

УДК 81'234:159.944:316.6-053.6(477)

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.23>

Порпуліт О. О.

кандидат філологічних наук,

доцент кафедри соціальної психології

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

e-mail: porpulit@ukr.net

ORCID ID: 0000-0002-5118-305X

ПСИХОЛІНГВІСТИКА ТРИВОЖНОСТІ: ЯК ВОЄННИЙ СТРЕС ФОРМУЄ ЕМОЦІЙНІ БАР'ЄРИ В МІЖОСОБИСТІСНОМУ СПІЛКУВАННІ МОЛОДІ

У контексті зростаючої соціальної нестабільності та тривалого воєнного конфлікту в Україні спостерігається суттєве підвищення рівня тривожності серед молоді, що безпосередньо впливає на якість міжособистісного спілкування. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю глибшого розуміння психолінгвістичних механізмів впливу тривожності на формування емоційних бар'єрів у комунікативній поведінці в умовах хронічного стресу. Метою статті є виявлення взаємозв'язку між рівнем тривожності (реактивної та особистісної) та труднощами встановлення міжособистісних контактів серед молоді в умовах воєнного стресу.

Наукова новизна полягає у комплексному емпіричному аналізі впливу тривожних станів на мовленнєву поведінку підлітків з урахуванням соціального контексту війни як специфічного чинника комунікативних бар'єрів. Дослідження проводилося впродовж лютого 2024 – лютого 2025 р. на вибірці зі 148 учнів віком 15–18 років із застосуванням шкали Спілберга – Ханіна та методики діагностики труднощів у встановленні контактів В. Бойка.

Результати засвідчили наявність статистично значущого зворотного зв'язку між рівнем тривожності та емоційними бар'єрами у спілкуванні. У підлітків із високим рівнем тривожності спостерігається тенденція до уникнення міжособистісної взаємодії, зниження рівня довіри та зменшення мовленнєвої активності. Отримані дані можуть бути основою для розроблення психолінгвістичних програм підтримки молоді в умовах тривалого соціального стресу.

Ключові слова: психолінгвістика, тривожність, емоційні бар'єри, міжособистісна комунікація, молодь, воєнний стрес.

Постановка проблеми. У сучасних умовах соціальної турбулентності та повномасштабної війни в Україні спостерігається істотне зростання рівня тривожності серед молоді, що безпосередньо позначається на якості міжособистісної комунікації. Емоційна тривожність, зумовлена хронічним відчуттям загрози життю, з одного боку, дестабілізує психоемоційний стан індивіда та модифікує когнітивно-мовленнєві процеси породження і сприйняття мовлення, з іншого – провокує порушення мовленнєвої ініціативи, знижує рівень довіри до співрозмовника та посилює тенденцію до уникнення міжособистісної взаємодії. Це виявляється у скороченні кількості комунікативних актів, звуженні тематики висловлювань, зростанні кількості мовленнєвих пауз, а також у переважанні негативно забарв-

леної лексики. Подібні феномени свідчать про функціональні порушення психолінгвістичних механізмів комунікативної поведінки в умовах дистресу.

У цьому контексті особливої актуальності набуває вивчення тривожності як чинника формування емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні, зокрема в молодіжному середовищі. Попри велику кількість досліджень, присвячених загальній проблематиці тривожних розладів, недостатньо уваги приділено специфіці мовленнєвих реакцій у стані підвищеної тривожності, особливо в умовах воєнної нестабільності.

Молодь як вікова когорта є особливо уразливою до впливу деструктивних соціальних і медіакомунікативних чинників, оскільки перебуває на етапі активного формування комунікативних, соціальних і емоційно-ціннісних компетенцій. Отже, актуальність дослідження зумовлена потребою в емпіричному аналізі мовленнєвої поведінки молодих осіб із різним рівнем тривожності у контексті воєнного стресу, що водночас є основою для розроблення ефективних психолінгвістичних стратегій реабілітації, профілактики та підтримки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика тривожності як чинника комунікативних порушень активно розробляється у сучасній психолінгвістиці, когнітивній психології та соціальній комунікативістиці. Значна увага приділяється вивченню мовленнєвих характеристик осіб із підвищеним рівнем тривожності, зокрема уповільненню темпу мовлення, збільшенню кількості пауз, редукції лексичного репертуару, униканню емоційно навантажених тем [3; 9; 10].

У роботах сучасних дослідників [6; 8; 11] засвідчено, що емоційна тривожність негативно впливає на когнітивно-мовленнєву продуктивність, призводить до зниження рівня емпатії, формує недовіру до комунікативного партнера та послаблює здатність до конструктивного діалогу. Особливої ваги ці чинники набувають у кризових ситуаціях, зокрема в умовах воєнних дій, коли рівень тривожності значно зростає і спричиняє стійкі емоційно-комунікативні бар'єри [1].

Однак більшість наявних емпіричних досліджень проводилася в умовах мирного часу або не враховувала специфіки впливу воєнного стресу на молодіжне середовище. Недостатньо вивченим залишається й мовленнєвий прояв внутрішньої тривожності в міжособистісному спілкуванні підлітків та юнацтва, яке знаходиться у фазі становлення особистісної та комунікативної ідентичності. Словом, сучасний науковий контекст демонструє потребу в міждисциплінарному дослідженні, що поєднує психолінгвістичний, психологічний та соціокомунікативний підходи до аналізу емоційних бар'єрів, зумовлених підвищеною тривожністю у молодіжному середовищі під час війни.

Мета статті – з'ясування психолінгвістичних особливостей впливу тривожності на формування емоційних бар'єрів у міжособистісній комунікації молоді в умовах воєнного стресу, а також визначення взаємозв'язку між рівнем тривожності та труднощами у встановленні комунікативних контактів.

Результати дослідження. Комплексне емпіричне дослідження тривало з лютого 2024 по лютий 2025 р. із застосуванням шкали реактивної та особистісної тривожності Ч.Д. Спілберга (STAI), у модифікації Ю. Ханіна (1976), та методики визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка [4]. Серед 148 респондентів участь у дослідженні взяли 82 юнака (55,4% вибірки) та 66 дівчат (44,6% вибірки) у віці 15–18 років. Загалом було виокремлено дві вікові групи респондентів: Г1 – 76 підлітків (50 юнаків і 26 дівчат) віком 15–16 років (51,4% вибірки); Г2 – 72 підлітки (32 юнаки та 40 дівчат) віком 17–18 років (48,6% вибірки). У кожній із вікових груп було здійснено диференціацію за напрямом навчання: а) 15–16 років: 76 респондентів здобувають фахову передвищу освіту, із них 50 юнаків і 26 дівчат; б) 17–18 років: 72 респондента, із них 29 підлітків здобувають фахову передвищу освіту (14 юнаків і 15 дівчат), 43 – вищу освіту (18 юнаків і 25 дівчат). Відповідно до вибраних критеріїв респонденти були розподілені на шість груп:

Г1аФП – юнаки віком 15–16 років, здобувачі фахової передвищої освіти; 50 (33,8%);

Г1бФП – дівчата віком 15–16 років, здобувачі фахової передвищої освіти; 26 (17,5%);

Г2аФП – юнаки віком 17–18 років, здобувачі фахової передвищої освіти, 14 (9,5%);

Г2аВО – юнаки віком 17–18 років, здобувачі вищої освіти, 18 (12,2%);

Г2бФП – дівчата віком 17–18 років, здобувачі фахової передвищої освіти, 15 (10,1%);

Г2бВО – дівчата віком 17–18 років, здобувачі вищої освіти, 25 (16,9%).

Отримані загальні дані по вибірці дають інформацію, яку було використано для кореляційного аналізу та виявлення залежності між віком, статтю, напрямом освіти та рівнем тривожності, труднощами в встановленні контактів.

Проведені дослідження дають підстави констатувати, що рівень реактивної тривожності є вищим за рівень тривожності особистісної [4]. Підсумковий показник свідчить, що респонденти всіх шести груп перебувають у стані середнього рівня тривожності (31–45 балів) із тенденцією до високого (табл. 1).

Таблиця 1

Розподіл респондентів за шкалою реактивної та ситуативної тривожності

	Реактивна тривожність Середнє значення (М)	Особистісна тривожність Середнє значення (М)	Підсумковий показник
Г1аФП	41,8	40,7	41,3
Г1бФП	42,4	40,3	41,4
Г2аФП	44,3	41,3	42,8
Г2аВО	38,7	30,5	34,6
Г2бФП	38,8	38,6	38,7
Г2бВО	41,7	39,6	40,7

Максимальний прояв реактивної тривожності мають юнаки віком 17–18 років, здобувачі фахової передвищої освіти, найменший прояв – юнаки віком 17–18 років, здобувачі вищої освіти.

Привертає увагу той факт, що означені групи зберігають ієрархічну позицію і під час аналізу особистісної тривожності. Реактивна тривожність – це емоційна реакція, яка виникає у відповідь на конкретні стресові події або загрози. Війна є одним із найбільш потужних стресогенних чинників, що здатні суттєво підвищувати рівень реактивної тривожності. Вона значно зростає через постійний вплив таких чинників, як вибухи, сигнали повітряної тривоги, постійна загроза життю та безпеці, постійне перебування у стані очікування небезпеки, що сприяє гіперактивації нервової системи. Гучні, раптові звуки (вибухи, сирени) активують симпатичну нервову систему, підвищуючи рівень адреналіну та кортизолу. Це посилює тривожність і може призводити до розвитку хронічного стресу. Звісно, цей стан реактивної тривоги відрізняється нестійкістю у часі та різною інтенсивністю залежно від сили впливу стресової ситуації.

Щодо особистісної тривожності, то на 6,1% кількість респондентів-юнаків, що демонструють високий рівень особистісної тривожності, є більшою порівняно з кількістю респонденток і на 9,5% перебільшують кількість дівчат, що демонструють середній рівень особистісної тривожності. З іншого боку, на 4,6% кількість респонденток, що демонструють низький рівень особистісної тривожності, є більшою порівняно з кількістю юнаків із показниками низького рівня особистісної тривожності. Найбільшу особистісну розбіжність було виявлено під час зіставлення рівня тривожності у підлітків віком 17–18 років, що є здобувачами вищої освіти і здобувачами фахової передвищої освіти.

Інтерпретаційний аналіз даних, отриманих згідно з результатами дослідження за методикою «Шкала реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності», дає змогу зазначити:

«1) низький рівень ситуативної тривожності демонструють 21 реципієнт (14,2%), середній рівень ситуативної тривожності – 98 реципієнтів (66,2%), високий – 29 реципієнтів (19,6%);

2) вектор розвитку ситуативної тривожності – від середнього до високого;

3) аналогічно розподілений рівень особистісної тривожності – низький рівень 15 реципієнтів (10,1), середній – 110 (74,3%) і високий – 23 (15,6)» [4].

Успішні соціальні комунікації та взаємодії підлітків залежать від кількох ключових чинників, які можна умовно поділити на особистісні (рівень емоційного інтелекту, самооцінка, рівень розвитку комунікативних навичок, психологічна гнучкість), соціальні (стиль виховання, середовище однолітків і друзів, соціальні норми, традиції та очікування) та контекстуальні (культурні особливості, кризові періоди розвитку суспільства тощо). Найбільш виражені емоційні реакції та переживання, зазначають науковці, «виникають у критичні моменти розбалансованості динамічного процесу взаємодії особистості і суспільства, у

так звані «критичні періоди» [2, с. 28], тож цілком закономірним є фокус наукової уваги на виявленні емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні підлітків, які щоденно перебувають у надстресових умовах війни (вибухи, руйнування житла та рідного міста, безпосередня загроза життю тощо).

За методикою «Діагностика емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні» (за В.В. Бойко) було визначено наявність емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні в респондентів кожної групи вибірки. Емоційні перешкоди, згідно з методикою В. Бойка, класифіковані у п'ять груп: 1) невміння управляти емоціями та їх дозувати; 2) неадекватний вияв емоцій; 3) негнучкість, невиразність, нерозвиненість емоцій; 4) домінування емоцій негативних; 5) небажання зближуватися з людьми на емоційній основі [5].

Оцінка наявності/відсутності емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні респондентів проводилося згідно з поданою шкалою [5], де:

1. Перший рівень (0–2 бали) свідчить про «мінімальний або відсутній емоційний бар'єр» [2, с. 28–29]. Респондент спокійно і відкрито взаємодіє з іншими, емоції не заважають спілкуванню, немає ознак агресії, страху чи байдужості. Доброзичливість, легкість у налагодженні контактів. Упевненість у собі та своїй комунікативній компетентності. Здатність контролювати емоції у складних ситуаціях.

2. Другий рівень (3–5 балів) означає «помірний емоційний бар'єр, який може інколи ускладнювати спілкування» [2, с. 29]. Емоційний вплив є, але він не домінує і може бути скоригований свідомими зусиллями. Можлива емоційна дистанція або надмірне хвилювання в окремих ситуаціях.

3. Третій рівень (6–8 балів) вказує на високий рівень емоційного бар'єру, який значно впливає на спілкування. Емоції стають перешкодою для ефективної взаємодії. Виражена агресія, страх чи емоційна відчуженість. Часто виникають конфлікти, труднощі у побудові довірливих стосунків. Респондент може уникати спілкування через дискомфорт або негативні очікування.

4. Четвертий рівень (9–12 балів) означає «виражений емоційний бар'єр, який є системним і серйозно впливає на якість спілкування» [2, с. 30]. Частотними є труднощі в міжособистісній взаємодії, емоційні реакції виникають майже автоматично. Людина може уникати певних ситуацій спілкування або демонструвати стійке негативне ставлення до співрозмовників.

5. П'ятий рівень (13 і більше балів) свідчить про критично високий рівень емоційних бар'єрів, що фактично блокує нормальну комунікацію. Емоційні бар'єри настільки сильні, що спілкування стає дисфункціональним або практично неможливим. Людина може проявляти постійну агресію, надмірний страх або повне емоційне відчуження.

Наведемо дані первинної статистичної обробки «Діагностики емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні» для кожної з груп респондентів. Так, у табл. 2. подано статистичні значення критерію «Невміння управляти емоціями та їх дозувати».

Таблиця 2

**Статистичні значення критерію
«Невміння управляти емоціями та їх дозувати»**

Рівень емоційного бар'єру	Г1аФП	Г1бФП	Г2аФП	Г2аВО	Г2бФП	Г2бВО	Відносне значення, %
Перший рівень	–	2	–	10	4	8	16,2%
Другий рівень	27	16	8	6	9	17	56,1%
Третій рівень	18	4	–	2	2	–	17,6%
Четвертий рівень	4	3	4	–	–	–	7,4%
П'ятий рівень	1	1	2	–	–	–	2,7%

Респонденти демонструють переважно помірні труднощі в емоційній регуляції (56,1%): часте використання емоцій як аргументів у спілкуванні, здатність деякий час тримати себе в руках, але потім дати прояв емоціям, «зірватися», можливе й емоційне залучення у проблеми інших людей. Незначна кількість респондентів (4 особи) демонструє критичну нездатність регулювати власні емоції, що проявляється у відсутності «фільтрів» в емоційних реакціях: гіперреакція на незначну критику, часті конфлікти через надмірну емоційність, невміння висловлювати почуття у прийнятній формі тощо.

Табл. 3 репрезентує результати дослідження за критерієм неадекватного вияву емоцій.

Таблиця 3

**Статистичні значення критерію
«Неадекватний вияв емоцій»**

Рівень емоційного бар'єру	Г1аФП	Г1бФП	Г2аФП	Г2аВО	Г2бФП	Г2бВО	Відносне значення, %
Перший рівень	10	9	3	12	9	12	37,2%
Другий рівень	25	16	8	4	5	13	48,1%
Третій рівень	13	1	–	2	1	–	11,5%
Четвертий рівень	1	–	1	–	–	–	1,4%
П'ятий рівень	1	–	2	–	–	–	2,0%

Більшість респондентів демонструє відсутність будь-яких маркерів неадекватного прояву емоцій (37,2%): їхня міміка не є надто виразною, жестикуляція не є надмірною під час розмови, та помірний емоційний бар'єр (48,1%), що може виявлятися у певній різкості та імпульсивності, надмірній радості, сміху чи плачу в ситуаціях, що цього не потребують.

Інформацію щодо показників негнучкості, невиразності, нерозвиненості емоцій подано в табл. 4.

Таблиця 4

**Статистичні значення критерію
«Негнучкість, невиразність, нерозвиненість емоцій»**

Рівень емоційного бар'єра	Г1аФП	Г1бФП	Г2аФП	Г2аВО	Г2бФП	Г2бВО	Відносне значення, %
Перший рівень	2	–	–	5	9	8	16,2%
Другий рівень	14	11	11	4	6	17	42,6%
Третій рівень	26	15	3	9		–	35,8%
Четвертий рівень	8	–	–	–	–	–	5,5%
П'ятий рівень	–	–	–	–	–	–	–

Високий рівень прояву критерію негнучкості, невиразності та нерозвиненості емоцій у підлітків свідчить про наявність труднощів у сфері емоційного розвитку, що зумовлені незрілістю емоційної сфери. З іншого боку, травматичний досвід або стрес є чинниками блокування природного розвитку емоційності. Емоційна негнучкість заважає адаптуватися до змінних обставин у спілкуванні, підліток може мати труднощі в налагодженні контактів, відчувати себе незрозумілим чи ізольованим.

Узагальнено інформацію щодо оцінки домінування негативних емоцій у респондентів у табл. 5.

Таблиця 5

Статистичні значення критерію «Домінування негативних емоцій»

Рівень емоційного бар'єра	Г1аФП	Г1бФП	Г2аФП	Г2аВО	Г2бФП	Г2бВО	Відносне значення, %
Перший рівень	35	18	8	12	10	16	67,1%
Другий рівень	6	4	5	–	2	3	13,2%
Третій рівень	5	4	1	2	3	2	11,5%
Четвертий рівень	–	–	–	3	–	–	2,0%
П'ятий рівень	4	–	–	1	–	4	6,1%

Низький рівень прояву негативних емоцій у межах від 1 до 2 балів у 67,1% респондентів в умовах війни може свідчити про низку явищ: 1) адаптацію та психологічну стійкість (підлітки починають сприймати складні обставини як нову «норму»); 2) підлітки, що перебувають під тривалим стресом, можуть відчувати емоційну «втому», що призводить до зниження здатності переживати сильні емоції (як негативні, так і позитивні); 3) дисоціація – у кризових ситуаціях людина може відчувати емоційну відчуженість (дисоціацію), коли негативні емо-

ції здаються віддаленими або приглушеними (є захисним механізмом психіки); 4) пріоритет на виживання – у стані війни люди часто фокусуються на практичних аспектах (захист, виживання, допомога іншим), що може тимчасово «відсунути» емоції на другий план.

У табл. 6 експоновано дані щодо критерію «Небажання зближуватися з людьми».

Таблиця 6

Статистичні значення критерію «Небажання зближуватися з людьми»

Рівень емоційного бар'єра	Г1аФП	Г1бФП	Г2аФП	Г2аВО	Г2бФП	Г2бВО	Відносне значення, %
Перший рівень	34	17	3	13	9	18	63,5%
Другий рівень	10	8	8	4	4	6	27,0%
Третій рівень	4	1	3	1	2	1	8,1%
Четвертий рівень	1	–	–	–	–	–	0,7%
П'ятий рівень	1	–	–	–	–	–	0,7%

Відсутність перешкод на рівні небажання зближуватися з людьми у респондентів може бути пояснена низкою причин, як-от збереження базової довіри до людей, адаптивність психіки, потреба у підтримці, позитивний вплив соціального оточення тощо. Проте слід ураховувати, що не всі підлітки реагують однаково на кризові ситуації. Відсутність небажання зближуватися може бути не тільки проявом адаптації, а й поверхневим способом уникнення глибших переживань чи страхів.

Підбиваючи підсумки, акцентуємо, що респонденти Г2бВО демонструють найвищий відсоток відсутності емоційних бар'єрів у спілкуванні. Респонденти Г2бФП та Г2аВО за збереження досить високих показників відсутності емоційних бар'єрів у спілкуванні мають вияви помірних емоційних бар'єрів, які можуть бути скореговані свідомими зусиллями. Найбільш виражений емоційний бар'єр, який є системним і серйозно впливає на якість спілкування, притаманний представникам Г1аФП – юнаки віком 15–16 років, здобувачі фахової передвищої освіти. Привертає увагу відсутність певних чітко виражених тенденцій щодо розбіжностей у прояві емоційних бар'єрів у групах респондентів-дівчат і респондентів-юнаків: у межах 30–65% респонденти демонструють помірні емоційні бар'єри. Аналогічно, респонденти, що є здобувачами фахової передвищої освіти і вищої освіти, майже однаково демонструють певний відсоток вираженого й критично високого рівня емоційних бар'єрів, що свідчить про емоційну напруженість, складнощі у розумінні емоцій інших людей, низьку емпатію (рис. 1).

Проведений кореляційний аналіз між показниками рівнів емоційних бар'єрів

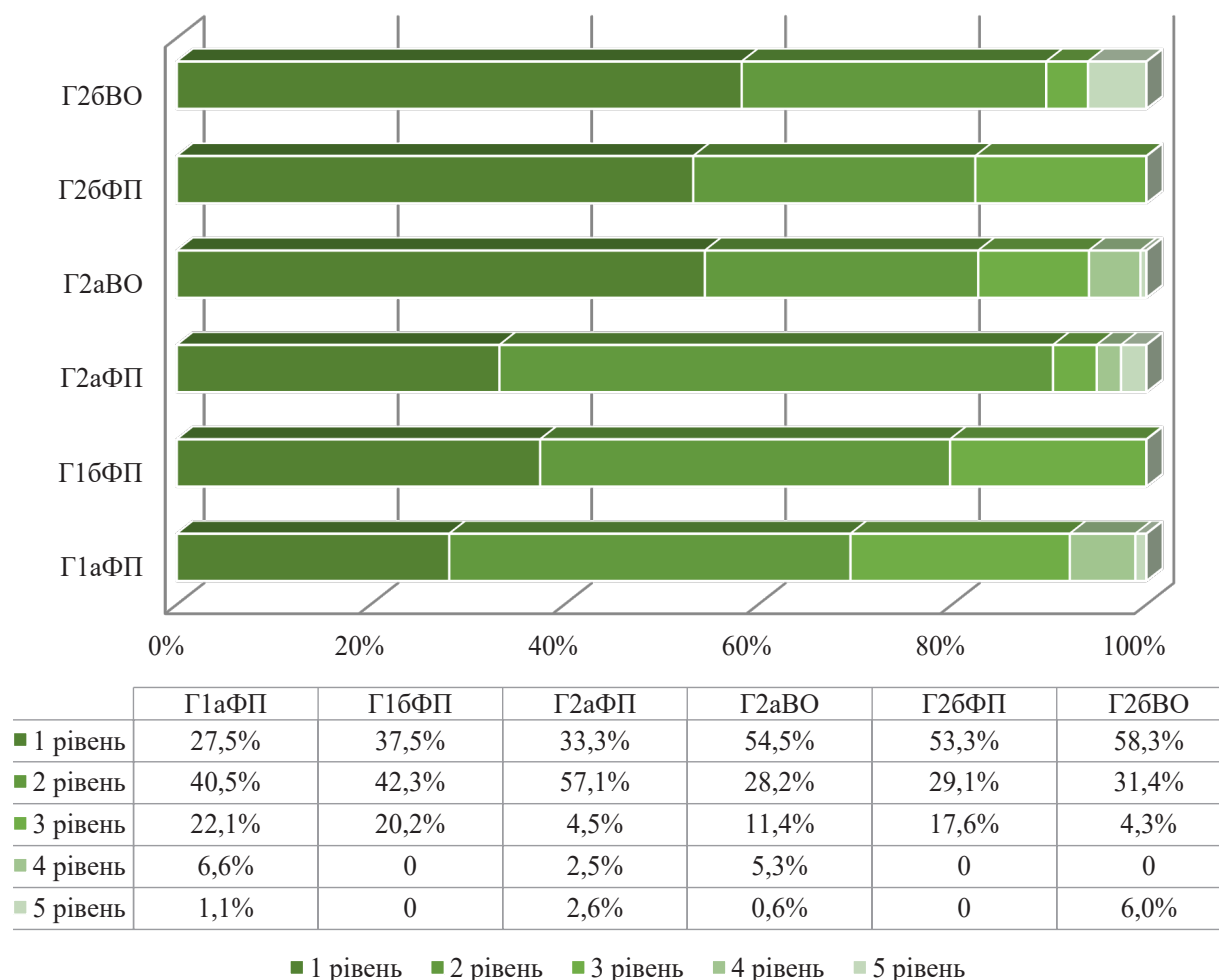


Рис. 1. Розподіл респондентів за рівнями виявлення емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні

та значеннями критеріїв реактивної тривожності дає змогу зробити низку висновків (табл. 7).

Таблиця 7

Кореляційні зв'язки між шкалою тривожності Спілбергера – Ханіна та діагностичними показниками емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні

Порівнювані критерії (рівень реактивної тривожності / рівень емоційних бар'єрів)	Коефіцієнт r-Пірсона	Вид зв'язку
Г1аФП	-0,41	Зворотний зв'язок середньої сили
Г16ФП	-0,31	Зворотний зв'язок середньої сили
Г2аФП	-0,21	Надслабкий зворотний зв'язок
Г2аВО	0,56	Слабкий лінійний зв'язок
Г26ФП	0,98	Сильний лінійний зв'язок
Г26ВО	0,84	Сильний лінійний зв'язок

Виявлений зворотний зв'язок середньої сили за коефіцієнтом r -Пірсона між показниками тривожності та емоційними бар'єрами у міжособистісному спілкуванні означає, що зі зростанням тривожності емоційні бар'єри у спілкуванні зменшуються, або, навпаки, зі зменшенням тривожності бар'єри у спілкуванні збільшуються. Це може бути пов'язано з тим, що підлітки з вищою тривожністю прагнуть уникати конфліктів чи критики, що може знижувати бар'єри для спілкування, але водночас впливати на його якість.

Респонденти Г1аФП та Г1бФП із помірною тривожністю є більш схильними до адаптації у комунікації, намагаючись уникати додаткових стресів. Це може зменшувати емоційні бар'єри у спілкуванні, проте такі стосунки можуть залишатися поверхневими та емоційно виснажувати людину. Слабкий коефіцієнт кореляції, характерний для Г2аФП, що має найвищий рівень реактивної тривожності порівняно з іншими групами респондентів, свідчить про те, що тривожність і емоційні бар'єри в міжособистісному спілкуванні є взаємозалежними лише частково, і на кожен із цих факторів впливають інші, незалежні один від одного чинники (наприклад, соціальне середовище, рівень підтримки, індивідуальні особливості характеру). Сильний лінійний зв'язок, виявлений для Г2бФП та Г2бВО, указує на прямий вплив рівня тривожності на формування емоційних бар'єрів у спілкуванні. Підлітки, які відчувають високий рівень тривоги, можуть уникати соціальної взаємодії, мати труднощі з довірою або відкритістю у спілкуванні, що ускладнює їхні міжособистісні стосунки. Воєнний стан створює сильний і тривалий стрес, який може посилювати тривожність у підлітків. Це, своєю чергою, може провокувати розвиток захисних механізмів, таких як емоційна закритість, уникання спілкування або надмірна обережність у взаємодії з іншими. Сильна кореляція свідчить про те, що тривожність є основним джерелом труднощів у міжособистісному спілкуванні. Така ситуація вказує на необхідність посиленої роботи з підлітками, спрямованої на розвиток навичок комунікації, управління стресом та зниження рівня тривожності. Психологічна підтримка може допомогти їм краще адаптуватися до стресових умов і зменшити вплив тривоги на їхні стосунки.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Результати проведеного емпіричного дослідження засвідчили наявність статистично значущого взаємозв'язку між рівнем тривожності (реактивної та особистісної) та вираженістю емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні підлітків. Отримані дані підтверджують гіпотезу про те, що тривожність є суттєвим чинником формування емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні з особливою актуальністю в умовах тривалого соціального стресу, спричиненого війною. Це вимагає цілеспрямованих психолінгвістичних і психокорекційних утручань для підтримки молоді в процесі соціалізації й розвитку ефективної комунікації.

Перспективним напрямом подальших досліджень є виявлення механізмів мовленнєвої адаптації в умовах пролонгованого стресу, зокрема вивчення трансформації комунікативних стратегій, зумовлених високим рівнем емоційної напруги,

недовіри до соціального оточення та зниженим відчуттям безпеки. Також потребують розроблення психолінгвістичні моделі раннього виявлення мовленнєвих індикаторів тривожних станів, що може мати практичне значення для створення систем превентивної підтримки у сфері освіти, ментального здоров'я та кризової комунікації. Дослідження мають бути спрямовані на пошук ефективних стратегій подолання емоційних бар'єрів, відновлення довіри в спілкуванні та формування стійких мовленнєвих практик у ситуаціях соціальної нестабільності.

Список використаних джерел і літератури

1. Дударєва Т.В., Бількевич Н.А. Вплив тривожності на формування соціально-комунікативної компетентності майбутніх медсестер в умовах війни. *Медична освіта*. 2024. № 1. С. 84–91. URL: <https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2024.1.14585> (дата звернення: 25.05.2025).
2. Зеленська З.П. Психологічні особливості емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні учнів основної школи. *Актуальні проблеми психології*. 2020. Том V. Вип. 20. С. 26–35. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v5/i20/6.pdf> (дата звернення: 25.05.2025).
3. Коц В.П. Особливості комунікативної компетентності та стресостійкості. *Педагогіка здоров'я : зб. наук. пр. VIII Всеукр. наук.-практ. конф.* Харків : ХНПУ, 2018. С. 188–190.
4. Порпуліт О.О. Психологічні засновки медійної буттєвості : кваліфікаційна робота магістра за спеціальністю «053 Психологія». Одеса : НУ «Одес. політехніка», 2024. 79 с.
5. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник / уклад.: М.В. Лемак, В.Ю. Петрище. Вид. 2-е, виправл. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.
6. Скожець Н. Особистісна тривожність як бар'єр встановлення міжособистісних зв'язків. 2022. URL: https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/39822/2/ICBuTS_2022_Skozhetz_N-Personal_anxiety_as_a_178-179.pdf (дата звернення: 25.05.2025).
7. Hotsur O., Porpult O., Danylina O., Zozulia N., Stiekolshchykova V., & Danko-Sliptsova A. How does Information Manipulation Interfere with Normal Brain Function? The Disruption of Neuroethics in War-Time Mass Media. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2023. 14 (3), 224–240. URL: <https://doi.org/10.18662/brain/14.3/472> (дата звернення: 25.05.2025).
8. Junbo Ma, Bo Lin. The Impact of College Students' Social Anxiety on Interpersonal Communication Skills: A Moderated Mediation Model. *Scientific and Social Research*. 2017. 4 6): 101–108. URL: https://www.researchgate.net/publication/367672313_The_Impact_of_College_Students'_Social_Anxiety_on_Interpersonal_Communication_Skills_A_Moderated_Mediation_Model#fullTextFileContent (дата звернення: 25.05.2025).
9. Pickard H., Rijdsdijk F., Happe F., Mandy W. Are Social and Communication Difficulties a Risk Factor for the Development of Social Anxiety? *Journal of the American Academy of Child and Teen Psychiatry*. 2017. 56 (4). URL: DOI: 10.1016/j.jaac.2017.01.007 (дата звернення: 25.05.2025).
10. Sobol B. Critical Review: Is there a link between language skills and anxiety in children or adolescents with communication impairments? *School of Communication Sciences and Disorders*. 2019. URL: https://www.uwo.ca/fhs/lwm/teaching/EBP/2018_19/Sobol.pdf (дата звернення: 25.05.2025).
11. Üstündağ A., Haydaroğlu S., Sayan D., Güngör M. The relationship between social anxiety levels and effective communication skills of adolescents participating in sports. *Scientific Reports*. 2025. 15 (1). URL: DOI: 10.1038/s41598-025-00800-1 (дата звернення: 25.05.2025).

References

1. Dudarieva, T.V., Bilkevych, N.A. (2024). Vplyv tryvozhnosti na formuvannia sotsialno-komunikatyvnoi kompetentnosti maibutnikh medsester v umovakh viiny [The impact of anxiety on the formation of social-communicative competence of future nurses in wartime conditions]. *Medychna osvita*, (1), 84–91. <https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2024.1.14585> [in Ukrainian].
2. Zelenska, Z.P. (2020). Psykholohichni osoblyvosti emotsiinykh barieriv u mizhosobystisnomu spilkuvani uchniv osnovnoi shkoly [Psychological features of emotional barriers in interpersonal communication of secondary school pupils]. *Aktualni problemy psykholohii*, 5 (20), 26–35. Retrieved from: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v5/i20/6.pdf> [in Ukrainian].
3. Kots, V.P. (2018). Osoblyvosti komunikatyvnoi kompetentnosti ta stresostiikist [Features of communicative competence and stress resistance]. *Pedahohika zdorovia: zb. nauk. pr. VIII Vseukr. nauk.-prakt. Kharkiv National Pedagogical University*, 188–190 [in Ukrainian].
4. Porpulit, O.O. (2024). Psykholohichni zasnovky mediinoi buttievosti [Psychological foundations of media existence]: kvalifikatsiina robota mahistra za spetsialnistiu “053 Psykholohiia”. Odesa: Nats. un-t “Odes. politekhnikha”, 79 s. [in Ukrainian].
5. Psykholohu dlia roboty. Diahnostychni metodyky (2012). [Psychologist’s toolkit: Diagnostic methods]: zbirnyk [uklad.: M.V.Lemak, V.Yu.Petryshche. Vyd. 2-he, vypravl. Uzhhorod: Vydavnytstvo Oleksandry Harkushi, 616 s. [in Ukrainian].
6. Skozhets, N. (2022). Osobystisna tryvozhnist yak barier vstanovlennia mizhosobystisnykh zviazkiv [Personal anxiety as a barrier to establishing interpersonal connections]. Retrieved from: https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/39822/2/ICBuTS_2022_Skozhets_N-Personal_anxiety_as_a_178-179.pdf [in Ukrainian].
7. Hotsur, O., Porpulit, O., Danylina, O., Zozulia, N., Stiekolshchykova, V., & Danko-Sliptsova, A. (2023). How does information manipulation interfere with normal brain function? The disruption of neuroethics in war-time mass media. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 14 (3), 224–240. <https://doi.org/10.18662/brain/14.3/472> [in English].
8. Ma, J., & Lin, B. (2017). The impact of college students’ social anxiety on interpersonal communication skills: A moderated mediation model. *Scientific and Social Research*, 4 (6), 101–108. Retrieved from: https://www.researchgate.net/publication/367672313_The_Impact_of_College_Students'_Social_Anxiety_on_Interpersonal_Communication_Skills_A_Moderated_Mediation_Model#fullTextFileContent [in English].
9. Pickard, H., Rijdsdijk, F., Happe, F., & Mandy, W. (2017). Are social and communication difficulties a risk factor for the development of social anxiety? *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 56(4). <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.01.007> [in English].
10. Sobol, V. (2019). Critical review: Is there a link between language skills and anxiety in children or adolescents with communication impairments? *School of Communication Sciences and Disorders*. Retrieved from: https://www.uwo.ca/fhs/lwm/teaching/EBP/2018_19/Sobol.pdf [in English].
11. Üstündağ, A., Haydaroglu, S., Sayan, D., & Güngör, M. (2025). The relationship between social anxiety levels and effective communication skills of adolescents participating in sports. *Scientific Reports*, 15(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-025-00800-1> [in English].

Porpult O. O.

Candidate of Philological Sciences,

Associate Professor at the Department of Social Psychology

Odesa I.I. Mechnikov National University

PSYCHOLINGUISTICS OF ANXIETY: HOW WAR STRESS FORMES EMOTIONAL BARRIERS IN INTERPERSONAL COMMUNICATION OF YOUNG PEOPLE

In the context of growing social instability and prolonged military conflict in Ukraine, there is a significant increase in the level of anxiety among young people, which directly affects the quality of interpersonal communication. The relevance of the study is due to the need for a deeper understanding of the psycholinguistic mechanisms of the influence of anxiety on the formation of emotional barriers in communicative behavior in conditions of chronic stress. The aim of the article is to identify the relationship between the level of anxiety (reactive and personal) and the difficulties of establishing interpersonal contacts among young people in conditions of military stress.

The scientific novelty lies in the comprehensive empirical analysis of the influence of anxiety states on the speech behavior of adolescents, taking into account the social context of war as a specific factor of communicative barriers. The study was conducted during February 2024 – February 2025 on a sample of 148 students aged 15–18 years using the Spielberg-Khanin scale and the method of diagnosing difficulties in establishing contacts by V. Boyko.

The results showed the presence of a statistically significant inverse relationship between the level of anxiety and emotional barriers in communication. Adolescents with a high level of anxiety tend to avoid interpersonal interaction, reduce the level of trust and reduce speech activity. The data obtained can be the basis for the development of psycholinguistic programs to support youth in conditions of prolonged social stress.

Key words: psycholinguistics, anxiety, emotional barriers, interpersonal communication, youth, war stress.