 23 років, які навчаються на кафедрі педагогіки та психології професійної освіти ФПКП.

Перейдемо до аналізу застосованих методик. Методика діагностики соціально-психологічного пристосування К. Роджерса та Р. Даймонда є особистісним опитувальником, спрямованим на вивчення особливостей взаємодії особистості з соціальним середовищем, а також індивідуальних характеристик, пов'язаних із ефективністю соціального функціонування (див. додаток Б).

Опитувальник містить 101 твердження, сформульоване у формі опису сторонньої особи та без уживання особових займенників. Такий спосіб побудови висловлювань використовується для того, щоб зменшити тенденцію респондентів безпосередньо ототожнювати себе з текстом запитань. Це, своєю чергою, сприяє зниженню впливу соціально бажаних відповідей і підвищує об'єктивність отриманих результатів.

Для фіксації відповідей застосовується розширена шестибальна шкала, яка дає змогу більш точно відобразити ступінь відповідності тверджень індивідуальному досвіду учасника. Досліджуванам пропонується уважно ознайомитися з кожним висловлюванням і оцінити, наскільки воно співпадає з їхнім життєвим досвідом — від повної невідповідності до повного ототожнення.

Методика передбачає виділення семи узагальнених показників, що характеризують особливості взаємодії людини з соціальним середовищем, серед яких:

- **Рівень соціального функціонування** — відображає здатність особистості ефективно взаємодіяти з оточенням, встановлювати контакти та зберігати психологічну рівновагу у міжособистісних стосунках. Високі значення вказують на гнучкість поведінки та вміння домовлятися, тоді як низькі можуть свідчити про труднощі у спілкуванні, напруженість у взаєминах і схильність до конфліктів.
- **Сприйняття інших людей** — характеризує ступінь відкритості, доброзичливості та поваги до оточення. Високі показники свідчать про здатність враховувати почуття та позиції інших, тоді як низькі — про нетерпимість, осудливість і схильність до критичних оцінок.

- **Внутрішня відповідальність** — показник, що відображає схильність людини пояснювати події власними рішеннями та діями, а не зовнішніми обставинами. Особи з високими значеннями цієї шкали зазвичай беруть на себе відповідальність за власні вчинки та наслідки прийнятих рішень.

Показник **внутрішньої відповідальності** відображає ступінь готовності людини самостійно керувати власним життям і визнавати особисту участь у подіях, що з нею відбуваються. Низькі значення за цією шкалою свідчать про орієнтацію на зовнішні чинники, схильність пояснювати життєві труднощі впливом обставин або інших людей та уникати особистої відповідальності за прийняті рішення.

Шкала **ставлення до себе** дає змогу оцінити загальний характер самоприйняття особистості. Високі результати вказують на позитивне ставлення до власної особистості, впевненість у собі та прийняття своїх особливостей. Натомість низькі показники свідчать про схильність до самознецінення, внутрішньої критики та сумнівів у власних можливостях.

Показник **емоційної врівноваженості** характеризує рівень внутрішнього психологічного благополуччя. Високі значення відображають емоційну стабільність, відчуття спокою та внутрішньої гармонії. Знижені результати, навпаки, сигналізують про напруженість, підвищену збудливість і схильність до внутрішнього дискомфорту.

Шкала **орієнтації на лідерство** визначає прагнення особистості займати активну позицію у взаємодії з іншими, впливати на групові процеси та брати ініціативу на себе. Високі показники характерні для людей із вираженою потребою у впливі та самоствердженні, тоді як низькі — для осіб, схильних до пасивності та підпорядкування.

Показник **унікальної поведінки** відображає тенденцію відходу від реальних труднощів шляхом фантазування або психологічного дистанціювання. Високі значення вказують на схильність ухилятися від вирішення проблем, тоді як низькі — на готовність безпосередньо стикатися з викликами та брати на себе відповідальність за їх подолання.

Кожен із зазначених показників обчислюється за окремою формулою. Оцінювання результатів здійснюється з урахуванням нормативних значень, розрахованих окремо для підліткової та дорослої вибірок.

Для визначення кількісних показників за кожною шкалою підраховується сума балів за відповідними твердженнями опитувальника, що дозволяє отримати інтегральні значення за такими напрямками: рівень соціального функціонування, труднощі соціальної взаємодії, позитивне та негативне самосприйняття, ставлення до інших, емоційний стан, локус контролю, орієнтація на домінування або підпорядкування та схильність до уникання труднощів.

Стандартизація методики визначає діапазони нормативних значень для кожної шкали, що дає змогу зіставляти індивідуальні результати з типовими показниками та робити обґрунтовані висновки щодо особливостей соціально-психологічного функціонування особистості [15, с. 78].

З метою вивчення особистісної спрямованості, пов'язаної з підвищеною зосередженістю на власному «Я», було використано **опитувальник NPI-14** (див. додаток А). Цей інструмент є компактною формою методики, що дозволяє виявити особливості самосприйняття, пов'язані з почуттям винятковості, прагненням до домінування та потребою у визнанні з боку оточення. Опитувальник створений на основі більш розгорнутих версій діагностичних засобів, спрямованих на дослідження самозвеличувальної особистісної орієнтації, і походить від повного варіанту, який містив значно більшу кількість тверджень.

Теоретичну основу методики становлять концепції, у яких описуються особистісні характеристики, пов'язані з надмірною увагою до власної значущості та прагненням підтверджувати її через соціальну взаємодію. В межах опитувальника виокремлюються чотири ключові психологічні виміри.

Перший вимір відображає переконаність у власній унікальності та схильність використовувати соціальне оточення для досягнення особистих цілей, що може супроводжуватися інструментальним ставленням до інших людей.

Другий компонент пов'язаний із самозосередженістю та прагненням до зовнішнього підтвердження власної значущості, що проявляється у бажанні привертати увагу, демонструвати себе та отримувати схвалення.

Третій вимір характеризує орієнтацію на вплив і керівну позицію, відображаючи прагнення до лідерства, контролю та утвердження свого статусу у міжособистісних взаємодіях.

Четверта складова стосується віри у власну ефективність та здатність досягати поставлених цілей самостійно, без опори на допомогу з боку інших.

Методика містить 14 пар альтернативних тверджень, з яких респондент обирає те, що найбільше відповідає його уявленню про себе. Кількість виборів, що збігаються з ключем, дає змогу визначити інтегральний показник вираженості самозвеличувальної особистісної орієнтації, на основі якого встановлюється її низький, середній або високий рівень.

Для дослідження особливостей ставлення людини до власної особистості було застосовано методику Дембо–Рубінштейн (див. додаток В). Даний інструмент спрямований на виявлення того, як індивід сприймає рівень розвитку власних якостей та можливостей.

У межах методики аналізується суб'єктивна оцінка таких характеристик, як фізичний стан, інтелектуальний потенціал, риси характеру, соціальна значущість серед ровесників, практичні вміння, зовнішня привабливість, а також упевненість у собі.

Досліджуванам пропонується за допомогою графічних шкал відобразити, наскільки, на їхню думку, кожна з зазначених якостей є розвиненою на поточний момент. Нижня точка шкали символізує мінімальний рівень прояву характеристики, тоді як верхня — максимально можливий. Позначки, зроблені респондентами, дозволяють кількісно зафіксувати особливості їхнього уявлення про власні ресурси та можливості.

Учасникам дослідження пропонується бланк із п'ятьма вертикальними шкалами, кожна з яких має довжину 100 мм. На кожній шкалі позначено верхню та нижню межі, а також середню точку. Крайні позначки виділені чіткими рисками,

тоді як центральна частина позначена ледь помітною точкою, що слугує орієнтиром.

Подальша обробка результатів здійснюється за шістьма основними шкалами, при цьому перша, тренувальна (що стосується фізичного здоров'я), до аналізу не включається. Усі позначки, зроблені респондентами, переводяться у кількісні показники відповідно до довжини шкали: кожен міліметр відповідає одному балу (наприклад, 54 мм дорівнюють 54 балам).

На наступному етапі для кожної з шести шкал визначаються такі показники:

- а) **рівень домагань** — відстань від нижньої межі шкали до позначки, що відображає бажаний або очікуваний рівень;
- б) **рівень уявлення про власні можливості** — відстань від нульової позначки до символу, що характеризує актуальне самосприйняття;
- в) **ступінь розбіжності** між бажаним і реальним рівнем — інтервал між відповідними позначками; у випадку, коли прагнення нижчі за реальну оцінку себе, показник фіксується зі знаком «мінус».

Після цього обчислюється середнє значення кожного показника за всіма шістьма шкалами. Реалістичний рівень життєвих домагань зазвичай перебуває в межах від 60 до 89 балів. Найбільш сприятливим вважається відносно високий показник — від 75 до 89 балів, оскільки він відображає адекватне уявлення про власний потенціал і є важливою умовою гармонійного особистісного розвитку. Значення від 90 до 100 балів, як правило, свідчать про нереалістичні очікування та недостатню критичність щодо власних можливостей. Показники нижче 60 балів вказують на занижений рівень прагнень і можуть розглядатися як ознака неблагополуччя у становленні особистості.

Рівень суб'єктивної оцінки власних якостей у діапазоні від 45 до 74 балів інтерпретується як відносно адекватний та реалістичний. Показники від 75 до 100 балів свідчать про надмірно позитивне бачення себе, що може вказувати на певні порушення у формуванні особистісної зрілості.

Завищене уявлення про власні можливості часто пов'язане з емоційною незрілістю, труднощами в об'єктивному аналізі результатів своєї діяльності та

недостатньою здатністю порівнювати себе з іншими. У таких випадках спостерігається знижена чутливість до зворотного зв'язку, власних помилок і зауважень з боку соціального оточення.

Показники нижче 45 балів відображають занижене ставлення до себе та свідчать про суттєві труднощі у розвитку особистості. Особи з такими результатами зазвичай становлять нечисленну, але вразливу групу. При цьому низька оцінка себе може мати різну психологічну природу: з одного боку, вона може бути проявом справжньої невпевненості, а з іншого — виконувати захисну функцію, коли демонстративне знецінення власних можливостей дозволяє уникати відповідальності та активних зусиль.

Завершальним етапом емпіричної частини дослідження є узагальнення та інтерпретація отриманих результатів відповідно до використаних психодіагностичних методик.

2.2. Узагальнення та тлумачення результатів дослідження

На початковому етапі було здійснено аналіз методики соціально-особистісної пристосованості, розробленої К. Роджерсом та Р. Даймондом. Отримані показники за всіма шкалами й рівнями для кожного учасника дослідження подано в таблиці 2.1.

Таблиця 2.2.

Аналіз результатів опитування за методикою Роджерса-Даймонда

Шкала	Середнє	Мінімум	Максимум	Стандартне відхилення
Адаптивність	148.85	120	180	18.89
Дезадаптивність	91.0	29	155	32.16
Прийняття себе	46.72	34	57	6.81
Неприйняття себе	12.4	1	27	8.0
Прийняття інших	24.74	17	34	4.65
Неприйняття інших	15.7	4	32	6.71
Емоційний комфорт	23.66	12	31	5.4
Емоційний дискомфорт	18.51	5	33	8.66

Джерело: узагальнено автором за результатами власного дослідження

У ході систематизації емпіричних показників, поданих у таблицях 2.1 і 2.2, було здійснено розгорнутий аналіз психологічних параметрів учасників за окремими шкалами діагностичного інструментарію Роджерса–Даймонда. Опрацювання даних 47 респондентів дало змогу охопити різноманіття індивідуальних психічних характеристик та підвищити надійність отриманих узагальнень.

Середній показник пристосувальної спроможності становив 148,85 бала, що свідчить про загалом високий рівень здатності ефективно функціонувати в умовах соціального середовища. Максимальне значення (180 балів) вказує на наявність осіб із вираженою психологічною гнучкістю, емоційною рівноваженістю та внутрішньою узгодженістю. Водночас мінімальне значення (120 балів) відображає різницю в рівнях особистісної узгодженості з вимогами середовища. Показник порушеної пристосованості коливався від 29 до 155 балів за середнього значення 91,00 бала. Така варіативність (стандартне відхилення — 32,16) засвідчує наявність осіб зі схильністю до психоемоційної дезорганізованості, труднощів у подоланні життєвих викликів і недостатньо сформованих механізмів саморегулювання.

Середній рівень позитивного ставлення до себе становив 46,72 бала (мінімум — 34, максимум — 57), що в цілому відображає доброзичливе сприйняття власної особистості, прийняття емоцій, потреб і поведінкових проявів. Такий показник є важливою передумовою внутрішньої рівноваги та психологічної гармонії. Разом із тим у частини опитаних зафіксовано нижчі значення, що може свідчити про підвищену самокритичність, занижену оцінку власних можливостей або труднощі з формуванням цілісного образу себе.

Показник негативного ставлення до себе мав середнє значення 12,40 бала (діапазон — від 1 до 27). Це свідчить про загалом невисокий рівень відторгнення власного «Я», однак у поодиноких випадках виявлено виразні ознаки внутрішньої напруженості, що можуть бути пов'язані з негативним самосприйняттям, переживанням провини, підвищеною напругою або складнощами прийняття власного життєвого досвіду.

Середній бал за шкалою прийняття оточення склав 24,74, що вказує на загальну здатність до співпереживання, терпимості та відкритості у міжособистісній взаємодії. Максимальне значення (34 бали) підтверджує, що частина респондентів демонструє високий рівень доброзичливого ставлення до інших без прагнення їх змінювати чи оцінювати.

Водночас середній рівень неприйняття соціального оточення (15,38 бала) з коливанням від 4 до 32 балів свідчить про наявність помітної групи осіб із недовірою до інших, підвищеною критичністю або схильністю до напружених взаємин. Такі риси можуть ускладнювати якість соціальної взаємодії, перешкоджати формуванню довірливих контактів і ефективній командній діяльності.

За шкалою емоційної врівноваженості середній показник становив 22,53 бала, що відображає переважно позитивний емоційний фон, здатність конструктивно проживати почуття та загальне відчуття психологічної стабільності. Максимальні значення (до 31 бала) вказують на окремі випадки високої емоційної стійкості та внутрішнього комфорту.

Середній показник емоційного напруження становив 20,53 бала, що відображає присутність у частини респондентів негативних переживань, пригніченого настрою або тривожності. Високе стандартне відхилення (8,39) свідчить про значну різницю в станах: від емоційної стабільності до вираженої нестійкості психоемоційного стану.

Середнє значення внутрішнього контролю над подіями становило 50,06, що свідчить про переважання у респондентів орієнтації на власну відповідальність за життя, прийняті рішення та результати діяльності. Така позиція характеризує психологічно зрілу особистість із розвиненими навичками саморегуляції.

Натомість зовнішній контроль над подіями мав середнє значення 25,30 бали, що свідчить про те, що частина респондентів схильна пояснювати події зовнішніми обставинами, соціальним тиском або долею. Це може вказувати на труднощі в ухваленні рішень або на тенденцію уникати відповідальності в складних ситуаціях.

Середній рівень прагнення до впливу становив 10,32 бала, що відображає помірну потребу в лідерстві, контролі над ситуацією та впливі на інших. У деяких респондентів цей показник був низьким, що може свідчити про невпевненість або пасивну соціальну позицію.

Середній рівень схильності до підпорядкування складав 17,43 бала, що вказує на наявність у частини респондентів тенденції до залежної поведінки, пошуку підтримки ззовні та уникання конфліктів.

Підвищена схильність до підпорядкування може обмежувати ефективне самоствердження та демонстрацію власних можливостей у соціальному середовищі. Показник уникання реальності (ескапізм) у середньому становив 14,36 бала, що свідчить про помірну тенденцію уникати реальних проблем, поринати у фантазії або використовувати неефективні стратегії подолання життєвих труднощів. Високі значення цієї шкали можуть бути ознакою недостатньо ефективних механізмів саморегуляції, що потребує додаткового індивідуального аналізу.

Загалом результати дослідження за методикою Роджерса-Даймонда демонструють позитивний психоемоційний стан більшості респондентів, з помірною варіативністю показників у межах окремих шкал. Високі результати за шкалами прийняття себе та інших, внутрішньої відповідальності та здатності до ефективного соціального функціонування свідчать про достатньо сформовану психологічну зрілість учасників.

Водночас наявність респондентів із підвищеними показниками емоційної нестійкості, неприйняття себе та оточення, високого рівня емоційної напруженості та схильності до уникання реальності вказує на необхідність цільової психологічної підтримки та впровадження програм розвитку емоційної компетентності, стійкості до стресу та навичок ефективного соціального функціонування.

Аналіз узгоджених даних, представлених у таблиці 2.3, підтверджує загалом сприятливий психоемоційний стан учасників вибірки з невеликою диференціацією показників на окремих шкалах.

Таблиця 2.3.

**Відсоткове та кількісне співвідношення результатів за
методикою Роджерса-Даймонда**

Шкала	Нижче норми	В межах норми	Вище норми
Адаптивність	0 (0.0%)	9 (33.33%)	18 (66.67%)
Деадаптивність	18 (66.67%)	9 (33.33%)	2 (7.41%)
Прийняття себе	0 (0.0%)	8 (29.63%)	19 (70.37%)
Неприйняття себе	16 (59.26%)	11 (40.74%)	0 (0.0%)
Прийняття інших	0 (0.0%)	11 (40.74%)	16 (59.26%)
Неприйняття інших	13 (48.15%)	13 (48.15%)	1 (3.7%)
Емоційний комфорт	3 (11.11%)	21 (77.78%)	3 (11.11%)
Емоційний дискомфорт	7 (25.93%)	15 (55.56%)	5 (18.52%)
Внутрішній локус контролю	0 (0.0%)	16 (59.26%)	11 (40.74%)
Зовнішній локус контролю	6 (22.22%)	17 (62.96%)	4 (14.81%)
Домінування	1 (3.7%)	21 (77.78%)	5 (18.52%)
Підлеглість	4 (14.81%)	20 (74.07%)	3 (11.11%)
Ескапізм	3 (11.11%)	20 (74.07%)	4 (14.81%)

Джерело: складено автором на основі проведеного дослідження

Зокрема, 66,67% учасників дослідження продемонстрували високий рівень пристосовності, що характеризує їх як осіб із сформованими механізмами самоконтролю, здатних ефективно реагувати на зміни в оточенні. Цей показник співпадає з тим, що аналогічна частка респондентів (66,67%) показала низький рівень недостатньої адаптації, що свідчить про відсутність суттєвих ознак психоемоційної дезорганізації.

Рівень прийняття себе був високим у 70,37% учасників, що свідчить про сформоване позитивне сприйняття власної особистості, внутрішню узгодженість і стабільну самоідентичність. У 59,26% респондентів спостерігався низький рівень відторгнення власного «Я», що додатково підтверджує позитивне ставлення до себе. Схожа тенденція відзначена й у ставленні до оточення: понад 59% учасників демонструють високий рівень прийняття інших, а ще 40,74% — нормативний, що свідчить про відкритість до соціальних контактів, толерантність та здатність до взаєморозуміння.

Значна частина респондентів (77,78%) перебуває в межах нормативного рівня емоційної стійкості, а 11,11% мають підвищене значення цього показника. Це вказує на позитивний емоційний фон, стабільність психоемоційного стану і відсутність хронічного напруження. Емоційна нестійкість у 25,93% учасників була низькою, у 55,56% — у межах норми, і лише у 18,52% — підвищеною, що відображає помірну присутність напруження, тривожності або коливань настрою у частини вибірки.

Щодо внутрішньої відповідальності за власні дії, 40,74% респондентів продемонстрували високий рівень, а 59,26% — середній, що свідчить про сформовану здатність брати відповідальність за рішення та усвідомлювати вплив власних дій на події. Показники залежності від зовнішніх обставин у більшості (62,96%) залишалися в межах норми, що підтверджує домінування внутрішньої орієнтації.

Соціальні ролі, пов'язані з управлінськими впливами та підлеглистю, демонструють збалансований розподіл: більшість респондентів мають середні показники (77,78% і 74,07% відповідно), що свідчить про гнучкість у міжособистісних взаємодіях. Надмірне прагнення до контролю або підпорядкування відзначалося лише у невеликої частки учасників і не впливає суттєво на загальний психологічний портрет вибірки.

У більшості випадків (74,07%) схильність до втечі від реальності перебувала в межах норми, що свідчить про те, що респонденти здебільшого користуються реалістичними способами вирішення проблем. Водночас у 14,81% учасників цей показник був підвищеним, що може свідчити про схильність уникати реальні труднощі, ізолюватися або звертатися до уявного світу для захисту себе.

Отже, результати дослідження показують переважання у вибірці позитивних психологічних характеристик, сформованих механізмів пристосованості до життя та збалансованої емоційної регуляції. Водночас у частини респондентів спостерігалися окремі прояви, які можуть бути сигналом потенційних внутрішніх конфліктів або неефективних способів подолання стресу. Ці спостереження обґрунтовують необхідність створення індивідуальних програм психологічної

підтримки, спрямованих на зміцнення емоційної стабільності, здорового ставлення до себе та ефективної взаємодії з іншими людьми.

Наступним етапом дослідження було застосування опитувальника для оцінки егоцентричних рис особистості (NPI-14). Результати представлені у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4.

Результати опитування за методикою NPI-14

Критерій	Кількість респондентів	Відсоток від загальної вибірки (%)
Загальний нарцисизм (низький рівень)	5	10.64
Загальний нарцисизм (середній рівень)	20	42.55
Загальний нарцисизм (підвищений рівень)	22	46.81
Підвищений рівень за шкалою 'Самозаглиблення / самозахоплення'	12	25.53
Підвищений рівень за шкалою 'Влада'	2	4.26
Підвищений рівень за шкалою 'Самовдосконалення'	3	6.38
Щонайменше одна підвищена субшкала	12	25.53
Підвищений рівень у двох або більше субшкалах	5	10.64

Джерело: складено автором на основі проведеного дослідження

Аналіз отриманих результатів показує, що найбільша частина досліджуваних — 46,81% (22 респонденти) — демонструє підвищений рівень егоцентричних рис особистості. Це свідчить про те, що у їхньому характері переважають такі риси, як потреба у схваленні, прагнення привертати увагу до себе, орієнтація на оцінку інших людей, відчуття власної унікальності та підвищена чутливість до критики.

Водночас 42,55% респондентів (20 осіб) мають середній рівень цих рис, що вказує на відносно збалансоване поєднання впевненості у собі, цілеспрямованості та поваги до себе без надмірної самозакоханості. Лише 10,64% (5 осіб) демонструють дуже низький рівень, що з одного боку може говорити про скромність і невелику потребу впливати на інших, а з іншого — у випадках занадто низького сприйняття себе — про труднощі з самопрезентацією або схильність до знецінення власних досягнень.

Розгляд результатів за окремими підшкалами дозволяє детальніше розкрити особливості проявів егоцентричних рис. Найбільше респондентів (25,53%, 12 осіб) мають підвищений рівень емоційного самозосередження, що означає часту фокусованість на власних переживаннях та потребу бути в центрі уваги. Така тенденція часто супроводжується прагненням підтверджувати свою значущість через оцінку оточення, публічну активність або символічні досягнення.

За підшкалою прагнення до контролю над іншими високі показники мають лише 2 респонденти (4,26%), що вказує на рідкісність поведінки, спрямованої на керування або домінування над іншими серед більшості учасників. Це свідчить про те, що бажання керувати чи підпорядковувати інших не є основною мотивацією для більшості респондентів.

Схожа ситуація спостерігається за підшкалою прагнення до саморозвитку, де високий рівень виявлено у 3 осіб (6,38%). Це означає, що лише поодинокі учасники мають сильну орієнтацію на досягнення досконалості, прагнення робити все ідеально або надмірну прив'язаність до успіху як основної життєвої цінності.

В цілому, 12 респондентів (25,53%) мали підвищені показники принаймні за однією підшкалою, що дозволяє говорити про наявність помітної егоцентричної тенденції у чверті вибірки. Водночас лише 5 респондентів (10,64%) демонструють високі показники за двома або більше підшкалами, що свідчить про стійку схильність до егоцентричності у невеликої частини вибірки. Саме поєднання кількох таких проявів може сильніше впливати на соціальну поведінку, емоційні реакції та міжособистісні взаємодії.

Таким чином, на основі отриманих результатів можна зробити такі висновки:

- більшість респондентів демонструють середній або помірно підвищений рівень егоцентричних тенденцій, що відповідає здоровому самоповаги, здатності до самоствердження та мотивації до особистісних досягнень;
- яскраво виражені егоцентричні прояви спостерігаються лише у частини вибірки і переважно стосуються емоційної сфери — зосередженості на

власних почуттях і переживаннях, а не прагнення контролювати інших чи постійно досягати високих результатів;

- патологічних проявів егоцентричності не зафіксовано, проте у деяких випадках такі риси можуть виконувати компенсаторну функцію при внутрішніх конфліктах або травматичних переживаннях.

Отримані дані мають не лише діагностичне значення, а й практичне застосування в психологічній профілактиці: вони можуть слугувати основою для розробки рекомендацій щодо розвитку емпатії, підвищення емоційної зрілості, формування реалістичного сприйняття себе та розвитку конструктивних навичок у спілкуванні з іншими.

Останньою застосованою методикою стала «Шкала оцінки власних якостей Дембо-Рубінштейна» (табл. 2.5).

Оцінювання власних можливостей респондентів охоплювало шість основних сфер: інтелектуальні здібності, характер, авторитет серед однолітків, практичні вміння, зовнішність та впевненість у собі. Аналіз результатів виявив важливі тенденції та відмінності, які заслуговують окремої уваги.

У категорії «інтелектуальні здібності» середнє значення склало близько 71 балу, що відповідає середньому та високому рівню самоповаги. Лише близько 7% респондентів оцінюють себе на низькому рівні, майже половина — на середньому, а 44% — на високому. Це свідчить про те, що більшість учасників демонструють впевненість у власних пізнавальних можливостях, що позитивно впливає на їхню активність у навчанні та мотивацію до здобуття знань.

Таблиця 2.5.

Результати за методикою Дембо-Рубінштейна

Шкала	Середнє	Мінімальне	Максимальне	Кільк. низький	Кільк. середній	Кільк. високий	Низький	Середній	Високий
Розум, здібності	1.11	0.00	100.00	2.00	13.00	2.00	7.41	48.15	44.44
Характер	8.52	40.00	90.00	1.00	16.00	0.00	3.70	59.26	37.04
Авторитет у однолітків	9.26	0.00	90.00	6.00	12.00	.00	22.22	44.44	33.33
Уміння багато робити своїми руками, умілі руки	2.22	0.00	100.00	9.00	5.00	3.00	33.33	18.52	48.15
Зовнішність	0.00	40.00	100.00	2.00	15.00	0.00	7.41	55.56	37.04
Впевненість у собі	5.19	20.00	90.00	5.00	13.00	.00	18.52	48.15	33.33

Джерело: складено автором на основі проведеного дослідження

Шкала «особистісні риси» показала середнє значення близько 68,5 бала. Лише 3,7% респондентів оцінили свої моральні та характерні якості низько, більшість — на середньому рівні (59,3%), а 37% — на високому. Такий розподіл свідчить про адекватне сприйняття власних рис особистості, хоча частина учасників схильна завищувати оцінку, що може свідчити про недостатню самокритичність або тенденцію до самозаспокоєння.

За шкалою «соціальний авторитет серед однолітків» середнє значення склало 59,3 бала. При цьому 22,2% респондентів відчувають себе недостатньо впливовими в групі, 44,4% мають середній рівень впевненості, а 33,3% — високий. Такі результати свідчать про наявність у колективі як учасників із впевненим соціальним становищем, так і тих, хто почувається менш інтегрованим. Це може стати основою для соціально-психологічних занять, спрямованих на розвиток комунікативних та взаємодійних навичок.

Шкала «практичні навички» показала середнє значення 62,2 бала при розкиді від 0 до 100. Низький рівень навичок зазначили 33,3% респондентів, середній — 18,5%, високий — 48,1%. Це свідчить про помітну різницю в оцінках:

частина учасників недооцінює свої практичні здібності, можливо через невпевненість або порівняння себе з іншими, тоді як інші мають надмірну впевненість, що потребує додаткового аналізу щодо об'єктивності оцінки.

За шкалою «зовнішній вигляд» середнє значення склало 70 балів. Лише 7,4% респондентів оцінюють себе низько, 55,6% — середньо, а 37% — високий рівень задоволеності власним виглядом. Це показує, що більшість учасників позитивно сприймають свою зовнішність, хоча невелика частина критично оцінює себе, що може впливати на загальне сприйняття власної особистості та соціальну поведінку.

Аналіз відсоткового розподілу показав, що за більшістю показників переважають середні та високі рівні оцінки себе, що свідчить про загалом адекватне або трохи завищене сприйняття власних можливостей. Особливу увагу слід приділити тим аспектам, де фіксується значна частка низьких оцінок — зокрема, «впевненість у соціальному статусі серед однолітків» та «рівень практичних навичок». Це вказує на потребу підтримки впевненості в собі та розвитку конкретних умінь.

З огляду на отримані результати, узагальнені показники самовідчуття наведено в таблиці 2.6 та на рисунку 2.1.

Таблиця 2.6.

Рівні самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейна

Рівень самооцінки	Кількість осіб	Відсоток (%)
Середній	31	65.96%
Високий	12	25.53%
Низький	4	8.51%

Джерело: складено автором на основі проведеного дослідження

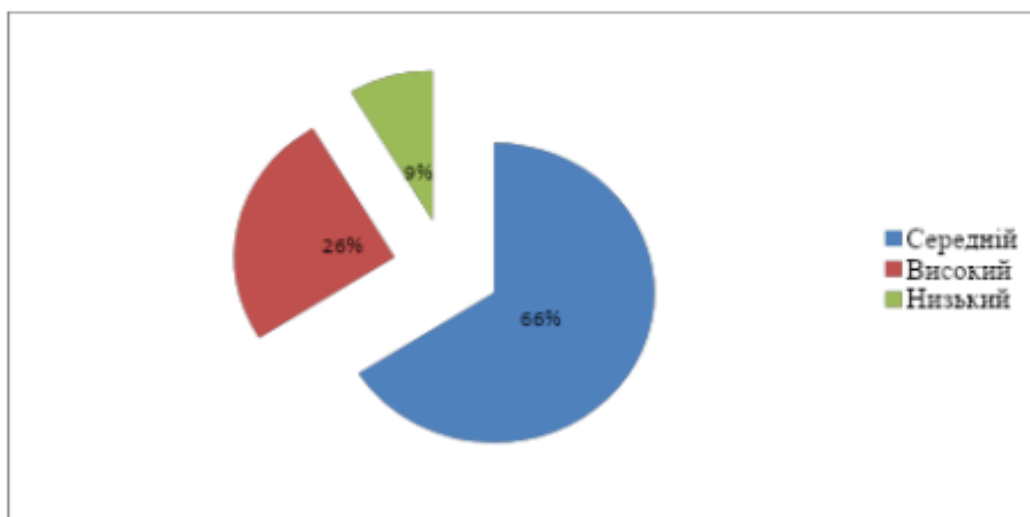


Рис. 2.1. Рівні самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейна

Джерело: складено автором на основі проведеного дослідження

Отже, результати оцінки внутрішнього самовідчуття респондентів наведені для всієї вибірки — 47 осіб. При збереженні пропорцій було виділено три рівні сприйняття себе: середній, високий і низький. Кількісні показники дозволяють більш точно зрозуміти тенденції у розподілі цього психологічного параметра серед учасників дослідження.

Найбільшу групу становлять респонденти із середнім рівнем самовідчуття — 31 особа (65,96%). Це свідчить про те, що більшість учасників мають емоційно врівноважене уявлення про себе, реалістично оцінюють власні можливості та межі, без схильності до надмірного перебільшення чи применшення власної цінності. Такий рівень є показником сформованої здатності до конструктивної взаємодії із соціальним оточенням і дозволяє уникати надмірної чутливості до оцінок інших.

Друга за чисельністю група — респонденти з підвищеним рівнем самовідчуття — 12 осіб (25,53%). Вони проявляють високу впевненість у власних силах, позитивне сприйняття себе, орієнтацію на досягнення та усвідомлене почуття власної гідності. За відсутності компенсаторних чи захисних тенденцій така впевненість є чинником психологічної стабільності, активної мотивації та ініціативності в соціальних взаємодіях. Проте надмірна самовпевненість може

іноді свідчити про недостатню самокритичність або схильність ігнорувати зовнішні обмеження.

Лише 4 респонденти (8,51%) показали низький рівень самовідчуття, що може вказувати на невпевненість у собі, занижене сприйняття власної цінності, схильність до самозвинувачення або внутрішні психологічні конфлікти. Хоч ця частка невелика, вона підкреслює потребу у психологічній підтримці для таких осіб із метою підвищення впевненості, формування стійкого образу себе та запобігання проявам соціальної чи емоційної незрілості у складних ситуаціях.

Таким чином, проведений аналіз показує, що у більшості учасників дослідження спостерігається нормативний рівень самосприйняття, що свідчить про психологічну зрілість і здатність до ефективної соціальної взаємодії. Чверть вибірки демонструє підвищений рівень впевненості в собі, що потребує додаткового аналізу для визначення, чи є він конструктивним, чи відображає компенсаторні механізми. Низький рівень самовідчуття у окремих осіб вимагає уваги психолога як потенційний фактор ризику емоційної нестійкості або зниження мотивації до самореалізації. Загалом структура розподілу внутрішнього самовідчуття є позитивною, але виявляє внутрішню різноманітність, що створює підстави для цілеспрямованих психологічних заходів і тренінгових програм.

Для визначення взаємозв'язку між рисами егоцентричної поведінки, внутрішнім самовідчуттям та соціальними труднощами у взаємодії з оточенням застосували кореляційний аналіз за методом Пірсона (табл. 2.7–2.9).

Виконаний аналіз дозволяє встановити наявність статистично значущих взаємозв'язків між окремими проявами егоцентризму та рівнем труднощів у соціальному функціонуванні. До дослідження було включено три ключові аспекти егоцентричної поведінки — зосередженість на власних переживаннях, прагнення до впливу та прагнення до особистісного вдосконалення — які відображають основні риси у методиці NPI-14, а також показник соціальних труднощів, що характеризує здатність особистості ефективно функціонувати у стабільному соціально-психологічному середовищі.

Таблиця 2.7.

Кореляційні зв'язки між шкалами нарцисизму та дезадаптивністю

Пара змінних	Коефіцієнт кореляції (r)	Рівень значущості (p)	Інтерпретація
Самозаглиблення – Дезадаптивність	0.035	0.815	Зв'язок статистично незначущий
Влада – Дезадаптивність	0.24	0.104	Зв'язок статистично незначущий
Самовдосконалення – Дезадаптивність	0.277	0.059	Зв'язок статистично незначущий

Джерело: складено автором на основі проведеного дослідження

Результати аналізу показали, що жоден із отриманих коефіцієнтів кореляції не досяг статистичної значущості ($p > 0,05$). Зокрема, зв'язок між рівнем емоційної зосередженості на власних переживаннях та соціальними труднощами виявився мінімальним ($r = 0,035$, $p = 0,815$). Це свідчить про те, що фокус на власному внутрішньому світі не обов'язково пов'язаний із порушеннями соціальної або психологічної функціональності. Такий результат може означати, що самоаналіз і рефлексія не завжди шкодять соціальній взаємодії, особливо якщо вони не супроводжуються тривожністю чи емоційною нестабільністю.

Рівень прагнення до впливу на інших показав слабкий позитивний зв'язок із соціальними труднощами ($r = 0,240$), але статистично він не є достовірним ($p = 0,104$). Незважаючи на це, така тенденція може свідчити про можливу схильність до труднощів у взаємодії у тих, хто прагне контролювати оточення — наприклад, проявляючи жорсткість, конфліктність або сильну потребу у схваленні від інших. У психологічній літературі подібна поведінка часто розглядається як компенсаторний механізм для подолання невпевненості або нестійкого сприйняття власних можливостей.

Найвищий коефіцієнт кореляції спостерігався між прагненням до самовдосконалення та соціальними труднощами ($r = 0,277$, $p = 0,059$), хоча він теж статистично незначущий. Це значення близьке до порогу значущості і може свідчити про потенційний зв'язок у більших або більш структурованих вибірках. Така тенденція може вказувати, що у людей із сильним бажанням досягати

особистих цілей і покращувати себе іноді з'являються риси, що ускладнюють адаптацію — наприклад, непомірна вимогливість до себе, страх невдач або ригідність мислення. У цьому випадку прагнення до самовдосконалення може виступати не лише ресурсом, а й джерелом внутрішньої напруги.

Загалом, результати демонструють відсутність прямих, достовірних лінійних зв'язків між егоцентричними рисами та рівнем соціальних труднощів у вибірці. Коефіцієнти показують лише слабкий або помірний позитивний зв'язок, який не є статистично значущим. Це говорить про те, що такі риси не визначають рівень труднощів у соціальному функціонуванні самотійно, а їхній вплив є опосередкованим і залежить від інших характеристик особистості, таких як впевненість у собі, емоційна стабільність, способи подолання стресу та тип міжособистісних взаємин.

Метою аналізу було перевірити наявність статистично значущих зв'язків між трьома ключовими аспектами егоцентричної поведінки — фокусом на власних переживаннях, прагненням до впливу та самовдосконаленням — і загальним рівнем внутрішньої впевненості у власних можливостях, визначеним за методикою Дембо–Рубінштейн. Дослідження проводилося на вибірці з 47 осіб, що дозволяє робити обґрунтовані висновки в межах цього контингенту.

Таблиця 2.8.

Кореляційні зв'язки між шкалами нарцисизму та самооцінкою

Шкала нарцисизму	Коефіцієнт кореляції (r)	Рівень значущості (p)	Інтерпретація
Самозаглиблення	0.005	0.972	Зв'язок статистично незначущий
Влада	0.038	0.802	Зв'язок статистично незначущий
Самовдосконалення	-0.165	0.267	Зв'язок статистично незначущий

Джерело: складено автором на основі проведеного дослідження

Результати аналізу показали, що жодна з трьох досліджуваних характеристик егоцентричної поведінки не має статистично значущого зв'язку з рівнем внутрішньої впевненості та оцінки власних можливостей. Для шкали, яка відображає фокус на власних переживаннях і прагнення до особливої ролі у

соціальному середовищі, демонстративність та схильність до самозосередження, коефіцієнт кореляції склав $r = -0,034$ при $p = 0,816$. Це свідчить про відсутність лінійного зв'язку: рівень впевненості в собі респондентів не залежить від того, наскільки вони схильні концентруватися на власних почуттях або демонструвати власну унікальність.

Шкала, що оцінює прагнення контролювати інших та впливати на оточення, показала коефіцієнт $r = -0,061$ при $p = 0,676$. Незважаючи на негативний знак, зв'язок дуже слабкий і статистично незначущий. Це означає, що підвищена потреба у керівній ролі або домінуванні не впливає на оцінку власних здібностей і особистісну впевненість. Іншими словами, респонденти з вираженим прагненням до контролю не обов'язково оцінюють себе вище або нижче, ніж інші — ці характеристики у них розвиваються незалежно.

Найбільший коефіцієнт кореляції спостерігався для шкали прагнення до самовдосконалення — $r = 0,207$, однак рівень значущості $p = 0,161$ не дозволяє вважати його достовірним. Проте цей показник демонструє слабку позитивну тенденцію: у тих, хто прагне до саморозвитку, досягнень та вдосконалення себе, рівень внутрішньої впевненості може бути трохи вищим. Це логічно, адже помірне прагнення до розвитку зазвичай корелює з позитивним образом власного «Я». Водночас у межах цієї вибірки такий зв'язок не є стабільним або поширеним серед усіх учасників.

Загалом, отримані дані свідчать про те, що рівень оцінки власних можливостей і внутрішньої впевненості у вибірці з 47 осіб не залежить від рис егоцентричної поведінки. Відсутність статистично значущих зв'язків може пояснюватися кількома причинами: по-перше, у вибірці переважають адаптивні прояви цих рис без крайніх форм; по-друге, можливе існування складніших нелінійних або опосередкованих взаємозв'язків, які не фіксуються стандартним кореляційним методом; по-третє, внутрішня впевненість та оцінка власних можливостей формуються під впливом багатьох факторів, таких як соціальна підтримка, попередній досвід та міжособистісні стосунки, тоді як егоцентричні риси відображають особистісну організацію та мотиваційні установки.

Таким чином, у межах лінійного кореляційного аналізу не виявлено жодного достовірного зв'язку між рисами егоцентричної поведінки та рівнем впевненості в собі, що свідчить про їхню відносну автономність у структурі психологічного функціонування особистості.

Таблиця 2.9

Найзначущіші кореляційні зв'язки між усіма змінними

Змінна 1	Змінна 2	Коефіцієнт кореляції (r)	Інтерпретація
Самовдосконалення	Ескапізм	0.73	Сильний зв'язок
Самозаглиблення	Домінування	0.63	Помірний зв'язок
Деадаптивність	Неприйняття себе	0.63	Помірний зв'язок
Адаптивність	Емоційний дискомфорт	-0.6	Помірний зв'язок
Деадаптивність	Зовнішній локус контролю	0.58	Помірний зв'язок

Джерело: складено автором на основі проведеного дослідження

У таблиці наведено п'ять найміцніших взаємозв'язків між психологічними показниками, виявлених у дослідженні. Дані отримані за допомогою кореляційного аналізу Пірсона на вибірці з 47 осіб із використанням широкого набору змінних, що включав оцінки егоцентричних рис, рівня впевненості в собі, соціальної пристосованості, емоційного стану та інших особистісних характеристик (за методиками Роджерса–Даймонда, Дембо–Рубінштейн, NPI-14 та іншими).

Найміцніший зв'язок спостерігається між шкалами «Прагнення до саморозвитку» та «Втеча від реальності» ($r = 0,73$). Це свідчить про те, що учасники, які активно прагнуть до розвитку себе, досягнень та вдосконалення, одночасно частіше демонструють тенденцію уникати неприємних ситуацій, відволікатися у фантазії або створювати ідеалізовані образи себе. Така комбінація може відображати внутрішнє напруження між очікуваннями власних можливостей і реальністю, що стимулює потребу «втекти» від тиску або невідповідності.

Другий за силою зв'язок встановлено між «Фокусом на власних переживаннях» та «Прагненням до контролю» ($r = 0,63$). Це означає, що люди, схильні концентруватися на власних емоціях і демонструвати свою унікальність,

одночасно прагнуть впливати на поведінку оточення. Такий тип особистості часто використовує соціальне середовище для підкріплення власної впевненості, поєднуючи самопрезентацію та контроль у міжособистісних взаємодіях.

Високий позитивний зв'язок спостерігається між «Соціальною дезорганізацією» та «Неприйняттям себе» ($r = 0,63$). Це логічна залежність: чим більше людина критично ставиться до себе, тим сильніше проявляються ознаки проблем у соціальній адаптації. Неприйняття власного «Я» часто лежить в основі низької впевненості, емоційної нестабільності та труднощів у взаємодії з іншими. Це підтверджує діагностичну цінність оцінки дезадаптації як індикатора глибшої психологічної нестійкості.

Негативний зв'язок між «Соціальною пристосованістю» та «Емоційним дискомфортом» ($r = -0,60$) демонструє, що люди, які добре адаптовані до соціального середовища, відчують менше тривоги, напруження, пригніченості та дратівливості. Цей результат підкреслює взаємозв'язок між гнучкістю в поведінці та емоційною стабільністю: здатність пристосовуватися до змін і конструктивно реагувати на соціальні ситуації знижує ризик негативних емоційних переживань.

Зв'язок між «Соціальною дезорганізацією» та «Схильністю покладатися на зовнішні обставини» ($r = 0,58$) показує, що ті, хто пояснює події життєвих ситуацій зовнішніми факторами — випадком, іншими людьми чи обставинами, частіше демонструють ознаки соціальної дезадаптації. Така модель поведінки знижує здатність до саморегуляції та відповідальності за власні дії, що підвищує рівень фрустрації і знижує стабільність у взаємодії з оточенням.

Отже, отримані дані свідчать про існування структурних взаємозв'язків між рисами особистості, емоційними станами та соціально-психологічною пристосованістю. Особливу увагу слід приділити зв'язкам, які вказують на потенційно вразливі аспекти особистості, наприклад поєднання егоцентричних тенденцій з ухилянням від реальності або комбінація прагнення до контролю з самозосередженістю. Це підкреслює необхідність розглядати особистість комплексно, у динамічному взаємозв'язку її характеристик, а не ізольовано за окремими показниками.

2.3. Психологічні рекомендації для розвитку соціальної адаптації у молоді з егоцентричними тенденціями

На основі дослідження взаємозв'язку нарцисичних рис і соціальної дезадаптації розроблено рекомендації для підтримки соціальної інтеграції молоді з вираженою самозосередженістю. Виявлено, що наявність таких рис ускладнює міжособистісну взаємодію, знижує здатність до співпереживання та конструктивного вирішення конфліктів, що веде до соціальної ізоляції, нестабільності самооцінки та зниження психологічного комфорту.

Рекомендується:

1. Розвивати емоційну компетентність. Емоційна компетентність охоплює навички усвідомлення та регулювання власних почуттів і розуміння емоцій інших. Особи з високим рівнем таких навичок краще контролюють свій емоційний стан, гнучкіші у спілкуванні та легше досягають взаєморозуміння з оточенням.

Ключові складові:

- **Самоусвідомлення** – аналіз власних емоцій, впевненість у собі, адекватна оцінка власних можливостей.
- **Самоконтроль** – управління емоціями, відповідальність, цілеспрямованість та ініціативність.
- **Соціальна чутливість** – здатність до співпереживання, розуміння потреб інших, комунікаційні навички.
- **Управлінські навички** – ефективне спілкування, організація, вирішення конфліктів та командна взаємодія.

У молоді з нарцисичними тенденціями спостерігаються труднощі з усвідомленням і контролем емоцій. Тому розвиток емоційної компетентності сприятиме кращій саморегуляції та налагодженню близьких стосунків.

Для розвитку усвідомленості рекомендується практика “Прислуховування до тіла”, яка допомагає ідентифікувати емоції через фізичні відчуття (наприклад, напруга в руках, стиск у грудях, напруження скронь). Така техніка дозволяє

зрозуміти власні почуття навіть тоді, коли вони неусвідомлені, і сприяє більш точному реагуванню на внутрішні та зовнішні події.

2. Навчання управлінню власними емоціями Вміння керувати почуттями дозволяє залишатися спокійним, уникати зайвої тривожності, роздратування або пригніченості та швидше відновлюватися після стресових ситуацій. Для цього корисно застосовувати техніку “Заземлення”, яка допомагає зробити паузу між виникненням емоції та реакцією:

1. Назвіть 5 предметів, що бачите навколо.
2. Визначте 4 звуки, які чуєте.
3. Відчуйте 3 фізичні відчуття у тілі.
4. Назвіть 2 запахи, що відчуваєте.
5. Зверніть увагу на 1 смак.

Ця вправа допомагає свідомо усвідомлювати емоції і краще контролювати свої реакції.

3. Розвиток розуміння емоцій інших людей Співпереживання та чутливість до емоцій оточення сприяють більш ефективній взаємодії з людьми. Люди, які розвивають ці навички, краще відчувають потреби інших і можуть більш конструктивно реагувати на соціальні ситуації.

Для розвитку емпатії рекомендується вправа “Відчуй іншого”:

- Виберіть місце, де можна спостерігати людей (наприклад, парк).
- Зосередьтеся на одній людині, намагайтеся зрозуміти її настрій і можливі причини емоцій.
- Уявіть себе на її місці: що ви б відчували, чого хотіли б у цій ситуації?
- Запишіть свої спостереження та відчуття.

Ці вправи допомагають підвищити емоційну чутливість, розвинути контроль над собою та покращити взаємини з іншими людьми.

4. Підтримка соціальних контактів. Уміння будувати стосунки ґрунтується на здатності розуміти та враховувати емоції інших людей. Це пов’язано з соціальною компетентністю — набором навичок, що підвищують

ефективність спілкування, допомагають налагоджувати контакти та зміцнюють взаєморозуміння.

Для розвитку цієї навички можна виконувати вправу “Міст взаєморозуміння”:

- Уявляйте, що під час розмови ви будете між собою і співрозмовником емоційний міст.
- Слухайте уважно, не перебивайте, фокусуйтеся на словах і почуттях іншої людини.
- Відображайте емоції співрозмовника, проявляйте розуміння та підтримку, ставте відкриті запитання.
- Уникайте прагнення одразу “вирішити” проблему — головне, щоб людина почувалася вислуханою.
- Підтримуйте зоровий контакт і зацікавленість, а в кінці запитайте, чи стало людині легше, і покажіть готовність допомогти.

5. Освоєння конструктивної комунікації .М. Розенберг пропонує методику ненасильницького спілкування, що базується на принципі співпереживання і включає чотири кроки:

1. **Спостереження** — уважне фіксування конкретних дій іншої людини.
2. **Відчуття** — усвідомлення власних емоцій у відповідь на ці дії.
3. **Потреби** — визначення власних цінностей, бажань і очікувань, що формують почуття.
4. **Прохання** — конкретні дії, які допоможуть задовольнити ці потреби і покращити ситуацію.

При цьому важливо усвідомлювати психологічні бар’єри: оцінки, порівняння, перекладання відповідальності, виправдання себе обставинами, а також внутрішні захисні механізми — проекції, заміщення, знецінення, ігнорування емоцій. Розвиток конструктивного спілкування передбачає роботу над прийняттям себе, підвищенням емпатії, зменшенням егоцентризму, подоланням стереотипів поведінки та формуванням толерантності.

Для цього корисною буде вправа “Багато точок зору”:

- Згадайте останню ситуацію, коли ви не погоджувалися з кимось і відчували роздратування.
- Визначте свою позицію: що саме вас зачепило, які у вас переконання щодо цієї ситуації, що ви вважаєте правильним?
- Спробуйте подивитися на подію очима іншої людини: що вона могла відчувати, які її принципи та обставини, про які ви не знаєте?
- Опишіть ситуацію об'єктивно, без емоційних оцінок — що сталося насправді?
- Проаналізуйте свій досвід і подумайте, як змінилося ваше ставлення після вправи.

Формування здорового самоусвідомлення та впевненості у собі. У нарцисичних людей часто виникає розрив між реальним “Я” та ідеалізованим образом “Я”.

Щоб дослідити це, рекомендується провести саморефлексію:

- Яким є моє реальне “Я”?
- Яким є моє ідеальне “Я”?
- У чому між ними різниця?
- Які емоції виникають, коли вдається наблизитися до ідеального “Я”? А коли залишаєшся на рівні реального “Я”?
- Чому важливо бути ідеальним і чому здається, що любов можна отримати лише так?

Часто некоректна оцінка себе формується через надмірну самокритику, що зазвичай спрямована на внутрішню дитину. Це викликає сором, провину, тривогу — особливо у моменти невдач або помилок. Щоб змінити цей процес, корисно замінити критикуючий внутрішній голос на підтримуючий.

Пропонований алгоритм:

1. Відстежуйте моменти самокритики та зупиняйтесь усвідомлено.
2. Уявіть себе маленькою внутрішньою дитиною. Спробуйте дізнатися її потреби: “Чого тобі хочеться?”
3. Відповідно задовольніть ці потреби як турботливий опікун: відпочинок, підтримка, обійми.

Рекомендується вести щоденник саморефлексії, де можна записувати свої успіхи та помилки, відслідковувати емоції. У моменти зниження внутрішньої впевненості через самокритику корисно робити список своїх сильних сторін і талантів і перечитувати його щоразу для підтримки позитивного самосприйняття.

6. Розвивати навичку відокремлювати критику Важливо вміти відрізняти об'єктивну оцінку себе від суб'єктивних суджень інших людей, адже не вся критика є корисною чи правдивою. Для цього корисно застосовувати концепцію «погладжувань» Еріка Берна.

Погладжування — це одиниця комунікації, що складається зі стимулу та реакції (наприклад, «Привіт!» — «Привіт! Як справи?»). Під час обміну погладжуваннями взаємодіють різні стани Его співрозмовників. Кожна людина має право давати, просити, приймати чи відмовлятися від погладжувань, а також давати їх собі.

Особливо важливо навчитися відкидати небажані або шкідливі погладжування і розрізняти корисні від тих, що шкодять. Коли ми сумніваємося, чи приймати критику, слід запитати себе: «Чи це погладжування мені справді корисне, чи внутрішній критик забороняє його прийняти?» Після цього можна прийняти корисну підтримку або відкинути шкідливу критику [30,53].

7. Звертатися за професійною підтримкою Психолог або психотерапевт може надати спеціалізовану допомогу у роботі з нарцисичними проявами та соціальною нестабільністю. Рекомендується звертатися до фахівців для корекції проблем з внутрішньою впевненістю, тривожністю, соромом, провинною, страхом близькості, агресією, маніпуляціями та іншими симптомами, що знижують здатність до соціальної адаптації.

Запропоновані рекомендації спрямовані не лише на зменшення соціальної дезадаптації, а й на створення умов для гармонійного розвитку особистості у підлітковому та юнацькому віці з урахуванням її індивідуально-психологічних особливостей.

Висновки другого до розділу

У межах психологічного дослідження на тему «Прояви самозосередженості в юнацькому віці та їх вплив на соціальну нестійкість» після теоретичного аналізу підходів до вивчення таких рис було проведено емпіричний етап. На першому етапі було обрано психодіагностичні методики, що дозволяли комплексно оцінити особистісні характеристики респондентів та виявити потенційні зв'язки між проявами самозосередженості, самооцінкою та показниками соціальної нестійкості.

Було використано методику оцінки соціальної пристосованості за Роджерсом та Даймондом, опитувальник нарцисичних рис (NPI-14) та шкалу самоповаги Дембо–Рубінштейна. Дослідження охопило 47 студентів віком 17–23 років, що дозволило системно проаналізувати прояви самозосередженості та її вплив на соціальну функціональність молоді. Статистичний аналіз за Пірсоном допоміг визначити силу й напрямок взаємозв'язків між шкалами нарцисичних рис, рівнем самоповаги та соціальною нестійкістю, що важливо для планування психопрофілактичних і корекційних заходів.

Результати показали, що більшість учасників характеризується високою соціальною пристосованістю та стабільними механізмами емоційного й поведінкового самоконтролю. Респонденти переважно демонстрували здатність до конструктивної взаємодії з оточенням, позитивний емоційний стан і збалансоване сприйняття себе.

За даними методики Роджерса–Даймонда понад дві третини вибірки мали високий рівень соціальної пристосованості та низькі показники дезадаптації, що свідчить про емоційну стабільність і внутрішню узгодженість. Високий рівень прийняття себе та інших вказує на позитивне самосприйняття, толерантність і здатність до емпатійної взаємодії. Переважна більшість учасників демонструвала емоційний комфорт у межах норми або вище, що відображає зрілий емоційний контроль. Акцент на внутрішньому локусі контролю підкреслює усвідомленість власної ролі та відповідальність за життєві події.

Водночас у частини респондентів виявлено підвищений емоційний дискомфорт, схильність до уникання проблем і акцентуації міжособистісних ролей, що свідчить про потенційні внутрішні конфлікти та неефективні способи подолання стресу.

За результатами NPI-14 майже половина учасників проявляла підвищений рівень нарцисичних тенденцій, що виражалося в потребі зовнішнього схвалення, чутливості до критики та орієнтації на самопрезентацію. Близько 43% мали середній рівень рис, що свідчить про баланс між амбіційністю та внутрішнім самопочуттям. Низькі показники зафіксовані у 10% респондентів, що може свідчити про невпевненість, схильність до самознецінення та труднощі у самовираженні. Найпоширенішими проявами були самозосередженість і самозахоплення, тоді як прагнення до контролю та надмірне самовдосконалення виявилось слабким.

Рівень самоповаги за шкалою Дембо–Рубінштейна підтвердив позитивну тенденцію: понад 65% мали середній рівень самоповаги, що сприяє реалістичному сприйняттю власних можливостей та соціальній адаптованості. Чверть учасників мала високий рівень самоповаги, який виступає ресурсом психологічної стійкості, проте у поєднанні з нарцисичними тенденціями може мати компенсаторний характер. Лише незначна частка респондентів мала низький рівень самоповаги, що потребує психологічної підтримки.

Отже, більшість учасників характеризується психологічною зрілістю, високою адаптивністю, позитивним самосприйняттям та толерантністю до соціуму. Проте підвищені прояви нарцисичних рис у значної частини вибірки створюють потенційні труднощі у міжособистісних стосунках та можуть підвищувати ризик соціальної нестійкості. Це підтверджує гіпотезу про те, що високий рівень самозосередженості здатен знижувати ефективність соціальної взаємодії та провокувати конфлікти.

Кореляційний аналіз показав, що прямі статистично значущі зв'язки між шкалами нарцисичних рис та рівнем самоповаги або соціальної нестійкості відсутні. Шкали самозосередженості, прагнення до контролю та

самовдосконалення показали слабкі або помірні зв'язки, що свідчить про відносну автономність цих особистісних параметрів.

Аналіз ширшого набору змінних виявив помітні взаємозв'язки: найсильніші були між самовдосконаленням і схильністю до уникання проблем ($r = 0.73$), самозосередженістю та прагненням до контролю ($r = 0.63$), а також між соціальною нестійкістю та неприйняттям себе ($r = 0.63$). Взаємозв'язки між адаптивністю, емоційним дискомфортом і зовнішнім локусом контролю свідчать про те, що здатність до соціальної інтеграції пов'язана з емоційною стабільністю та саморегуляцією.

Отже, прояви самозосередженості самі по собі не визначають соціальну нестійкість, а їхній вплив проявляється у взаємодії з іншими особистісними характеристиками та емоційними станами. Це підкреслює важливість комплексного підходу до оцінки особистості, що враховує динамічні та взаємопов'язані аспекти функціонування.

Отримані дані визначають перспективи подальшої психопрофілактичної та корекційної роботи, спрямованої на розвиток емоційної стабільності, самоприйняття, формування здорових стратегій самореалізації та гармонізацію міжособистісної взаємодії молоді з вираженими рисами самозосередженості.

Практичні рекомендації включають: звернення до психолога чи психотерапевта, розвиток уміння фільтрувати критику, оволодіння навичками ненасильницької комунікації, підвищення емоційного інтелекту та формування здорового самопочуття.

ВИСНОВКИ

У цій кваліфікаційній роботі було проведено комплексний аналіз теоретичних підходів до вивчення самозосередженості та соціальної нестійкості у вітчизняній та зарубіжній психології. Розглянуто ключові поняття, такі як самозосередженість, її прояви, розлади особистості, соціальна інтегрованість та дезадаптація, а також проаналізовано дослідження авторів, серед яких О. Саннікова, К. Єрмакова, З. Фрейд, Н. Шварц-Салант та інші. Самозосередженість визначається як риса особистості, що включає залежність внутрішнього відчуття цінності від оцінки інших, грандіозне самовідчуття або почуття неповноцінності, труднощі з емпатією, маніпулятивність та проблеми з самовизначенням. Вона може проявлятися на різних рівнях — від адаптивного до патологічного.

Теоретичний аналіз дозволив виокремити особливості прояву самозосередженості у юнацькому віці, коли активно формується внутрішнє відчуття власної цінності, ідентичність та соціальні орієнтири. Визначено різницю між грандіозним і вразливим типами: грандіозний характеризується завищеною самоповагою, демонстративністю та зосередженістю на власному ідеалі, тоді як вразливий — заниженою самоповагою, чутливістю до критики, тривожністю та сором'язливістю. Сучасні умови інформаційного перенасичення та вплив соціальних мереж підсилюють нарцисичні тенденції, що підвищує ризик соціальної нестійкості.

Емпіричне дослідження охопило 47 студентів віком 17–23 років із використанням методики оцінки соціальної пристосованості Роджерса–Даймонда, опитувальника самозосередженості (NPI-14) та шкали самоповаги Дембо–Рубінштейна. Результати показали, що більшість респондентів має високий рівень соціальної інтегрованості, емоційної стабільності та конструктивну взаємодію з оточенням. Понад дві третини учасників продемонстрували високі показники адаптивності й низькі — нестійкості, що підтверджує їхню емоційну гармонію та внутрішню узгодженість.

Аналіз самозосередженості засвідчив, що майже половина респондентів має підвищені прояви цієї риси, проявлені в потребі зовнішнього схвалення, чутливості до критики та самодемонстрації. Близько 43% мали середній рівень проявів, а 10% — низький, що вказує на потенційні труднощі у самопрезентації та внутрішню невпевненість. Найпоширенішими тенденціями були самозаглиблення та самозахоплення, тоді як прагнення до контролю або надмірне самовдосконалення були менш виражені.

Рівні самоповаги показали позитивну тенденцію: понад 65% мали середній рівень, а кожна четверта особа — високий, що є ресурсом психологічної стійкості. Лише незначна частка респондентів продемонструвала низький рівень самоповаги, що вказує на потребу в психологічній підтримці.

Кореляційний аналіз показав, що прямі статистично значущі зв'язки між шкалами самозосередженості та рівнем соціальної нестійкості або самоповаги відсутні, що свідчить про відносну автономність цих характеристик. Водночас, аналіз ширшого набору змінних виявив значущі взаємозв'язки, зокрема між самовдосконаленням і схильністю до уникання проблем ($r = 0.73$), самозаглибленням та прагненням до контролю ($r = 0.63$), соціальною нестійкістю та неприйняттям себе ($r = 0.63$), адаптивністю та емоційним дискомфортом ($r = -0.60$), нестійкістю та зовнішнім локусом контролю ($r = 0.58$).

На основі результатів було розроблено практичні рекомендації для юнаків із вираженими проявами самозосередженості: звернення за психологічною підтримкою, розвиток уміння фільтрувати критику, опанування навичок ненасильницької комунікації, підвищення емоційного інтелекту та формування здорового самопочуття.

Таким чином, робота підтвердила актуальність дослідження проявів самозосередженості у молоді, їхній вплив на соціальну інтегрованість, показала складність міжособистісних і психоемоційних взаємозв'язків та обґрунтувала практичні заходи для розвитку психологічної гармонії та ефективної соціальної взаємодії.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Балахар В. Соціально-психологічний тренінг і маніпуляція. Дніпро : Центр учб. літ., 2011. 219 с.
2. Бригадир М. Б., Бугерко Я. М., Ревасевич І. С. Загальна психологія. Збірник кейсів: навч.-метод. посіб. Тернопіль: Економічна думка ТНЕУ, 2017. 35 с.
3. Васильєва О. Психодіагностика особистості: навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 432 с.
4. Величко А. О. Особливості формування нарцисичних рис у сучасної молоді. *Сучасні проблеми науки*. : Тези доп. XXV міжнар. науково-практ. конф. здобувачів вищ. освіти молодих уч., м. Київ, 1–4 квіт. 2025 р. 2025. С. 336–338.
5. Винославська О. В., Бреусенко-Кузнєцов О. А., Зливков В. Л., Апішева А. Ш., Васильєва О. С. Психологія (електронний підручник). URL: <http://www.info-library.com.ua/books-book-147.html> (дата звернення 28.02.2026).
6. Видра О. Вікова та педагогічна психологія. Дніпро : Центр учб. літ., 2024. 120 с.
7. Вікова і педагогічна психологія / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. 2-е вид., допов. К.: Каравела, 2009. 400 с.
8. Гладка Н. В. Нарцисизм на межі між літературознавством і психологією. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. 2010. № 11 (198). Ч. II. С. 25- 30.
9. Гаврилюк Н. Феноменологія соціальної дезадаптації: теоретичний аспект. *Особистість і суспільство: методологія та практика сучасної психології* : матеріали VI Міжнар. наук.-практ. інтернет- конф., м. Луцьк, 13 трав. 2019 р.
10. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Київ : Vivat, 2019. 512 с.
11. Демпсі К. Як розпізнати вразливого нарциса. *The awareness centre*. 2021.
12. Єрмакова К. Психологічні змістові параметри нарцисизму осіб юнацького віку. 2023.
13. Єрмакова Н. Нарцисичні прояви сучасної студентської молоді. *Актуальні*

проблеми психології : збірник наукових праць інституту психології імені Г. С. костюка НАПН України. 2019. Т. 2, № 2. С. 105– 119.

14. Еготизм, егоцентризм. Українська мала енциклопедія : 16 кн. : у 8 т. / проф. Є. Онацький. 1958. Т. 2 : Д – Є, кн. 3. С. 402-403.

15. Єрмакова Н.О., Мережкіна А.Є. Феномен нарцисизму в зарубіжній та вітчизняній психологічній науці. *Молодий вчений*, № 12 (52) 2017. С. 71-75.

16. Джаббарова Л. В., Шукалова О. С., Даніліч-Скакун А. А. Особливості сучасної психотерапії нарцисичного розладу особистості. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. Вип. 2. 2021. С. 71-75.

17. Дедюлина М. А., Датченко С. А. Нарцисизм в епоху hi-tech. *Гуманитарные научные исследования*. 2014. № 7. URL: <http://human.snauka.ru/2014/07/7401> (дата звернення 18.12.2025)

18. Долинська Л. В. Загальна психологія: Хрестоматія. Навчальний посібник / Л. В. Долинська Л. В. та ін. К: Каравела, 2017. 640 с.

19. Дрозденко К. С. Загальна психологія у практичному вимірі: Підручник. Київ: Професіонал, 2017. 320 с.

20. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Київ: Центр навчальної літератури, 2019. 388 с.

21. Засекіна Л. В., Пастрик Т. В. Основи психології та міжособове спілкування (навчальний посібник). Київ.: ВСВ «Медицина», 2018. 216 с.

22. Ільїна Н. М., Мисник С. О. Загальна психологія: теорія та практикум: навчальний посібник. Суми: Університетська книга, 2017. 352 с.

23. Ключко В. Вікова психологія. Дніпро : Арій, 2003. 230 с.

24. Коломієць Л., Григоруk Є. Психологічний зміст і чинники самотності особистості. *Психологічний часопис*. 2017. Т. 3, № 7. С. 61-71.

25. Кашлюк Ю. Основні чинники, які впливають на психологічне благополуччя особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 34. С. 170–186.

26. Клименко М. Р. Особливості саморегуляції «здорового» нарцисизму / М. Р. Клименко. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту

психології імені Г.С. Костюка НАПН України Проблеми сучасної психології. URL: <http://problemps.kpnu.edu.ua/en>.

27. Климчук В. А. Мотиваційні дискурс сучасності: від метафори «відповідності» до метафори «становлення». *Психологічні перспективи*. 2014. №23. С. 137-147.

28. Корнієнко В., Косенко М. Залежна поведінка як один з проявів психічної дезадаптації у юнацькому віці. *Молодий вчений*. 2021. Т. 2, № 90. С. 53–54.

29. Король Л. Причини формування нарцисичної особистості. *Young scientist*. 2017. Т. 3, № 43. С. 263-268.

30. Клімаш Т.П. Особливості Я-концепції нарцисичної особистості. Актуальні проблеми психології. Том І. Випуск 56. URL: <https://surl.li/kkzdg5> (дата звернення 19.04.2026)

31. Король Л. В. Причини формування нарцисичної особистості. *Young Scientist*. № 3 (43) 2017. С. 263-273.

32. Кривенко І. С., Катаран С. Т. Особистісний нарцисизм молоді: статево-гендерний аспект. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 2019. с. 118 URL: <https://surl.li/vubgr1> (дата звернення 12.11.2025)

33. Кривенко І., Сенік О., Пилат Н. Pylat, N., Senyk, O., & Kryvenko, I. (2021). Українськомовна адаптація короткої версії опитувальника особистісного нарцисизму. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. Вип. 48 (51). 2021. [https://doi.org/10.33120/SSSPJ.VI48\(51\).240](https://doi.org/10.33120/SSSPJ.VI48(51).240)

34. Лемак М., Петрище В. Психологу для роботи. Діагностичні методики. Ужгород : Олександрі Гаркуші, 2012. 615 с.

35. Лісовенко А. Заздрісність та нарцисизм. *Науково-практичний журнал південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. ушинського*. 2016. Т. 2, № 3. С. 84-88.

36. Мак-Вільямс Н. Психоаналітична діагностика. Київ : Кл., 2015. 592 с.

37. Максимова Н., Толстоухова С. Соціально-психологічний аспект профілактики

адиктивної поведінки підлітків та молоді. Київ : КЛ., 2000. 199 с.

38. Нарцисизм. Вікіпедія. *Вільна енциклопедія*. URL : <https://surli.cc/vjswly> (дата звернення 15.11.2025).

39. Нарцисизм про Ф. Бекону. 2022. URL : <https://surli.lu/kenzti>(дата звернення 15.12.2025).

40. Отто Кернберг про трагедію нарцисизму. 2023. URL : <https://surli.cc/gaemit> (дата звернення 18.03.2025)

41. Палько Т. Вплив соціальної дезадаптованості на суїцидальну поведінку підлітків. *Перспективи та інновації науки*. 2024. Т. 41, № 7. С. 809–823.

42. Пилат Н., Сенік О., Кривенко І. Українськомовна адаптація короткої версії опитувальника особистісного нарцисизму (npi-16): аналіз психометричних показників. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2021. Т. 48, № 51. С. 76–89.

43. Пруднікова І. Психологічні особливості нарцисизму особистості.

«Актуальні проблеми дошкільної освіти: теорія та практика»: збірник матеріалів IV Всеукраїнської конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених : Пед. альм., м. Одеса, 5 листоп. 2024 р. С. 266–272.

44. Саннікова О. Емоційність та нарцисизм: пошук співзалежностей. *Актуальні проблеми життєвого та професійного самоздійснення особистості* : зб. матеріалів IV Всеукр. конф. здобувачів вищ. освіти і молодих уч., м. Одеса, 19 трав. 2023 р. С.25-34.

45. Саннікова О., Овчарова К. Ризикованість у супроводі нарцисичних рис особистості. *Актуальні проблеми психології особистості: теорія, досвід, практика* : Матеріали Всеукр. науково-практ. конф., м. Одеса, 28 квіт. 2022 р. С.17-21.

46. Свиначенко Ю.С. Поняття нарцисизму та його характеристика. *Психологічне консультування та психотерапія*. № 1-2, 2014. С.265-271.

47. Федь І. Катарсис та нарцисизм: проблеми і тенденції оздоровлення.

Філософський альманах. 2008. Т. 2, № 75. С. 34–44.

48. Фоменко К.І. Здоровий нарцисизм у характеристиці самосвідомості особистості. Міжнародний науковий журнал. *Науковий огляд*. 2014. Том 5. С. 24-29.

49. Фрейд З. Психологія сексуальності. Київ : Фоліо, 2018. 160 с.

50. Чуйко Г.В. Чаплак Я.В. Проблема перфекціонізму в психології. *International scientific journal «Grail of Science»* № 24 (February, 2023). DOI 10.36074/grail-of-science.17.02.2023.120

51. Шкала самоповаги М. Розенберга URL: <https://alive-internet.pp.ua/shkala-samopovagi-rozenberga-l-uk/> (дата звернення: 25.04.2025)

52. Шварц-Салант Н. Нарцисизм і трансформація особистості: психологія нарцисичних розладів особистості. Київ : Кл., 2007. 296 с.

53. Штайнер К. Емоційна грамотність: інтелект з серцем. Київ : НВП "Інтерсервіс", 2016. 302 с.

54. Ames D., Rose P., Anderson C. The NPI-16 as a short measure of narcissism. *Journal of research in personality*,. 2006. Vol. 4, № 40. P. 440–450.

55. Nathanson D. Shame and pride : affect, sex, and the birth of the self. New York : Norton, 1992. 486 p.

56. Khmiliar, O., Popovych, I., Hrys, A., et al. Spatial Regulation of Personality Behavior in the Conditions of Progression of the COVID-19 Pandemic. *Revista Inclusiones*. 2020, 7(SI), P. 289-306. <http://www.revistainclusiones.org/index.php/inclu/article/view/1760>

57. Plokhikh, V., Popovych, I., Zavatska, N., Losiyevska, O., Zinchenko, S., Nosov, P., & Aleksieieva, M. Time Synthesis in Organization of Sensorimotor Action. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, №12(4), 2021. P. 164-188. <https://doi.org/10.18662/brain/12.4/243>

Опитувальник особистісного нарцисизму (NPI-14)
скорочена українська версія

Інструкція: З кожної пари тверджень оберіть одне, що найбільше підходить Вам. Якщо жодне із тверджень Ви не можете співвіднести із собою, оберіть одне, яке менш неприйнятне.		
	Люди, схоже, завжди визнають мій авторитет. Для мене не так важливо бути авторитетом.	0 0
	Мені справді подобається бути в центрі уваги. Мені дискомфортно бути в центрі уваги.	1 0
	Я думаю, що я особлива людина. Я не кращий(-а) і не гірший(-а), ніж більшість людей.	1 0
	Мені легко маніпулювати людьми. Мені не подобається, коли я зауважую, що маніпулюю людьми.	1 0
	Я сподіваюся, що стану успішним. Я збираюся стати великою людиною.	0 1
	Я здібніший(-а) від інших. Є багато речей, яких я можу навчитися від інших.	1 0
	Іноді я розповідаю непогані історії. Усім подобається слухати мої розповіді.	0 1

	Я не проти виконувати розпорядження.	0
	Мені подобається мати владу над людьми.	1
	Іноді я не впевнений(-а) у тому, що роблю.	0
	Я завжди знаю, що роблю.	1
	Іноді люди вірять у те, що я їм говорю.	0
	Я можу змусити будь-кого повірити в те, що хочу.	1
	Я намагаюся не хизуватися і не випендрюватися.	0
	Я можу й повинендрюватися, коли є нагода.	1
	Я знаю, що я хороший(-а), бо всі мені це повторюють.	1
	Коли мені роблять компліменти, я іноді можу засоромитися.	0
	Я виняткова людина.	1
	Я в цілому такий(-а), як усі інші.	0
	Я волію розчинятися в натовпі.	0
	Я люблю бути в центрі уваги.	1

Методика дослідження соціально - психологічної адаптації К.Роджерса та Р. Даймонда

Пропоную прочитати висловлювання та порівняти їх зі своїм досвідом <u>У бланку слід зазначити відповідь, базуючись на таких оцінках:</u> 0 - це мене зовсім не стосується; 1 - це мене не стосується; 2 - мабуть, це мене не стосується; 3 - не знаю, чи це мене стосується; 4 - це схоже на мене, але травню сумніви; 5- це схоже на мене; 6 - це точно я.								
№	Текст методики							
1.	Відчуваю незручність, коли вступаю з кимось у діалог							
2.	Не має бажання розкриватися перед іншими.							
3.	У всьому подобається ризик, боротьба, змагання.							
4.	Маю до себе високі вимоги.							
5.	Часто сварю себе за те, що зробив.							
6.	Часто відчуваю себе пригніченим.							
7.	Маю сумніви, що можу подібатися особам протилежної статі.							
8.	Свої обіцянки виконую завжди.							
9.	Теплі, добрі стосунки з оточуючими.							
10.	Людина стримана, замкнена, тримаюся осторонь.							

11.	У невдачах звинувачую себе.							
12.	Людина відповідальна, на яку можна покластися.							
13.	Відчуваю, що не в змозі змінити щось, всі зусилля марні.							
14.	На багато що, дивлюся очима однолітків.							
15.	Приймає в цілому ті правила й вимоги, яких варто дотримуватись.							
16.	Власних переконань і правил не вистачає.							
17.	Подобається мріяти, іноді – втягує, важко повертатися від мрії до реальності.							
18.	Завжди готовий до захисту і навіть нападу; переживаю образи болісно, розмірковуючи над способами помсти.							
19.	Умію керувати собою і власними вчинками, примушувати себе або дозволяти собі; самоконтроль для мене - не проблема.							
20.	Часто змінюється настрій, настає нудьга.							
21.	Все що стосується інших не хвилює. Зосереджений на собі, зайнятий собою.							
22.	Люди, як правило, мені подобаються.							
23.	Не соромлюся своїх почуттів, відкрито їх виражаю.							
24.	Серед великого скупчення людей відчуваю себе дещо самотньо.							
25.	Нині бажаю все покинути, кудись сховатися.							

Методика діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейна

Інструкція

Будь-яка людина оцінює свої здібності, можливості, характер та ін. Рівень розвитку кожної якості, сторони людської особистості можна умовно зобразити вертикальною лінією, нижня точка якої символізуватиме найнижчий розвиток, а верхня - найвище. На наступній сторінці зображені сім таких ліній. Вони позначають:

- 1) здоров'я;
- 2) розум, здібності;
- 3) характер;
- 4) авторитет у однолітків;
- 5) уміння багато робити своїми руками, умілі руки;
- 6) зовнішність;
- 7) впевненість у собі.

Під кожною лінією написано, що вона означає. На кожній лінії рисою (-) відзначте, як ви оцінюєте розвиток у себе цієї якості, сторони вашої особи в даний момент часу. Після цього хрестиком (x) відзначте, при якому рівні розвитку цих якостей ви були б задоволені собою або відчули гордість за себе.

Завдання

Зображено сім ліній, довжина кожної - 100 мм, із зазначенням верхньої, нижньої крапок і середини шкали. При цьому верхня і нижня точки відрізняються помітними рисами, середина - ледь помітною крапкою. Методика може проводитися як фронтально - з цілим класом (або групою), так і індивідуально. При фронтальній роботі необхідно перевірити, як кожен учень заповнив першу шкалу. Треба переконатися, чи правильно застосовуються запропоновані значки, відповісти на питання. Після цього випробовуваний працює самостійно. Час, що відводиться на заповнення шкали разом з читанням інструкції, 10-12 хв.

**Результати опитування по кожному респонденту за методикою
дослідження соціально - психологічної адаптації Роджерса-
Даймонда**

р е с п о н д е н т и	ада п т ив ніс ть	д е з а д а п т и в ні с ть	пр ий ня тт я се бе	не пр ий ня тт я се бе	пр ий ня тт я ін ш их	н е п р и й н я т т я і н ш их	ем оц ій ни й ко м ф орт	ем оц ій ни й ди ск ом ф орт	вн ут рі ш ні й ло ку с ко нт ро лю	зов ніш ній лок ус кон тро лю	д о м і н у в а н ня	під лег ліст ь	ес ка пі зм
1	55	4	5		4	3	1	9	9	5	4	4	1
2	32	32	8	7	5	8	8	3	9	6	1	3	9
3	49	1	3		7	0	9	0	7	2	1	5	1
4	20	00	8	6	9	0	3	7	8	8		5	8
5	21	13	4	3	9	2	4	5	4	0		2	1
6	50	3	3	1	7	1	5	0	4	3	4	6	2
7	51	0	6		8		3	1	2	9		6	
8	25	19	8	5	0	4	4	3	1	9	1	9	4
9	21	55	8	7	2	5	5	3	3	8	1	0	5
10	80	8	5		8		5	3	6	2		0	1
11	47	3	5		7		2	0	9	2		0	3
12	32	0	2	0	6	0	8	1	6	4		3	
13	44	3	3		0		7	4	4	8	1	7	3