

Іванова Т. В.*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології, політології
та соціокультурних технологій
Сумського державного університету***Гунбіна А. І.***викладач-стажист кафедри психології, політології
та соціокультурних технологій
Сумського державного університету*

ПЕРСОНІФІКОВАНИЙ ОБРАЗ ТРИВОГИ: ФАКТОРНА СТРУКТУРА

PERSONIFIED ANXIETY IMAGE: FACTOR STRUCTURE

Стаття являє собою теоретичний аналіз підходів та форм осмислення тривоги як психологічного феномену, а також вивчення персоніфікованого образу тривоги. Тривога зазвичай розуміється як емоційний стан, який викликається моментами невизначеності, непередбачуваності та необхідності прийняти рішення у ситуації обмеженої кількості інформації. У межах різних теорій у тривозі виділяються емоційний, когнітивний, психологічний та фізіологічний компоненти. Останнім часом погляди науковців на явище тривоги поглиблюються та стають більш цілісними, зникають негативні оціночні конотації. Основними складнощами під час дослідження тривоги науковці вважають суб'єктивність сприймання і переживання явища суб'єктом. При дослідженні тривоги у дорослих найчастіше використовуються опитувальники, але розширення інструментарію може значно поглибити розуміння тривоги та відкрити перспективи подальших досліджень. У даному роботі використаний нарративний метод з метою визначити наявні практики осмислення тривоги. Участь у дослідженні взяли 38 студентів університету у віці від 18 до 23 років. Завданням учасників було створити персоніфікований образ тривоги. Семантичний аналіз текстів показав, що образ тривоги включає компоненти оформлення зовнішності, опис внутрішнього стану, особливості комунікації та деякі особливості життєвого стилю. Загалом персоніфікований опис тривоги демонструє небажання взаємодіяти з навколишнім середовищем, втрату безпосередньої взаємодії з ним; наявність певних невротичних симптомів (фобії, obsesії, тривожні та соматоформні розлади); домінування уникнення, самоприниження та ворожості як форм спілкування. На основі факторного аналізу була побудована модель персоніфікованого образу тривоги (75,4% вихідної матриці даних), до якої увійшли наступні фактори: «Астенічна відстороненість» (30,4%), «Індивідуалізм та відчуженість» (26,8%), «Самоприниження та соціальна довірливість» (24,81%), «Тривіальна ідентичність» (18,7%). Згідно отриманих результатів, тривога існує як модус у просторі динамічної взаємодії між індивідом та навколишнім середовищем.

Ключові слова: тривога, емоції, страх, нарративний підхід, образ тривоги, рівні тривоги, факторна структура тривоги.

The article represents a theoretical analysis of approaches and forms of understanding anxiety as a psychological phenomenon, as well as the study of the personified anxiety image. Anxiety is usually understood as an emotional state caused by moments of uncertainty, unpredictability and the need to make a decision in a situation of limited information. Different theories distinguish emotional, cognitive, psychological and physiological components of anxiety. Recently, the views of scientists on the phenomenon of anxiety have deepened and become more holistic, and negative evaluative connotations have disappeared. The main difficulty in studying anxiety is the subjectivity of the subject's perception and experience of the phenomenon. In the study of anxiety in adults, questionnaires are most often used, but expanding the toolkit can significantly deepen the understanding of anxiety and open up prospects for further research. This article uses a narrative method to identify existing practices of understanding anxiety. The study involved 38 university students aged 18 to 23. The task of the participants was to create a personalized image of anxiety. The semantic analysis of the texts showed that the image of anxiety includes components of appearance, description of the internal state, communication features, and some features of the life style. In general, the personalized description of anxiety demonstrates an unwillingness to interact with the environment, loss of direct interaction with it; the presence of certain neurotic symptoms (phobias, obsessions, anxiety and somatoform disorders); the dominance of avoidance, self-deprecation and hostility as forms of communication. Based on factor analysis, a model of a personalized image of anxiety was built (75.4% of the original data matrix), which included the following factors: "Asthenic detachment" (30.4%), "Individualism and alienation" (26.8%), "Self-deprecation and social gullibility" (24.81%), "Trivial identity" (18.7%). According to the results, anxiety exists as a modus operandi in the space of dynamic interaction between the individual and the environment.

Key words: anxiety, emotions, fear, narrative approach, image of anxiety, levels of anxiety, factor structure of anxiety.

Вступ. Тривога залишається постійним супутником людства. Про ознаки меланхолії та методи її запобігання згадується ще у Стародавній Греції. Для сучасної людини тривога перетворилась лейтмотив повсякденного життя, який часто залишається непоміченим через слабку інтенсивність цього переживання у порівнянні з іншими емоційними потрясін-

нями. Згідно звіту ВООЗ, тривога має найбільшу питому вагу серед інших психічних розладів – 31% [1], що привертає постійну увагу психіатрів, психологів та спеціалістів з інших дисциплін.

Як правило, тривога розуміється як емоційний стан, що викликається моментами невизначеності, непередбачуваності та необхідності при-

йняти рішення у ситуації обмеженої кількості інформації. На відміну від страху, який виникає під впливом конкретних чинників, тривога не завжди є об'єктивною, а також не є станом, якого можна позбавитись, просто полишивши певну ситуацію. Саме ці особливості тривоги відображені у її визначенні. Зокрема, Великий тлумачний словник сучасної української мови тривогу описує як певне побоювання, викликане передчуттям чогось небезпечного [2]. Відповідно Кембриджському словнику англійської мови, тривога визначається як неприємне відчуття занепокоєння з приводу чогось, що відбувається або може статися в майбутньому [3]. У Сучасному тлумачному психологічному словнику тривога – це «емоційний стан, що виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки та проявляється в очікуванні неблагополучного розвитку подій» [4; 550]. Тривога впливає не тільки на психічне функціонування індивіда, але й на його фізичний стан. За визначенням Американської психологічної асоціації тривога – це емоція, для якої характерними є відчуття напруги, тривожні думки та фізичні зміни, наприклад, підвищення артеріального тиску [5]. Стан тривоги також може проявлятися на поведінковому рівні, погіршуючи існування індивіда та його здатність справлятися з повсякденними обов'язками [6].

Виклад основного матеріалу. Складність та багатовимірність тривоги по різному осмислюється та інтерпретується у психологічних теоріях. К. Стронгмен виділяє п'ять груп теорій, а саме: психоаналітичні, поведінкові, фізіологічні, феноменологічні/екзистенціальні та когнітивні, у яких розглядаються різні аспекти тривоги як психологічного феномену [7]. У межах психоаналітичного підходу, витоки якого пов'язані з роботами З. Фрейда, відбулось розділення тривоги на невротичну, яка відображає наявність внутрішнього неусвідомленого конфлікту та реалістичну, пов'язану з функціонуванням індивіда у світі [8]. З позицій сучасного розуміння реалістична тривога Фрейда більше відповідає критеріям страху або фобій. Своєрідним щаблем до вивчення фізіологічних корелятивів тривоги у межах психоаналітичного напрямку можна вважати дослідження Г. Айзенка, який звернув увагу, що особливо вразливими до стимулів, які можуть викликати тривогу, є невротичні індивіди, підвищена чутливість яких базується на особливостях нервової системи, тобто є вродженою [9].

Представники фізіологічного підходу зосередили увагу на пошуку відповіді на питання – які саме частини центральної нервової системи залучені до виникнення страху, паніки або тривоги. У межах фізіологічних теорій можна виділити два напрямки досліджень. З позиції еволюційного підходу тривога розглядається як обов'язкова умова виживання живої істоти, тобто ця емоція являє собою гальмівну систему у тих випадках, коли продовження поведінки може привести до небажаного результату [10]. Структурно-морфологічний підхід вивчає внесок окремих підструктур головного мозку у виникнення емоції тривоги.

Зокрема, було виявлено, що тривога виникає при активації гіпокампу, гіпоталамусу та амігдоли [11].

З позицій феноменологічних/екзистенційних теорій тривога є необхідною умовою людського існування. С. Кьєркегор, який описав цей вид тривоги, вважав що вміння людини бути собою залежить від здатності зустрітись з власною тривоگوю та продовжувати жити далі [12]. У межах екзистенційного підходу описуються наступні види тривоги: тривога внаслідок усвідомлення невідворотності смерті, тривога, пов'язана з відсутністю сенсу життя та тривога внаслідок переживання вини. Всі ці види тривоги мають онтологічний характер, супроводжуючи становлення особистості. У межах даного підходу також виділяється патологічна тривога, яка є наслідком невдалої інтерналізації проблем особистості, внаслідок чого формується обмежене та нереалістичне самоствердження [13]. Ще один представник екзистенційного підходу – С. Мадді, описав конструктивні та деструктивні прояви тривоги. На його думку, людина завжди робить вибори між двома альтернативами: на користь майбутнього або минулого. Обираючи майбутнє, людина обирає невідомість. І в цьому міститься коріння людської тривоги, тобто тривога – це емоційний акомпанемент невизначеності майбутнього. Альтернатива – вибір минулого та незмінності. Якщо людина обирає минуле, вона не позбувається тривоги, тільки змінюється її модус: тривога виникає внаслідок переживання вини за втрачені можливості [14].

У межах когнітивного підходу тривога розглядається у контексті оцінки рівня невизначеності ситуації. Підвищений рівень тривоги супроводжується хибними оцінками ризиків (найчастіше відбувається переоцінювання) та власних можливостей (в основному має місце недооцінювання). Знаходиться у ситуації невизначеності психіка довго не може, тому формуються компенсаторні нереалістичні ілюзії та очікування, що у свою чергу підвищує тривогу. Чим більше ілюзій формує психіка, тим вищим буде рівень тривоги, оскільки збільшується рівень невідповідності вимогам середовища, з одного боку, та власних ресурсів – з іншого. Тривалий стан тривоги може привести до формування її лабільної форми, яка відрізняється більшою амплітудою та інтенсивністю [15]. Досить часто представники когнітивного підходу для пояснення природи та чинників виникнення тривоги залучають дослідження зі сфери психофізіології, що є цілком логічним, враховуючи позитивістське коріння даного підходу. Зокрема, на думку представників когнітивного напрямку, надінтенсивна тривога може перетворитись у афект з його характерними вегетативними симптомами. Формується замкнене коло, коли тривога посилює вегетативні симптоми, а вегетатика, у свою чергу, підвищує страх за своє здоров'я і активує переживання тривоги [16].

На емпіричному рівні використання концепції тривоги у психології довгий час характеризувалося своєрідним нозологічним підходом, в рамках якого, з одного боку, досліджувалися фактори, що можуть призвести до виникнення тривоги, а з іншого боку,

аналізувалися її зовнішні поведінкові прояви. Це привело до концептуального змішування різних видів тривоги як окремих діагностичних категорій, симптомів тривоги у межах інших розладів, фобій та страху. У якості прикладу можна навести класифікацію тривоги та тривожних розладів, що досить часто використовується психіатрами або спеціалістами, що працюють з різноманітними емоційними розладами: генералізований тривожний розлад (ГТР), соціальна тривога, специфічні фобії, панічний розлад, obsесивно-компульсивний розлад (ОКР), пост-травматичний стресовий розлад (ПТСР) [17]. Аналогічний підхід використовується при класифікації тривоги як тимчасової емоції, що виникає під впливом ситуативних факторів та тривожності як риси характеру, тобто теж звертається увага на чинники виникнення тривоги (екзогенні та ендогенні) та її зовнішні прояви (швидкоплинна або довготривала). З іншого боку, дослідження, проведені останніми роками, включаючи вивчення фізіологічних аспектів тривоги, виявили, що особистісна та ситуативна тривога мають різні структурно-функціональні взаємозв'язки на рівні головного мозку [18]. Отже, навіть звична класифікація ситуативної та особистісної тривоги у контексті вивчення фізіологічних корелятивів зазначених форм потребує додаткового аналізу та подальших досліджень.

Останніми роками відбувається розширення концепту тривоги, але не в плані додавання різних нозологічних варіантів, а у формі поглибленого вивчення, більш тонкого диференціювання форм її прояву, а також урахування контекстуальних чинників. Тривога починає втрачати негативні оцінкові конотації: залежно від характеру загрози (небезпека від чого і для кого), від структури і функції мозку, а також від організації особистості реакції тривоги можуть бути адаптивними або дезадаптивними, нормальними або патологічними, швидкими або тривалими [19].

Тривога починає розглядатись як континуум, з плинним переходом одних проявів у інші. Зокрема, у переживанні тривоги виділяється простий преморбідний фактор її розвитку – тривожна сензитивність, яка передуює власне переживанню тривоги як такої [20]. Розширюється контекстуальна генеза та прояви тривоги на різних рівнях переробки інформації (реактивного, рутинного та рефлексивного). Тривога починає об'єктивуватись у якості континуума – від простих реакцій до складних абстрактних процесів переосмислення та саморефлексії. Для реактивного рівня характерна мінімальна когнітивність, складні тривожні компоненти об'єднані в один процес. На рутинному рівні відбувається автоматична обробка, виникає здатність розрізнити афект, поведінку та мотивацію через когнітивні процеси та майбутні очікування. На рівні рефлексивному формується складний когнітивний зміст тривоги [21].

У самій тривозі виділяється соматичний та когнітивний компоненти. Для соматичного компоненту характерною є реактивність (базується на автоматичній обробці стимуляції, пов'язана з активізацією уваги та підвищеною вегетативною реак-

тивністю). Когнітивний компонент проявляється у вигляді передчуття (характерна більш стратегічна обробка інформації та зниження уваги). Крім того, виділяється змішаний тип тривожності, що є функціонально збалансованим типом і являє собою реактивно-регуляторний рівень обробки стимуляції [22].

Наразі, узагальненими атрибутами тривоги вважаються наступні: (1) емоційний, (2) когнітивний, (3) психологічний та (4) фізіологічний. Перша ознака – це переживання неприємних суб'єктивних відчуттів, таких як напруга, занепокоєння, страх. Друга ознака включає нав'язливі думки про невизначене майбутнє. Третя – це неадаптивні психологічні прояви та ознаки (невпевненість, егоцентризм, дисфункційний психологічний захист). До четвертої характеристики відносяться різноманітні форми фізичного реагування (головний біль, розлади сну та апетиту тощо) [23].

Таким чином, тривога постає як складне багаторівневе утворення, яке включає фізіологічні, психологічні, когнітивні і поведінкові аспекти. Вона може виникати у відповідь на різні стимули та ситуації, викликаючи почуття занепокоєння, напруження та невпевненості.

Складність вивчення тривоги також полягає в тому, що кожна людина може її сприймати та переживати по-різному, що робить дослідження даної емоції викликом для психологів та фахівців у галузі психічного здоров'я. Концептуальна складність тривоги приводить деяких дослідників до висновку, що тривога – це емоція, яку неможливо безпосередньо виміряти [23]. Зазначена точка зору, хоча й іманентно, але передбачає навіть відмову від подальших досліджень. Більш прийнятною можна вважати точку зору П. Сільверса зі співавторами, які на основі метааналізу значної кількості досліджень дійшли висновку, що способи діагностики тривоги не мають достатнього емпіричного підтвердження. Вони наголошують на необхідності подальших розробок психодіагностичних методик для більш точного вимірювання тривоги як психологічного феномену [24].

В україномовному сегменті тривога зазвичай вивчається з використанням наступних методик: «Шкала оцінки рівня реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності», «Особистісна шкала прояву тривоги Дж. Тейлор» [25], «Коротка шкала тривоги, депресії та ПТСР» [26], «Госпітальна шкала тривоги та депресії» (HADS), «Інтегративний тест тривожності» [27]. Перелічені методики орієнтовані на дорослих і являють собою опитувальники, в той час як у методиках, призначених для вивчення тривоги у дітей, представлений значно ширший інструментарій. Крім безпосередньо опитувальників («Опитувальник шкільної тривожності Філліпса», «Багатошкальний опитувальник дитячої тривожності» О. Кондаша) використовуються проєктивні методи («Розкажи історію» Г. Х. Махартова, «Тест тривожності» Р. Теммла, М. Дорки, В. Амен), оцінка поведінкових реакцій Г. Лаврентьєва, Т. Титаренко, метод незакінчених речень) [28].

Одним з методів, який міг би активізувати подальшу концептуалізацію поняття тривоги, може стати наративний метод, який, незважаючи на свою складність та певне периферійне становище у якості діагностичної процедури, наразі починає привертати дедалі більшу увагу. Цей інтерес обумовлений його здатністю глибше аналізувати індивідуальні особливості людини та розкривати приховані аспекти психологічних станів. Іншими словами, використовуючи наративний метод, можна отримати цінну інформацію, яка залишається невиявленою за допомогою стандартних методів психодіагностики. Прикладом використання наративного підходу у психодіагностиці може слугувати дослідження особливостей професійного самовизначення студентської молоді [29], вивчення особливостей інтерпретації соціальних подій [30], дослідження наративної ідентичності людини у ситуації кризи [31]. Наративний метод також використовується при дослідженні емоційної сфери [32]. Зокрема, про можливість використання наративного методу для вивчення емоційного досвіду та несвідомих емоцій писав Й. Клерес [33]. Доцільність наративного методу для вивчення емоцій, пов'язаних з роботою, описував С. Буденс [34]. М. Іоанну, Д. Кантер та Д. Янгс досліджували емоції злочинців [35]. Також наративний метод використовувався для вивчення тривоги: у дослідженні М. Дегані та К. Азармі на основі аналізу розповідей студентів були виявлені фізичний, емоційний, поведінковий та когнітивний рівні існування тривоги [36].

Метою даного емпіричного дослідження було вивчення структурних компонентів тривоги за допомогою створення її персоніфікованого образу. У дослідженні прийняло участь 38 студентів університету у віці 18-23 роки. Учасникам було запропоновано створити образ тривоги: описати тривогу у вигляді людини. Обмежень щодо використання окремих характеристик не було, тобто досліджувані могли вказувати вік, описувати зовнішність, одяг, особливості поведінки, погляди, плани на майбутнє, оточення тощо.

Середня кількість слів, яку студенти використали при описі образу тривоги, становить 117, 92; стандартна помилка середнього значення – 9,99; діапазон кількості слів в межах стандартного відхилення (61,60) становить від 56,32 до 179, 52.

На першому етапі був проведений аналіз текстів та виділені смислові одиниці, які у подальшому були об'єднані у наступні змістовні групи: оформлення зовнішності (55,25%), психологічні розлади (22,71%), комунікації (17,29%), життєвий стиль та принципи (4,75%). Категорія «Оформлення зовнішності», у свою чергу, включала наступні одиниці – одяг (45,4%), волосся (35,58%), взуття (12,88%), аксесуари (6,13%). Виходячи з того, що категорія «Оформлення зовнішності» включала досить різні підкатегорії, які, у свою чергу, мали власні характеристики, було прийняте рішення для подальшого аналізу взяти саме ці підкатегорії у якості окремих змістовних одиниць. Співвідношення категорій та їхніх компонентів представлено у таблиці 1.

Семантичний аналіз отриманих текстів показує, що персоніфікований образ тривоги включає компоненти

оформлення зовнішності, опис психологічного стану, особливості комунікації та деякі характеристики життєвого стилю. Розглянемо докладніше змістовне навантаження окремих компонентів. Хотілось би звернути увагу на функціональні характеристики компонентів з категорії «Оформлення зовнішності». По-перше, одяг виступає у якості засобу відмежування від зовнішнього світу та є намаганням приховати власну індивідуальність (завеликий одяг, що приховує фігуру, волосся, що спадає на обличчя тощо). По-друге, різні елементи з категорії «Оформлення зовнішності» описуються, переважним чином, у темних та чорних кольорах, що, згідно з підходом Люшера, є ознакою захисту та протестного відношення до ситуації. По-третє, досить часто різні елементи оформлення зовнішності мають ознаки неконвенційності (забрудненість, неохайність, подертість тощо). Іншими словами, персоніфікований образ тривоги досить часто відображає демонстрацію небажання взаємодіяти з навколишнім середовищем, втрату безпосередньої взаємодії з ним.

На другому місці за кількістю згадувань є опис певних симптомів, які досить чітко вписуються в систему невротичних, пов'язаних зі стресом та соматоформних розладів (F40-F48): фобії, obsesії, тривожні та соматоформні розлади. Зокрема, піддослідні описували образ тривоги як людину з блідою шкірою, яка гризе нігті, завдає собі шкоди через самопоранення, повторює певні ритуали тощо. На третьому місці по кількості згадувань були різноманітні комунікативні проблеми, при цьому, серед них переважали такі форми як уникнення (людина не бажає ні з ним спілкуватись, постійно знаходиться наодинці), самоприниження (людина вважає себе гіршою за інших, боїться показати свої чесноти) та ворожість (людина конфліктує з оточуючими, має багато ворогів). На відміну від загальноприйнятої точки зору, що тривога пов'язана з негативними оцінками уявного майбутнього, в отриманих описах питома вага таких згадувань невелика (4,91% від загальної кількості змістовних одиниць), а серед цих згадувань переважають висловлювання про бажання планувати майбутнє та очікувати певні позитивні зміни.

Таким чином, аналіз змістовних одиниць персоніфікованого образу тривоги приводить до попереднього припущення, що тривога існує у вигляді неадаптивного модусу динамічної взаємодії між індивідом та навколишнім світом.

З метою встановлення провідних чинників основних структурних компонентів, що відображають прояви тривоги, був проведений факторний аналіз результатів дослідження з використанням методу головних компонент (програма SPSS). Визначення кількості факторів з використанням методу Кайзера дозволив виділити чотири фактори. При аналізі матриці у якості граничного критерію була обрана факторна вага 0,50. У загальній сумі факторна модель пояснює 77,5% вихідної матриці даних. Перший фактор охоплює 25,4% дисперсії вихідної матриці, другий фактор пояснює 20,2% дисперсії вихідної матриці, третій фактор пояснює 16,4% дисперсії вихідної матриці, четвертий фактор пояснює 15,5% дисперсії вихідної матриці. Проаналізуємо докладніше виділені фактори (таблиця 2).

Таблиця 1

Підкатегорії та компоненти персоніфікованого образу тривоги

Підкатегорії	Компоненти	кількість	%
Одяг (25,96%)	темний/чорний	25	32,89
	закриває фігуру	15	19,74
	сірий	14	18,42
	брудний, неохайний	8	10,53
	білий, світлий	7	9,21
	чистий/новий	7	9,21
Психологічні/поведінкові розлади (23,51%)	автоматичні рухи	22	32,84
	астенічні прояви	20	29,85
	занепокоєння/нав'язливі думки	13	19,40
	самопошкодження	12	17,91
Волосся (20,35%)	неохайне/без зачіски	14	24,14
	чисте/зачіска	10	17,24
	темне/чорне	10	17,24
	світле	8	13,79
	довге	7	12,07
	середнє	5	8,62
	коротке	4	6,90
Комунікації (17,89%)	уникнення	20	39,22
	самоприниження/залежність	20	39,22
	ворожість	8	15,69
	позитивні відносини	3	5,88
Взуття (7,37%)	просте/зручне	8	38,10
	темне/чорне	7	33,33
	вишукане/яскраве	3	14,29
	подерте/немає	3	14,29
Життєвий стиль та принципи (4,91%)	планує майбутнє	9	64,29
	одноманітність/закритість до змін	5	35,71

Примітка. Відсоткове співвідношення компонентів підраховувалось у межах відповідних підкатегорій.

Таблиця 2

Факторна структура змістовних одиниць персоніфікованого образу тривоги

Номер фактору	Назва фактору	Наповнення фактору	Навантаження
1	Астенічна відстороненість (25,4%)	Автоматичні рухи	0,717
		Волосся неохайне/без зачіски	0,663
		Одноманітне життя/закритість до змін	0,570
		Астенія	0,509
		Уникнення комунікацій	0,503
2	Індивідуалізм та відчуженість (20,2%)	Світле, русяве волосся	0,725
		Одяг оверсайз	0,703
		Самопошкодження	0,551
		Ворожість до інших	0,536
		Білий/світлий/вишуканий одяг	0,520
3	Самоприниження та соціальна довірливість (16,4%)	Страх/занепокоєння/нав'язливі думки	0,838
		Позитивні відносини	0,789
		Самоприниження/залежність	0,688
		Відкритість	0,501
4	Тривіальна ідентичність (15,5%)	Простий/зручний одяг	0,869
		Одяг сірого кольору	0,744
		Волосся середньої довжини	0,583
		Одноманітне життя/закритість до змін	0,581
		Темний/чорний одяг	0,546

Перший фактор отримав назву «Афективна відстороненість». Він відображає, з одного боку, певне уникнення соціальної взаємодії, а з іншого – наявність суб'єктивних причини цього уникнення – недостатність ресурсу для підтримання ефективної взаємодії. Другий та четвертий фактор відображають дві різні форми ідентичності – (1) підкреслене відчуття своєї ідентичності з протиставленням власної унікальності соціальному середовищу («Індивідуалізм та відчуженість») або (2) соціальне асимілювання, що може супроводжуватись втратою індивідуальності або автономії через сильний вплив навколишнього соціального середовища («Тривіальна ідентичність»). Третій фактор («Самоприниження та соціальна довірливість»), фактично відображає певні психологічні

механізми, що спричиняють неефективні форми взаємодії між індивідом та навколишнім середовищем.

Висновки. Таким чином, проведене дослідження, підтвердило припущення, що розширення методичного інструментарію для вивчення тривоги дозволяє виокремити нові аспекти даного психічного феномену, що, у свою чергу, може стати чинником для подальших перспектив її вивчення. Згідно отриманих результатів, тривога існує як модус у просторі динамічної взаємодії між індивідом та навколишнім середовищем. При цьому, чинниками, що можуть спричинити формування тривоги, виступають такі параметри як відображення власної індивідуальності, практики соціальної взаємодії а також рівень психологічного благополуччя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: World Health Organization, 2022. 296 p.
2. Тривога // Великий тлумачний словник сучасної української мови (з дод. і допов.) / Уклад. і голов. ред. В.Т. Бусел. Київ; Ірпінь: ВТФ «Перун», 2005. 1728 с.
3. Cambridge English Dictionary. Anxiety Meaning in the Cambridge English Dictionary, 2019. URL: [https:// dictionary.cambridge.org/dictionary/english/anxiety](https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/anxiety).
4. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.
5. American Psychological Association. Anxiety. 2019. URL: <http://www.apa.org/topics/anxiety/index.aspx>. Accessed October 7, 2018.
6. Ader R., Tatum R. Free-operant avoidance conditioning in human subjects. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 4, 1961. 275–276 p.
7. Strongman, K. T. The Psychology of Emotion: Theories of Emotion in Perspective, 4th Edition. New York: Wiley, 85, 1996. 156 p.
8. Freud Z. Inhibitions, symptoms and anxiety/ In J. Strachey, A. Freud (Eds.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*. London: The Hogarth Press, 1959. 77–175 p.
9. Eysenck H. J. Biological dimensions of personality. In L. A. Pervin (Ed.). *Handbook of personality: Theory and research*. New York, NY, US: Guilford Press, 1990. 244–276 p.
10. Durbano F. New Insights into Anxiety Disorders. InTech, 2013. 458 p.
11. Daviu N., Bruchas M. R., Moghaddam B., Sandi C., Beyeler A. Neurobiological links between stress and anxiety. *Neurobiology of stress*, 11, 2019. 214–228 p.
12. Ідеї Серена К'еркегора у розвитку сучасної філософії та релігієзнавства. *Рефлексії з України: збірник матеріалів наукової ювілейної конференції*. Київ – Нортфілд: «Континент – Х», 2014. 161 с.
13. Мовчан М. Страх в онтологічному вимірі. *Філософія та політологія в контексті сучасної культури*. (8), 2014. 83–87 с.
14. Maddi S. R. Hardiness: An Operationalization of Existential Courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 44(3), 2004. 279–298.
15. Warren M. Cognitive psychology and anxiety. *Psychiatry*, V. 3, Iss. 4, 2004. 6–10 p.
16. Büttiker P., Weissenberger S., Ptacek R., Stefano, G. B. Interoception, Trait Anxiety, and the Gut Microbiome: A Cognitive and Physiological Model. *Medical science monitor: international medical journal of experimental and clinical research*. 27, 2021. P. 144–162.
17. Sadok B. J., Sadok V. A., Ruiz P., Pine D. S. *Comprehensive Textbook of Psychiatry. Anxiety Disorders*. 9th ed. USA: Lippincott Williams & Wilkins, 2009. P. 1839–1900.
18. Saviola F., Pappaiani E., Monti A. et al. Trait and state anxiety are mapped differently in the human brain. *Scientific Reports*. 10, 2020. P. 310–343.
19. Gutiérrez-García A. G., Contreras C. M., Mendoza-López R., Madrigal-Madariaga J. An Alarm Pheromone May Be Released by Defeated Competitors: A Possible Indicator of Danger, *American Journal of Psychiatry and Neuroscience*. V. 3, Is. 4, 2015. P. 70–76.
20. Erozkan, A. Determining the Anxiety Sensitivity Bases of Anxiety: A Study with Undergraduate Students. *Universal Journal of Educational Research*, 5, 2017. P. 121–128.
21. Sylvers P., Lilienfeld S., LaPrairie J.L. Differences between trait fear and trait anxiety: implications for psychopathology. *Clin Psychol Rev*. 2011. P. 122–137.
22. Fajkowska M., Domaradzka E., Wytykowska A. Types of Anxiety and Depression: Theoretical Assumptions and Development of the Anxiety and Depression Questionnaire. *Front Psychol*. 2018. P. 180–201.
23. Xi Y. Anxiety: a concept analysis. *Frontiers of Nursing*, 7(1). 2020. P. 9–12.
24. Sylvers P., Lilienfeld S.O., LaPrairie J.L. Differences between trait fear and trait anxiety: implications for psychopathology. *Clin Psychol Rev*. 2011. P. 122–137.
25. Прикладна психодіагностика в Національній гвардії України: метод. посіб. За заг. ред. проф. І. І. Приходька. Харків : НАНГУ, 2020. 388 с.
26. Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Копаниця О. В., Малхазов О. Р. Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів: методичний посібник: НДЦ ГП ЗСУ, 2011. 281 с.
27. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців : метод. посіб. / Н. Агаєв, О. Кокун, І. Пішко, Н. Лозінська та ін. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
28. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник / уклад.: М.В. Лемак, В.Ю. Петрище. Вид. 2-ге, виправл. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.
29. Білоус Р.М., Саннікова І.С. Психологічні особливості тривожності студентської молоді. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. Т. 2. № 5. С. 25–28.

30. Карсканова С. В. Використання наративу як методу соціально-психологічної діагностики особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*, 2019. 30–35 с.
31. Помиткіна Л. В. Використання наративного методу у процесі дослідження особливостей професійного самовизначення студентської молоді. *Edukacja zawodowa i ustawiczna*. Warszawa, 2016. 283–291 p.
32. Douglas S. T. Narrating Identity: The impact of literary reading on storied autobiographical memory development. A thesis submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy. University of Alberta, 2019. 152 p.
33. Kleres J. Emotions and narrative analysis: A methodological approach. *Journal for the theory of social behaviour*, 2011. P. 182–202.
34. Boudens C. J. The story of work: A narrative analysis of workplace emotion. *Organization Studies*, 2005. P. 1285–1306.
35. Ioannou M., Canter D., Youngs D. Criminal narrative experience: Relating emotions to offence narrative roles during crime commission. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 2017. P. 1531–1553.
36. Dehghani M., Azarmi B. K. Narrative Research of a Counselor's Lived Experiences: A Study of Anxiety Disorders in High School Students. *Journal of Applied Psychological Research*, 13(4), 2022. P. 217–232.