

## ВПЛИВ ПАНДЕМІЇ COVID-19 НА КОМУНІКАТИВНИЙ ПРОСТІР ОСОБИСТОСТІ

### THE IMPACT OF THE COVID-19 PANDEMIC ON THE COMMUNICATIVE SPACE OF PERSONALITY

У статті розглядаються комунікативно-ментальні ресурси конструювання сприятливої комунікації в часи адаптації до нових умов соціальної взаємодії особистості. Викладається емпірична модель дослідження, що складається з таких психосемантичних характеристик комунікативно-ментального світу особистості, як: коло підтримуючого спілкування у сферах «навчання / робота» та «дозвілля / відпочинок»; характеристики співідентичності партнерів з кола підтримуючого спілкування у сферах «навчання / робота» та «дозвілля / відпочинок»; комунікативний час. Дослідження проводилось у форматі онлайн-опитування та мало дві хвилі, під час жорсткого локдауну (весна 2020) та під час адаптивного карантину (осінь 2020). Отримані результати відображають динаміку адаптації особистістю власного комунікативного простору задля збереження мережі прийнятної соціальної взаємодії в умовах надзвичайної ситуації, що зумовлена пандемією COVID-19. Отже, в складних умовах особистість спирається на ресурси комунікативно-ментального простору, що здатні підтримувати її життєстійкість та здатність керування комунікативними ризиками. Співставлення результатів за такими параметрами, як «відкритість контакту» та «вибірковість партнерів», в умовах адаптації до нових умов соціальної взаємодії вказує на важливість таких характеристик партнера, як «турботливість-дружелюбність-емпатичність». Аналіз невербального параметру переживань респондентів вказує, що є загальна тенденція до зростання стресового напруження. Переважання негативних переживань спостерігається як у сфері «навчання / робота», так і в сфері «дозвілля / відпочинок», хоча сфера «навчання / робота» викликає найбільше незадоволення респондентів. Таким чином, проведене дослідження дасть можливість враховувати структурно-динамічні особливості конструювання кола підтримуючої взаємодії під час організації соціально-психологічної допомоги та супроводу. На нашу думку, соціально-психологічний супровід особистості у часи адаптації до нових умов соціальної взаємодії має забезпечувати стабілізацію кола підтримуючої взаємодії в провідних життєвих сферах особистості.

**Ключові слова:** комунікативний простір особистості, соціальна взаємодія, пандемія COVID-19, підтримуюча взаємодія, комунікативний ризик.

The article considers the communicative-mental resources of constructing favorable communication in times of adaptation to new conditions of social interaction of the individual. An empirical model of research is presented, which consists of such psychosemantic characteristics of the communicative-mental world of the individual as: the circle of supportive communication in the spheres of study / leisure / recreation; characteristics of identity of partners in the field of supportive communication in the areas of study / work and leisure / recreation; communicative time. The study was conducted in an online survey format and had two waves, during a hard lockdown (spring 2020) and during adaptive quarantine (autumn 2020). The obtained results reflect the dynamics of personal adaptation of one's own communicative space in order to maintain a network of acceptable social interaction in the emergency situation caused by the COVID-19 pandemic. Thus, in difficult conditions, the individual relies on the resources of the communicative-mental space that are able to maintain its viability and the ability to manage communicative risks. Comparing the results on such parameters as "openness of contact" and "selectivity of partners" in terms of adaptation to new conditions of social interaction indicates the importance of such characteristics of the partner as "caring-friendliness-empathy". Analysis of the nonverbal parameter of respondents' experiences indicates that there is a general tendency to increase stress. The predominance of negative experiences is observed both in the field of study / work and in the field of leisure / recreation, although the field of study / work causes the greatest dissatisfaction of respondents. Thus, the study will make it possible to take into account the structural and dynamic features of the construction of the circle of supportive interaction in the organization of social and psychological assistance and support. In our opinion, the socio-psychological support of the individual in times of adaptation to new conditions of social interaction should ensure the stabilization of the circle of supportive interaction in the leading spheres of life of the individual.

**Key words:** communicative space of personality, social interaction, pandemic COVID-19, supportive interaction, communicative risk.

УДК 159.9:316.6  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.19.43>

**Ларіна Т.О.**

к. психол. н.,  
старший науковий співробітник  
Інститут соціальної та політичної  
психології Національної академії  
педагогічних наук України

**Постановка проблеми.** Пандемія як надзвичайна медико-епідеміологічна ситуація здійснює тиск як на соматичне здоров'я, так і на ментальне та комунікативне. Перенавантаження ментальної системи особистості проявляється в поведінкових та комунікативних збоях, збільшенні конфліктів та тривожних розладів. Отже, проблема збільшення опір-

ності стресу в умовах надзвичайної медико-епідеміологічної ситуації стає актуальною для усіх фахівців допомагаючих професій. Водночас вимушена соціальна ізоляція в умовах запровадження карантинних обмежень породжує нові комунікативні ризики для особистості. Фактор пандемії COVID-19 напругу впливає на організацію життя та комунікації на всіх

рівнях – від загальнодержавного до міжособистісного. Що таке соціальний контакт та його значущість, напевно зрозуміли всі, особливо під час жорсткого локдауну та вимушеної самоізоляції. Таким чином, надзвичайну ситуацію щодо пандемії COVID-19, ситуацію підвищеного впливу емоційно-негативних та екстремальних факторів на особистість можна розглядати крізь призму фактору ризику втрати соціального контакту особистості та як зону комунікативного ризику для особистості.

**Постановка завдання.** У нашому дослідженні ми поставили за мету розглянути комунікативно-ментальні ресурси конструювання сприятливої комунікації в часи адаптації до нових умов соціальної взаємодії особистості та визначити структурно-динамічні особливості конструювання кола підтримуючої взаємодії під час організації соціально-психологічної допомоги та супроводу.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Небезпека комунікативного ризику для особистості полягає у надмірному напруженні наших ментальних ресурсів, які відповідають за своєчасну та правильну оцінку небезпечності інформації. Як наслідок, ми маємо сильно виражені негативні емоції, злість, крик, блокування спілкування, категоричність у висловлюваннях, вербальну та невербальну агресію [5].

У ситуації тривалого карантину, впливу емоційно-негативних та екстремальних факторів порушується комунікація одночасно в усіх сферах життя людини, і це веде до підсилення не тільки загального рівню стресу, а й професійного стресу, інформаційного, емоційного та комунікативного. Розглядаючи проблему регуляції стресу, науковці підкреслюють специфіку інформаційного стресу, якій виникає в умовах інформаційних перевантажень та в умовах жорсткого обмеження у часі. Так, напруження може підсилюватись в ситуаціях невизначеності, коли бракує необхідної інформації, дуже неочікувані та часті зміни інформаційних параметрів професійної діяльності. Емоційний стрес виникає, коли є реальна або уявна небезпека, у разі переживання приниження, провини, гніву та образи в умовах протиріч або розриву ділових відносин з колегами по роботі чи конфлікту з керівництвом. Емоційний стрес може дуже гостро переживатися людиною, тому що руйнуються глибинні настановлення та цінності працівника щодо його професії. Комунікативний стрес є пов'язаним з реальними проблемами ділового спілкування, виявляється у підвищеній дратівливості, невмінні захищатися від комунікативної агресії, нездатності відмовити там, де це є необхідним, незнанні спеціальних прийомів захисту від маніпулювання, неспівпадінні за темпом спілкування [4].

Отже, в умовах вимушеної соціальної ізоляції імовірність втрати соціального контакту стає відчутною й болючою для великої кількості людей. І навіть намагаючись максимально контролювати власне емоційне ставлення до близького оточення, в умовах вимушеного дотримання карантинних обмежень неминуче більшість з нас потрапляє у зону комунікативного ризику. За висновками О.А. Страхової, серед основних характеристик, що впливають на успішність виходу із зони комунікативного ризику, виділяють освіченість, виховання, толерантність, схильність до агресії, домінування, амбіційність [5].

Необхідність адаптації до карантинних обмежень вимушено заводять більшість людей у зону комунікативного ризику, коли порушення звичних правил та норм спілкування можуть спотворювати інтерпретацію комунікативних намірів колег, партнерів, співмешканців або членів родини. Отже, ситуація пандемії COVID-19 наочно демонструє механізми раціональної інноваційної активності у суспільстві ризику (за У. Беком та С.А. Кравченко), коли людина практично не має вибору ризикувати чи ні. Виникає ситуація, коли суб'єктивно особистість начебто повинна мати прояв у свободі вибору, а з іншого боку, вона жорстко обмежена дискурсом ризику.

У нашому дослідженні ми спиралися на концепцію комунікативного світу особистості, що запропонував В.І. Кабрін. Вихідним положенням його концепції є розуміння комунікативного світу (скорочення Кабріна: К-світ) як гармонії особистої свободи та взаємності, як форми особистісного спілкування. Особистість розглядається автором як суб'єкт «зовнішнього» міжособистісного К-світу та внутрішнього духовного К-світу, де вона розвиває та підтримує комунікативні та ментальні структури свого «Я». Причому життєздатність та смисл спілкування особистості визначається, на думку автора, балансом вибіркованості та взаємності [3]. Таким чином, автором було сконструйовано метод моделювання комунікативних світів (ММКС). Цей метод є проєктивним та психосемантичним за своїм змістом, що дає можливість для семантичного, якісного та кількісного аналізу отриманих даних. З огляду на його концепцію процес переживання комунікативного стресу відбувається у наших ментальних проєкціях, на відміну від стресу фізіологічного [3]. Отже, взявши за основу метод моделювання комунікативних світів, ми розробили дві модифікації опитувальника для визначення динамічних та психосемантичних характеристик комунікативно-ментального світу особистості у період адаптації до карантинних обмежень, викликаних пандемією COVID-19.

Дослідження проводилось у дві хвили: перша у період дії жорсткого локдауну в Україні (03.05.2020 до 22.05.2020), а друга приблизно через 6 місяців, у період запровадження адаптивного карантину (10.10.2020 до 22.11.2020). Дослідження було проведено в режимі онлайн-опитування з використанням платформи Google Forms. Всього у дослідженні взяли участь 115 осіб. У першій хвилі досліджено 57 осіб, серед них 84,2% жінок та 15,8% чоловіків, з вищою освітою – 89,5%, та 10,5% склали ті, що мають незакінчену вищу або середньо-спеціальну освіту, середній вік опитуваних – 40 років. У другій хвилі взяли участь 58 осіб, серед них 82,7% жінок та 17,3% чоловіків, з вищою освітою – 79%, та 21% склали ті, що мають незакінчену вищу або середньо-спеціальну освіту, середній вік опитуваних – 34 роки.

Для обробки результатів ми використовуємо запропонований В.І. Кабріним алгоритм аналізу даних. За результатами контент-аналізу вербальних показників комунікативного простору особистості в умовах локдауну в Україні (весна 2020 року), було визначено найбільш актуальні для респондентів теми та проблеми. Серед них: робота, навчання, адаптація до дистанційної роботи та навчання (23,3%); здоров'я, безпека, пандемічні страхи (22,3%); карантинні обмеження, організація життя під час карантину (20,4%); саморозвиток, самоосвіта (17,5%); організація дозвілля та відпочинку (11,6%); фінансові проблеми, економічна криза (8,7%). Таким чином, скоріше за все, така смислова структура комунікативного простору у часи пандемії і буде зумовлювати особливості міжособистісної взаємодії та спілкування, вибірковість та відкритість особистості соціальному контакту.

Подальший аналіз отриманих результатів було спрямовано на визначення актуального під час локдауну кола спілкування за критерієм так званої «співідентичності», відкритості конкретному партнеру за конкретною темою. Ми ставили собі дослідницьке завдання визначити структуру «відкритих» контактів у такому смисловому просторі К-світу особистості, як комфорт та безпека під час локдауну в Україні (весна 2020). Отже, найбільш привабливий соціальний статус для респондентів за критерієм комфорту та безпеки особистості під час локдауну в Україні мають діти (18%), партнери, подружжя (18%) та друзі, приятелі (17%). Соціальну привабливість також мають родичі (12%), батьки (11%), брати та сестри (7%). Таким чином, можна вважати, що в умовах комунікативного ризику втрати соціального контакту діти та подружжя / партнери поряд із друзями / приятелями створюють зовнішній стабілізаційний «контур», мікропростір особистісної безпеки та комфорту.

Аналізуючи переживання респондентів під час жорсткого карантину (весна 2020), ми виявили, що респонденти демонструють певний баланс поміж негативними та позитивними переживаннями. За отриманими результатами алгебраїчна сума різниць модальних оцінок переживань: («майбутнє» – «минуле») + («майбутнє» – «теперішнє») + («теперішнє» – «минуле») дорівнює нулю. Така врівноваженість може вказувати на певну стійкість до К-стресу та керованість комунікативними ризиками. На нашу думку, така стійкість до К-стресу зумовлена пріоритетністю тем та проблем, в які були включені респонденти, а також інтенсивністю занурення в опанування нових форм праці, навчання, організації дозвілля та саморозвитку. Також зануреність у саморозвиток та опанування дистанційних форм праці й навчання може давати особистості час для рефлексії та критичного ставлення до таких ризикогенних тем, як втрата здоров'я, страхи щодо пандемії, карантинні обмеження та фінансові проблеми.

Отримані нами результати дистанційного дослідження під час жорсткого локдауну в Україні стали основою для виділення емпіричних критеріїв сприятливої саногенної комунікації в часи адаптації до нових умов соціальної взаємодії. Тому на наступному етапі дослідження ми сфокусувалися на вивченні таких структурних компонентів комунікативного простору особистості, як робота / навчання та відпочинок / дозвілля. Життєва сфера «робота / навчання», за відповідями респондентів, стала найбільш актуальною під час жорсткого карантину. Зрозуміло, що вирішення завдань адаптації та опанування нових умов взаємодії та комунікації було несподіваним для усіх викликом. З іншого боку, дозвілля та відпочинок науковці справедливо визначають як екологічний простір взаємодії особистості. Так, О.О. Вовчик-Блакитна, прихильниця екопсихологічного підходу, розглядає тему сімейного дозвілля як складник середовища міжособистісного спілкування між дітьми та представниками старшого покоління. Вона наголошує на своєрідності міжвікової, міжпоколінної взаємодії, підкреслює розвивальний потенціал такої взаємодії, зокрема спілкування дітей та бабусь, дідусів [1].

Таким чином, компонентами *емпіричної моделі* визначення ресурсів для конструювання сприятливої саногенної комунікації в часи адаптації до нових умов соціальної взаємодії стали наступні психосемантичні характеристики комунікативно-ментального світу особистості:

– *коло підтримуючого спілкування у сфері «навчання / робота»* (партнери з реального кола спілкування, з якими обговорюються страхи та тривоги щодо організації навчання / роботи в умовах адаптивного карантину);

– коло підтримуючого спілкування у сфері «дозвілля / відпочинок» (партнери з реального кола спілкування, з якими обговорюються плани щодо організації дозвілля та відпочинку в умовах адаптивного карантину);

– комунікативний час (ретроспектива під час дії жорсткого карантину (весна 2020 року), актуальність, перспектива після завершення карантину);

– характеристики співідентичності партнерів з кола підтримуючого спілкування у сфері «навчання / робота»;

– характеристики співідентичності партнерів з кола підтримуючого спілкування у сфері «дозвілля / відпочинок».

Відповідно до визначених критеріїв було створено другу модифікацію опитувальника щодо дослідження особливостей конструювання комунікативного простору в умовах адаптації до нових умов соціальної взаємодії.

Аналіз результатів, отриманих під час другої хвилі онлайн-дослідження, дозволив визначити коло актуального підтримуючого міжособистісного спілкування в умовах адаптивного карантину. Отже, коло підтримуючого

спілкування у сфері «навчання / робота» за відсотком згадування переважно складається з колег / співробітників (26%); друзів / подруг (22%); батьків (11%); чоловіка, дружини, партнера (10%); сім'ї, родини (10%). Натомість коло підтримуючого спілкування у сфері «дозвілля / відпочинок» переважно складається з друзів / подруг (31,4%); сім'ї, родини, родичів (21,4%); чоловіка, дружини, партнера (14,2%); колег / співробітників (11,4%). Цікавим є те, що в бажане коло підтримуючої взаємодії в обох життєвих сферах перш за все входять друзі / подруги. Причому друзі / подруги відіграють важливу роль як у підтримці на роботі, так і під час організації та планування відпочинку.

Результати контент-аналізу вербальних показників комунікативного простору у сфері «робота / навчання» дозволили нам виділити такі характеристики партнерів з кола підтримуючого спілкування у сфері «навчання / робота». Серед них «турботливість – дружелюбність – емпатичність», «відповідальність – професіоналізм – організованість», «критичність мислення – розсудливість – обі-

Таблиця 1

**Характеристики співідентичності партнерів з кола підтримуючого спілкування у сфері «навчання / робота»**

Особистісні характеристики партнерів, «відкритих» до контакту у сфері «навчання / робота»	% згадування
<b>«Турботливість – дружелюбність – емпатичність»</b> Допомагають, турботливі, турботливість, підтримка, вміють підтримати і дати пораду, готовність допомогти, бажання прийти на допомогу, вміння турбуватись, дати якусь пораду і уміння підтримати, втішають, здатність до співпереживання, емпатія, співчутливість, емпатичність, співчутливі, надихають мене, доброта, добрі, людяність, доброзичливість	20,5%
<b>«Відповідальність – професіоналізм – організованість»</b> Працьовиті, схильні до того, щоб робити все добре і на совість, відповідальні, трудоголіки, професіоналізм, організованість, вправність, бажання досягти своїх цілей, кваліфіковані фахівці, сумлінність	19,3%
<b>«Критичність мислення – розсудливість – обізнаність»</b> Бачення цілі і пріоритетів, критичність мислення, знання, реально вміють оцінити ситуацію, розуміння куди бігти, знання реального стану речей, аналітичний склад розуму, аналітико-прогностичне мислення, знання ситуації, розуміння, критичне мислення, тверезе мислення, адекватність, мислять конструктивно, реалісти за світоглядом, розуміння, критичність, розсудливість, обізнані	14,7%
<b>«Щирість – відкритість – мудрість»</b> Щирість, правдивість, чесність, відкритість, відвертість, люди, яким я довіряю, люди, які близькі мені духовно та морально, мудрі, просто близькі духом.	10,7%
<b>«Оптимізм – почуття гумору»</b> Оптимістичні, оптимізм, почуття гумору, життєрадісність, позитивність, приємні люди, веселі, розважають, впевненість у майбутньому	10,7%
<b>«Емоційна стабільність – толерантність»</b> Стійкість до стресу, адаптивність, стресостійкі не панікують, а навпаки, емоційно стійкі, врівноваженість, стриманість, емоційна стабільність, рішучість, сильний, повага, толерантність, справедливість	10,2%
<b>«Комунікабельність»</b> Вміють вислухати, уміння слухати, гарні співбесідники, готовність вислухати, комунікативність, комунікабельність	7,3%
<b>«Песимістичність»</b> Стривоженість, тривожність, песимістичність	2,8%

знаність», «щирість – відкритість – мудрість», «оптимізм – почуття гумору», «емоційна стабільність – толерантність», «комунікабельність», «песимістичність» (див. табл. 1).

Відповідно, характеристики партнерів з кола підтримуючого спілкування у сфері «відпочинок / дозвілля» виявились такими, як: «турботливість – дружелюбність – емпатичність», «критичність мислення – розсудливість – обізнаність», «оптимізм – почуття гумору», «відповідальність – професіоналізм – організованість», «щирість – відкритість – мудрість», «емоційна стабільність – толерантність», «спільні інтереси» «комунікабельність», «безініціативність» (див. табл. 2).

Співставлення результатів за такими параметрами, як «відкритість контакту» та «вибірковість партнерів», в умовах адаптації до нових умов соціальної взаємодії дає можливість відзначити певні тенденції. Отже, для «відкритості» контакту за різними життєвими темами на першому місці є такі характеристики партнера, як «**турботливість – дружелюбність – емпатичність**». Однак загальна структура пріори-

тетних характеристик має свою особливість відповідно до теми спілкування. Так, «відкритість» до спілкування щодо сфери робота / навчання очікується з боку колег, співробітників, друзів, подруг. «Близькість» спілкування визначається таким характеристиками партнерів, як: «турботливість – дружелюбність – емпатичність», «відповідальність – професіоналізм – організованість» та «критичність мислення – розсудливість – обізнаність».

Натомість «відкритість» до спілкування щодо сфери «дозвілля / відпочинок» очікується передусім з боку друзів, подруг та сім'ї, родини, родичів. «Близькість» спілкування визначається такими характеристиками партнерів, як: «турботливість – дружелюбність – емпатичність», «критичність мислення – розсудливість – обізнаність», «оптимізм – почуття гумору».

На наступному етапі обробки було визначено невербальний параметр переживань респондентів під час дії карантинних обмежень протягом 6 місяців. Таким чином, ми підрахували алгебраїчну суму різниць модальних

Таблиця 2

**Характеристики співідентичності партнерів з кола підтримуючого спілкування у сфері «дозвілля / відпочинок»**

Особистісні характеристики партнерів, «відкритих» до контакту у сфері «дозвілля / відпочинок»	% згадування
<b>«Турботливість – дружелюбність – емпатичність»</b> Турботливі, добрі, підтримка, дружелюбність, любов, готовність допомогти, я йому довіряю, люди, які близькі мені духовно та морально, чуйність, емпатія, співчутливість, добре до мене ставляться, доброзичливість.	21%
<b>«Критичність мислення – розсудливість – обізнаність»</b> Обізнаність, ерудованість, винахідливість, розуміння ситуації, реально оцінюють ситуацію, не перебільшуючи, але й не применшуючи небезпеки захворіти, розумні поради, схильність швидко приймати рішення та не боятись діяти ситуативно, уважність до деталей, аналітичний склад розуму, готові до всього, легкі на підйом, різносторонність, критичність мислення, знання, тверезий розум, розсудливість, сміливість, впевненість	19,8%
<b>«Оптимізм – почуття гумору»</b> Веселі, компанійські, запальні, інтерес, активність, гумор, енергія, життєрадісні оптимісти, позитивне мислення, веселість, цінують гумор, почуття гумору	16,4%
<b>«Відповідальність – професіоналізм – організованість»</b> Працьовиті, відповідальні, організовані, професіоналізм, сумлінність, уважність, впевненість.	9,9%
<b>«Щирість – відкритість – мудрість»</b> Щирість, мудра людина, чесність, сумлінність, надійність, відвертість, справедливі люди	8,2%
<b>«Емоційна стабільність – толерантність»</b> Тактовність, терпіння, обережність, врівноваженість, толерантність, стабільність, уважність, розважливості, стійкість, делікатні люди	7%
<b>«Спільні інтереси»</b> «В одному човні», мають однакові зі мною вподобання щодо дозвілля, люблять проводити час разом, спільні інтереси, цікавість до моїх пропозицій, спільне минуле, мають вільний час	7%
<b>«Комунікабельність»</b> Комунікабельні, відкриті, товариські, комунікативні, вміння слухати, приємно спілкуватися, гарні слухачі	6,4%
<b>«Безініціативність»</b> Лінощі, безініціативність, прокрастинація, тривога, немає дозвілля	2,9%

оцінок переживань: («майбутнє» – «минуле») + («майбутнє» – «теперішнє») + («теперішнє» – «минуле»). В результаті, говорячи про загальну задоволеність чи незадоволеність, тобто переважання позитивних або негативних переживань, ми обрахували інтегральний показник співвідношення стрес- та транс-тенденцій. Так, у респондентів сфера «навчання / робота» переважно пов'язана зі стресом та загальною незадоволеністю («вектор зростання стресу» = 30).

Характеризуючи загальну спрямованість переживань респондентів щодо сфери «дозвілля / відпочинок» за інтегральним показником співвідношення стрес- та транс-тенденцій, ми отримали «вектор зростання стресу» = 7. Отже, сумарний показник позитивних та негативних переживань вказує на незначне у порівнянні зі сферою «навчання / робота» переважання негативних переживань та підвищення рівня стресу.

Таким чином, можна зазначити, що існує загальна тенденція до зростання стресового напруження у порівнянні із стійкими тенденціями, які ми спостерігали навесні (локдаун в Україні 2020). Переважання негативних переживань спостерігається як у сфері «навчання / робота», так і в сфері «дозвілля / відпочинок», хоча сфера «навчання / робота» викликає найбільше загальне незадоволення респондентів.

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

Проведене дослідження особливостей конструювання комунікативного простору особистості в часи адаптації до нових умов соціальної взаємодії вказує на ресурси, підтримані життєздатністю комунікативно-ментального простору респондентів за рахунок мобілізації саногенних факторів керування комунікативними ризиками в складних обставинах. Отримані результати відображають динаміку адаптації власного комунікативного простору задля збереження мережі прийнятної соціаль-

ної взаємодії в умовах надзвичайної ситуації, що зумовлена пандемією COVID-19. Отже, проведене дослідження дасть можливість враховувати структурно-динамічні особливості сприйняття та надання соціальної підтримки під час розробки моделей соціально-психологічної допомоги та супроводу. Так, соціально-психологічний супровід особистості у часи адаптації до нових умов соціальної взаємодії має забезпечувати стабілізацію кола підтримуючої взаємодії в провідних життєвих сферах особистості.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Вовчик-Блакитна О.О. Дозвілля як екологічний простір розвитку міжпоколінної взаємодії. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. Екологічна психологія*. 2017. Вип. 7(44). С. 51–60.
2. Кабрин В.И., Березина Е.М., Карнаухов Д.А. Метод моделирования коммуникативных миров в исследованиях ментальности. *Вестник Самарского Государственного Университета. Серия «Гуманитарные Науки»*. 2004. Вып. 2. С. 40–46. URL: [http://elibrary.lt/resursai/Uzsienio%20leidiniai/Voronezh/hum/2004-2/hum0402\\_07.pdf](http://elibrary.lt/resursai/Uzsienio%20leidiniai/Voronezh/hum/2004-2/hum0402_07.pdf).
3. Кабрин В.И. Ментальная структура и динамика коммуникативного мира личности: методология, методы, эмпирические исследования : учебно-методическое пособие. Томск : ТГУ. 2005. URL: [http://window.edu.ru/catalog/pdf2txt/693/46693/22987?p\\_page=6](http://window.edu.ru/catalog/pdf2txt/693/46693/22987?p_page=6).
4. Самоукина Н.В. *Психология и педагогика профессиональной деятельности*. Изд. 2-е, дополнен. Москва : Ассоциация авторов и издателей «ТАНДЕМ». Издательство ЭКМОС, 2000. 384 с.
5. Страхова О.А. К вопросу об определении понятий «Коммуникативный риск» и «Зона коммуникативного риска». *Филологические науки. Вопросы теории и практики*. 2017. № 9-2 (75). с. 150–153. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-ob-opredelenii-ponyatij-kommunikativnyy-risk-i-zona-kommunikativnogo-riska>.