

Ларіна Тетяна Олексіївна

кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник,
старший науковий співробітник лабораторії
соціальної психології особистості,
Інститут соціальної та політичної психології
НАПН України,
м. Київ, Україна
ORCID ID0000-0001-8975-3348
larinatetyna.olex@gmail.com

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРСОНОЛОГІЧНОГО КОНСТРУЮВАННЯ МЕРЕЖІ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ КОРОНАВІРУСУ COVID-19

Метою статті є визначення специфіки конструювання соціальної підтримки в системі міжособистісного спілкування в умовах пандемії коронавірусу COVID-19. Для вирішення дослідницьких завдань було застосовано метод моделювання комунікативних світів (ММКС), запропонований В. Кабріним. На його основі розроблено емпіричні показники конструювання саногенного комунікативного простору особистості в умовах пандемії та створено опитувальник визначення динамічних та психосемантичних характеристик комунікативно-ментального світу особистості в умовах пандемії коронавірусу COVID-19. Алгоритм обробки результатів дослідження полягав у виявленні провідних тенденцій щодо вектора переживань опитуваних (невербальні показники комунікативного стресу) та подальшому контент-аналізі вербальних показників комунікативного простору. Отримані результати дослідження показали, що позитивні і негативні переживання респондентів під час карантину є досить врівноваженими. Це може свідчити про загалом задовільну стійкість до комунікативного стресу та керованість комунікативними ризиками. Стійкість до комунікативному стресу може бути зумовлена необхідністю опановувати нові форми праці, навчання, організації дозвілля та саморозвитку. Зануреність у саморозвиток та опанування дистанційних форм праці й навчання може також давати особистості час, необхідний для рефлексії та вироблення критичного ставлення до таких ризкогенних тем, як втрата здоров'я, страхи щодо пандемії, карантинні обмеження та фінансові проблеми. Визначено мережу соціальної підтримки, найближче коло підтримки досліджуваних: діти, партнери і подружжя, друзі та приятелі. Висловлено думку, що друзі та приятелі виконують об'єднувальну роль, поєднуючи мікро- і макроструктури міжособистісних відносин у складних життєвих ситуаціях. Встановлено, що онлайн-простір сприймається респондентами як певна "реальна локація" для організації міжособистісного спілкування. До обмежень дослідження можна віднести те, що переважна частина вибірки складалася з працівників освіти (29,8%) та психологів (28%), які є представниками допомагальних професій. (Отже, отримані результати відображають тенденції конструювання мережі соціальної підтримки в умовах пандемії коронавірусу COVID-19 саме серед представників зазначених професій). Як напрям подальших досліджень виокремлено вивчення значущості впливу професійної діяльності на особливості конструювання комунікативного простору в умовах пандемії коронавірусу COVID-19.

Ключові слова: соціальна підтримка; комунікативний стрес; комунікативний ризик.

PECULIARITIES OF PERSONAL DESIGNING OF A SOCIAL SUPPORT NETWORK IN CONDITIONS OF THE COVID-19 CORONAVIRUS PANDEMIC

Tetiana O. Larina

Ph.D. in Psychology, Senior Researcher, Senior Research Associate,
Laboratory of Social Psychology of Personality,
Institute for Social and Political Psychology, NAES of Ukraine,
Kyiv, Ukraine
ORCID ID 0000-0001-8975-3348
larinatetyna.olex@gmail.com

The aim of the article is to determine the specifics of constructing social support in the system of interpersonal communication in a coronavirus COVID-19 pandemic. The method of modeling communicative worlds (MMCS) proposed by V. Kabrin was used to solve research problems. Based on it, empirical indicators of sanogenic communicative space construction of personality in a pandemic were developed and a questionnaire was created to determine the dynamic and psychosemantic characteristics of the communicative-mental world of a person in a pandemic of coronavirus COVID-19. The algorithm for processing the results of the study was to identify the leading trends in the vector of respondents' experiences (non-verbal indicators of communicative stress) and further content analysis of verbal indicators of communicative space. The results of the study showed that the positive and negative experiences of respondents during quarantine are quite balanced. This may indicate a generally satisfactory resistance to communicative stress and manageable communication risks. Resistance to communicative stress may be due to the need to master new forms of work, study, leisure, and self-development. Immersion in self-development and mastering distance forms of work and learning can also give an individual the time to reflect and develop a critical attitude to risky topics such as loss of health, fears of a pandemic, quarantine restrictions, and financial problems. It is determined the network of social support, the closest circle of support of the respondents: children, partners and spouses, friends, and acquaintances. It is believed that friends and acquaintances play a unifying role, combining micro- and macrostructures of interpersonal relationships in difficult life situations. It is established that the online space is perceived by respondents as a certain "real location" for the organization of interpersonal communication. Limitations of the study include the fact that the majority of the sample consisted of educators (29.8%) and psychologists (28%), who are representatives of helping professions. As a direction of further research, it is outlined the study on the significance of the influence of professional activity on features of construction of communicative space in the conditions of coronavirus COVID-19 pandemic.

Keywords: social support; communicative stress; communication risk.

Постановка проблеми. Соціальна підтримка є своєрідним буфером, коли йдеться про збереження та зміцнення комунікативного здоров'я особистості, особливо в складних, надзвичайних життєвих ситуаціях. Сьогодні надзвичайна медико-санітарна ситуація, викликана пандемією коронавірусу COVID-19, породжує страхи, ризики, невизначеність та втрати для кожної людини і, як наслідок, тривале, надмірне стресове навантаження, що, безперечно, вносить свої корективи в національні, професійні та міжособистісні форми комунікації. Отже, ті комунікативні ризики, які зазвичай супроводжують буденний плин життя кожної людини, у ситуації тривалого стресу стрімко виснажують її саногенний потенціал. За таких умов украй актуальною стає здатність людини організувати свій комунікативний простір, конструювати мережі прийнятної соціальної взаємодії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, виокремлення нерозв'язаних частин загальної проблеми. Українські дослідники роблять тільки перші кроки в науковому вивченні впливу соціальної підтримки на особистість. Так, Н. Бондаренко розглядає соціальну підтримку як загальнолюдську потребу. Результати її дослідження доводять, що

задоволення потреб у соціальній та емоційній підтримці (емоційних потреб) сприяє ресоціалізації та соціальній інтеграції особистості, підтверджують цінність і значущість взаємодії, яка уможлиблює довірливі стосунки, незважаючи на наявність або відсутність проблем із психічним здоров'ям (Бондаренко, 2016).

У зарубіжних дослідженнях головна увага приділяється феномену сприйняття підтримки – *Perceived Support*. Сприйняття соціальної підтримки асоціюється з покращенням психологічного благополуччя. Отже, соціальна підтримка підвищує позитивні психологічні результати, наприклад задоволеність життям, і знижує негативні, такі як депресія. Учені підкреслюють, що соціальна підтримка може стимулювати рефлексію, співчуття до себе, почуття власної гідності та розширювати можливості для отримання задоволення від життя (Wilson, Weiss, & Shook, 2020). Наприклад, під час вивчення ролі соціальної підтримки в лікуванні військових із симптомами ПТСР доведено, що якість сприйняття соціальної підтримки є фактором, що передує послабленню симптомів ПТСР, отже, покращення якості сприйняття соціальної підтримки може бути одним із шляхів допомоги, зокрема зменшення хворобливих симптомів (Bourassa et al., 2020).

Вивчаючи диференційний вплив сприйняття соціальної підтримки на формування надії у дітей, науковці зауважують, що для підлітків провідним джерелом соціальної підтримки є підтримка батьків, яка й формує позитивне ставлення до себе в дорослому житті. Причому соціальна підтримка з боку батьків має домінантне значення для формування надії у підлітків порівняно з тією підтримкою, яку вони отримують з боку вчителів та друзів (Archer, Jiang, Thurston, & Floyd, 2019).

Дослідження гендерних відмінностей соціальної підтримки показало, що різні джерела сприйняття та отримання підтримки від матері, батька або близького друга впливають на засвоєння та екстерналізацію проблем і проявляються в самооцінці у дорослому житті. Виявилось, що соціальна підтримка, отримувана від батька, опосередковано впливала на засвоєння та екстерналізацію проблем через самооцінку у жінок (але не у чоловіків). Значна соціальна підтримка з боку друзів у період становлення зрілості може прямо або опосередковано приносити користь саме жінкам у колективі (Szkody, & McKinney, 2019).

Сьогодні науковці все більше уваги приділяють дослідженню особливостей конструювання соціальної підтримки в соціальних мережах. Так, у США проведено дослідження, метою якого було встановити, чи є емоційна підтримка на основі соціальних мереж (SM) продовженням, а чи вона є іншою конструкцією емоційної підтримки безпосередньо одним одним (Face To Face). У результаті факторного аналізу виявлено незалежні зв'язки між шкалами емоційної підтримки і ризиком депресії. Було отримано дві різні конструкції. Отже, емоційна підтримка "Face To Face" зменшує шанси щодо виникнення депресії, а підтримка на основі соціальних мереж пов'язана з більш високими шансами щодо депресії. З огляду на це науковці пропонують лікарям, які лікують депресію, уважно ставитися до джерел отримання емоційної підтримки (Shensa et al., 2020).

Ще одне дослідження щодо особливостей надання підтримки через соціальні мережі було спрямоване на визначення соціально-психологічних факторів, що впливають на спроби мобілізації проблемних питань між ідеологічно протилежними групами в соціальних мережах. Науковці, зокрема, оцінювали модель опосередкованого впливу на сприйняття конгруентності думок у власній мережі та передбачення ефективності участі в підтримці або непідтримці проблеми ЛГБТ у Facebook. Результати показали, що в соціальних мережах відбувається складний процес мікромобілізації, на який впливають позиції проблемних груп та динаміка контргруп. З'ясувалося, що сприйняття ефективності участі є найсильнішим пояснювальним фактором прояву підтримки. Прояви підтримки маркувались як коментування, симпатія, обмін інформацією (Nekmat, & Ismail, 2019).

Опосередкованість впливу соціальної підтримки вивчали і китайські вчені. Зважаючи на велику поширеність розладів, пов'язаних з інтернет-іграми (*internet gaming disorder*), серед китайських студентів було проведено дослідження з метою виявлення факторів захисту

студентів від ігрової залежності. Під час дослідження робилися два заміри з інтервалом в один рік. Результати перехресного аналізу показали, що передусім мета в житті, а не соціальна підтримка передбачала меншу кількість симптомів “internet gaming disorder”. Причому соціальна підтримка і життєві цілі з часом демонстрували кореляції між собою. Показано, що життєва мета є ефективним значущим фактором проти “internet gaming disorder”, а вплив соціальної підтримки може бути опосередкованим. Науковці пропонують вводити у шкільну програму щодо профілактики “internet gaming disorder” позитивні психологічні інтервенції, що сприяють пошуку та досягненню життєвих цілей (Zhang et al., 2019).

Сьогодні новим викликом для всього людства стала надзвичайна медико-санітарна ситуація в контексті пандемії коронавірусу COVID-19. Досвід вимушеної соціальної ізоляції є фактором ризику для сімейної, соціальної та масової комунікації. Під загрозою опиняються звичні для нас форми взаємодії у всіх сферах життєдіяльності людини. Вимушена різка зміна соціальної взаємодії неодмінно позначається на перформатуванні, стрімкій адаптації комунікативного простору особистості задля збереження його саногенності. Отже, наразі потребують вирішення питання щодо особливостей конструювання та функціонування підтримувальної взаємодії в умовах надзвичайної медико-санітарної ситуації в контексті пандемії коронавірусу COVID-19.

Метою статті є визначення специфіки конструювання соціальної підтримки в системі міжособистісного спілкування в умовах пандемії коронавірусу COVID-19.

Виклад основного матеріалу дослідження. Актуальність нашого дослідження зумовлена тим, що під впливом ризиків вимушеної соціальної ізоляції актуалізується відчуття втрати соціального контакту, що несе із собою болісні для великої кількості людей, а іноді й нестерпні, переживання, страхи та розлади. Інтенсивність та небезпечність таких ризиків можуть призводити до швидкого психоемоційного виснаження особистості, появи в неї панічних настроїв та деструктивних форм поведінки. Отже, в умовах пандемії 2020 року для збереження як соматичного, так і психологічного здоров'я людині необхідна соціальна підтримка, яка має бути спрямована на запобігання негативним проявам та коригування комунікативних ризиків у системі міжособистісного спілкування. В умовах карантину головною небезпекою стає некерованість та непрогнозованість комунікативних ризиків саме в системі міжособистісного спілкування. Вимушена ізоляція, необхідність “24/7” перебувати в постійному контакті з іншими, нехай навіть тільки з рідними і близькими, підвищує ризики зазіхання на зону особистісної автономії, на особистісний та інтимний простір людини. Необхідність дотримання карантинних обмежень часто ставить людей в умови, коли об'єктивно не можна зберегти прийнятну для стабілізації власного психологічного стану просторову та вербальну дистанцію.

Так, філологи, що вивчають особливості національних стилів комунікації, наголошують, що для збереження дистанції у вербальній комунікації англіїці використовують конвенціональні стратегії, спрямовані на демонстрацію співрозмовнику визнання своєї незалежності, особистої автономії. Ці стратегії спрямовані на соціальне дистанціювання, на створення комунікативних бар'єрів, на те, щоб не допустити зближення, показати наявність дистанції поміж співрозмовниками і таким чином продемонструвати повагу одне до одного (Ларина, 2009).

Отже, завдання нашого дослідження – з'ясувати, як саме вимушена самоізоляція, депривація звичних для багатьох форм офлайн-комунікації позначаються на конструюванні прийнятної та безпечної комунікативної мережі особистості. Депривація звичних форм офлайн-комунікації підвищує небезпеку зіткнення особистості з інформаційними ризиками, фейками, комунікативними бар'єрами, що веде до викривленого інтерпретування подій і, врешті-решт, до комунікативного стресу (К-стресу, за В. Кабріним). На відміну від психофізіологічного стресу, К-стрес переживається в ментальних проєкціях. Отже, суб'єкти комунікації здатні “безневинну” ситуацію переживати як стресову, а до реальної небезпеки ставитися досить безтурботно.

Щоб вирішити дослідницькі завдання, ми скористалися методом моделювання комунікативних світів (ММКС), який розробив В. Кабрін. Ця методика призначена для визначення динамічних і психосемантичних характеристик комунікативно-ментального світу особистості. Автор методики означив базові координати життєвого світу особистості: комунікативний простір (внутрішній і зовнішній) та комунікативний час (ретроспектива, актуальність, перспектива). Внутрішній комунікативний простір представлений як “інтереси та проблеми”, а зовнішній – як “партнери і їхні суттєві характеристики” для респондента (Кабрин, Березина, & Карнаухов, 2004). Ми модифікували питання ММКС, щоб дослідити загальні просторові вектори конструювання комунікативного світу під час жорсткого карантину. Отже, було визначено такі *емпіричні критерії*:

- внутрішній комунікативний простір (актуальні інтереси та проблеми під час карантину);
- зовнішній комунікативний простір (партнери, з якими під час карантину людина почувається комфортно, зацікавлено та в безпеці);
- комунікативний час (ретроспектива до карантину, актуальність, перспектива після карантину);
- умови для конструювання підтримувальної комунікації під час карантину (місця, де найчастіше людина взаємодіє з тими, з ким їй комфортно, цікаво та безпечно).

На наступному етапі було розроблено опитувальник “Комунікативний простір особистості”, який містив такі питання:

1. Які інтереси та проблеми (найбільш актуальні теми) наповнюють Ваше життя під час запровадження обмежувальних заходів в Україні у зв’язку з пандемією COVID-19?
2. Оцініть, будь ласка, які переживання у Вас викликають перераховані вище теми? (де -3 – “дуже неприємні переживання”, +3 – “дуже приємні переживання”, 0 – нейтральні переживання) [у минулому (до карантину)], [у сьогодні], [у майбутньому (після карантину)].
3. З ким із Вашого реального кола спілкування (батьки, брати, сестри, діти, колеги, друзі та ін.) Ви почуваєтеся особливо комфортно, зацікавлено та в безпеці під час карантину?
4. Де найчастіше під час карантину Ви стикаєтеся з людьми, з якими почуваєтеся особливо комфортно, зацікавлено та в безпеці?

Дослідження проводилося з 3 травня по 22 травня 2020 року на основі платформи [Google Forms](#). Усього в дослідженні взяли участь 57 осіб, серед них 84,2% жінок та 15,8% чоловіків; з вищою освітою – 89,5%, а 10,5% – особи, що мають незакінчену вищу або середню спеціальну освіту. Середній вік опитаних становив 40 років.

Для обробки результатів використовувався запропонований В. Кабриним алгоритм аналізу даних (Кабрин, 2005). Ми обчислили провідний невербальний параметр стратегії стрес-трансформації особистості під час запровадження карантину COVID-19, тобто, за В. Кабриним, “вектор зростання” (ВЗ). “Вектор зростання” – це шкальний тип, який є конфігурацією оцінок минулого, теперішнього і майбутнього з максимальною частотою прояву. Для наших респондентів ВЗ обчислювався як алгебраїчна сума різниць модальних оцінок переживань: («майбутнє» - «минуле») + («майбутнє» - «теперішнє») + («теперішнє» - «минуле»). Ми виявили, що для наших респондентів модальна оцінка переживань у “минулому” становить “6”, у “теперішньому” – “2”, у “майбутньому” – “6”. З огляду на ці показники $VZ=(6-6)+(6-2)+(2-6)=0$. Результати показали, що респонденти демонструють достатню стійкість до стресу, викликаного пандемією COVID-19. Це може свідчити про мінімальний ризик негативних трансформацій в особистісному житті респондентів після завершення карантину. Обчислення сумарного показника позитивних і негативних переживань не виявило провідних тенденцій щодо вектора переживань опитаних. Загальні рівні задоволеності і незадоволеності за невербальними показниками комунікативного стресу суттєво не відрізнялися.

Результати контент-аналізу вербальних показників комунікативного простору особистості дали змогу виділити домінантні теми для респондентів у період запровадження обмежувальних заходів в Україні у зв'язку з пандемією COVID-19 (табл. 1).

Таблиця 1

**Найбільш актуальні теми в період запровадження обмежувальних заходів в Україні
у зв'язку з пандемією COVID-19**

Актуальні теми і проблеми	Семантичні одиниці (%)
1. Робота, навчання, адаптація до дистанційної роботи та навчання	23,3% “організація якісної роботи онлайн”, “адаптація до дистанційної роботи”, “робота онлайн”, “як розрахувати свій час для ефективної роботи”, “можливість працювати вдома”, “дистанційне навчання»
2. Здоров'я, безпека, пандемічні страхи	22,3% “думки про здоров'я своїх батьків”, “безпека здоров'я”, “психологічне перевантаження через пандемію”, “поширення коронавірусу”. “страх захворіти”, “питання імунітету організму”, “здорове харчування”, “як уберегтись від вірусу?”, “що відбувається насправді?”, “яким буде життя після карантину?”, “як не збожеволіти?”, “як пережити ізоляцію без стресу?»
3. Карантинні обмеження, організація життя під час карантину	20,4% “неможливість для рідних відвідати лікарню”, “поточні побутові питання”, “зупинка транспорту”, “неможливість мандрувати”, “виїзд в іншу область”, “обмеження в пересуванні”, “зачинені дитячі садочки”, “проблеми дефіциту живого спілкування»
4. Саморозвиток, самоосвіта	17,5% “навчальні курси онлайн”, “можливість саморозвитку”, “розвиток особистості”, “професійний розвиток”, “саморозвиток”, “психологія і психотерапія”, “професійне зростання”, “просвіта”, “підвищення професійної кваліфікації”, “самоосвіта»
5. Організація дозвілля та відпочинку	11,6% “читання книг”, “тренування”, “спілкування з друзями через інтернет”, “дивлюся кіно”, “спілкування з рідними”, “спорт”, “йога”, “нові знайомства”.
6. Фінансові проблеми, економічна криза	8,7% “фінансова нестабільність у країні”, “виплата іпотеки за квартиру”, “економічна криза”, “як прогодувати сім'ю, де взяти гроші”, “крах малого та середнього бізнесу»

Отже, позитивні і негативні переживання респондентів під час карантину виявилися досить урівноваженими, що може свідчити про цілком задовільну стійкість до К-стресу та керованість комунікативними ризиками. На нашу думку, така стійкість до К-стресу зумовлена пріоритетністю тем та проблем (див. табл. 1), до яких були залучені респонденти, а також зануреністю в опанування нових форм праці, навчання, організації дозвілля та саморозвитку. Зануреність у саморозвиток та опанування дистанційних форм праці й навчання може також давати особистості час, необхідний для рефлексії та критичного осмислення свого ставлення до таких ризкогенних тем, як втрата здоров'я, страхи щодо пандемії, карантинні обмеження та фінансові проблеми.

Подальший аналіз отриманих результатів полягав у визначенні диференціації бажаної прийнятної структури міжособистісних стосунків в умовах карантину. Як виявилось, найбільш привабливий соціальний статус за критерієм комфортного та безпечного спілкування мають діти, партнери, подружжя та друзі, приятелі (табл. 2). Висока привабливість для спілкування пов'язується також з родичами, батьками, братами та сестрами. Можна припустити, що в умовах вимушеної ізоляції друзі та приятелі разом із

найближчим колом спілкування (діти і партнери) поєднують мікро- і макроструктури міжособистісних відносин.

Таблиця 2

Коло комфортного та безпечного спілкування в період запровадження обмежувальних заходів в Україні у зв'язку з пандемією COVID-19

Партнери для комфортного та безпечного спілкування	Частота згадувань, %
діти, донька, син	18
партнер, чоловік, дружина	18
друзі, приятелі, друзі-колеги	17
сім'я, родина, родичі, рідні	12
батьки	11
брати і сестри	7
з усіма	5
колеги	5
наодинці, ні з ким	2
знайомі	1
сусіди	1
онуки	1
молодь	1

На наступному етапі аналізу даних було визначено характеристики найбільш прийнятних умов для конструювання підтримувальної комунікації під час карантину (табл. 3). Отримані відповіді виявилися досить очікуваними, утім, цікавою видається певна диференціація каналів зв'язку для комунікації: Skype, Zoom, Discord. Це може свідчити про те, що віртуальний простір сприймається як певна реальна "локація" для міжособистісного спілкування.

Таблиця 3

Розподіл відповідей на питання "Де найчастіше під час карантину Ви стикаєтесь з людьми, з якими почуваетесь особливо комфортно, зацікавлено та в безпеці?"

Місце спілкування	Частота згадувань, %
удома (спальня, кухня, кабінет)	57
інтернет, онлайн-зв'язок, Skype, Zoom, Discord, на відеоконференціях	11,4
на подвір'ї в будинку, на дачі	5,7
ніде (усі ізольовані)	5,7
телефоном	2,8
у батьків удома	2,8
у магазині	2,8
на роботі	2,8
на вулиці, в парку	2,8
у пам'яті і мріях	1,4
скрізь	1,4
по-різному	1,4

Обмеження дослідження. Отримані нами результати дослідження не можна вважати цілком репрезентативними, але вони важливі для розуміння змістових характеристик стрес-трансформаційних процесів особистості в надзвичайній ситуації. Структура вибірки мала певну специфіку, чим можна пояснити виявлені закономірності в здатності керувати комунікативними ризиками. (Вона складалася переважно з працівників освіти (29,8%) та психологів (28%), які є представниками допомагальних професій і досить добре обізнані щодо форм соціальної підтримки та самодопомоги в стресових ситуаціях).

Висновки та перспективи подальших досліджень. В умовах карантину соціальна підтримка є своєрідним буфером, коли йдеться про збереження та зміцнення комунікативного здоров'я особистості, адже вона забезпечує зниження напруженості в системі міжособистісного спілкування та керованість комунікативними ризиками. Емпіричними показниками конструювання саногенного комунікативного простору особистості в умовах пандемії є поєднання просторових, часових та ситуаційних умов спілкування. Отримані невербальні параметри стрес-трансформації свідчать про те, що респонденти демонструють достатню стійкість до стресу, викликаного пандемією COVID-19. Це говорить певною мірою про мінімальний ризик негативних трансформацій в особистісному житті респондентів після завершення карантину. Позитивні і негативні переживання респондентів під час карантину виявилися досить урівноваженими, що дає підстави говорити про загалом задовільну стійкість до комунікативного стресу (К-стресу) та керованість комунікативними ризиками. Стійкість до К-стресу може бути зумовлена необхідністю опановувати нові форми праці, навчання, організації дозвілля та саморозвитку. Також зануреність у саморозвиток та опанування дистанційних форм праці й навчання може давати особистості час, необхідний для рефлексії та розвитку критичного ставлення до таких ризикогенних тем, як втрата здоров'я, страхи щодо пандемії, карантинні обмеження та фінансові проблеми.

Вважаємо, що в умовах вимушеної ізоляції друзі і приятелі поряд із найближчим оточенням (діти і партнери) певним чином поєднують мікро- і макроструктури міжособистісних відносин. Як показало наше дослідження, віртуальний простір (програми Skype, Zoom, Discord) сприймається як певна "реальна локація" для міжособистісного спілкування.

Серед напрямків подальшого дослідження доцільним видається вивчення значущості впливу професійної діяльності на особливості конструювання комунікативного простору в умовах пандемії коронавірусу COVID-19.

Список використаних джерел

- Бондаренко, Н. Б. (2016). Соціальна підтримка як загальнолюдська потреба в контексті вирішення завдань соціальної роботи з особами із проблемами психічного здоров'я. *Науковий вісник Ужгородського національного університету: Серія: Педагогіка. Соціальна Робота*, 1(38), 58–62.
- Кабрин, В. И. (2005). *Ментальная структура и динамика коммуникативного мира личности: методология, методы, эмпирические исследования*. Томск: ТГУ. Взято із http://window.edu.ru/catalog/pdf2txt/693/46693/22987?p_page=6
- Кабрин, В. И., Березина, Е. М., & Карнаухов, Д. А. (2004). Метод моделирования коммуникативных миров в исследованиях ментальности. *Вестник Самарского государственного университета. Серия "Гуманитарные науки"*, 2, 40–46. Взято із http://elibrary.lt/resursai/Uzsienio%20leidiniai/Voronezh/hum/2004-2/hum0402_07.pdf.
- Ларина, Т. В. (2009). Формирование межкультурной коммуникативной компетенции через обучение национальному стилю коммуникации. *Русистика*, 4, 64–73.
- Archer, C. M., Jiang, Xu., Thurston, I. B., & Floyd, R. G. (2019). The Differential Effects of Perceived Social Support on Adolescent Hope: Testing the Moderating Effects of Age and Gender. *Child indicators research*, 12(6), 2079–2094.
- Bourassa, K. J., Smolenski, J., Edwards-Stewart, A., Campbell, S. B., Reger, G. M., & Norr, A. M. (2020). The impact of prolonged exposure therapy on social support and PTSD symptoms. *Journal of affective disorders*, 260(1), 410–417.
- Nekmat, E., & Ismail, I. (2019). Issue-based micromobilization on social media: Mediated pathways linking issue involvement and self-network opinion congruity to expressive support. *Computers in human behavior*, 101(12), 51–59.
- Shensa, A., Sidani, J. E., Escobar-Viera, C. G., Switzer, G. E., Primack, B. A., & Choukas-Bradley, S. (2020). [Emotional support from social media and face-to-face relationships: Associations with depression risk among young adults](#). *Journal of affective disorders*, 260(1), 38–44.

Szkody, E., & McKinney, C. (2019). Indirect Effects of Social Support on Psychological Health Through Self-Esteem in Emerging Adulthood, *Journal of family issues*, 40(17), 2439–2455.

Wilson, J. M., Weiss, A., & Shook, N. J. (2020). Mindfulness, self-compassion, and savoring: Factors that explain the relation between perceived social support and well-being. *Personality and Individual Differences*, 152(1). <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109568>.

Zhang, M. X., Wang, X., Yu, Shu. M., & Wu, A. M. S. (2019). Purpose in life, social support, and internet gaming disorder among Chinese university students: A 1-year follow-up study. *Addictive behaviors*, 99(12). <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106070>.

References

Archer, C. M., Jiang, Xu., Thurston, I. B., & Floyd, R. G. (2019). The Differential Effects of Perceived Social Support on Adolescent Hope: Testing the Moderating Effects of Age and Gender. *Child indicators research*, 12(6), 2079–2094. (in English)

Bondarenko, N. B. (2016). Sotsialna pidtrymka yak zahalnoliudska potreba v konteksti vyrishennia zavdan sotsialnoi roboty z osobamy iz problemamy psikhichnoho zdorovia [Social support as a universal need in the context of solving problems of social work with people with mental health problems]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu: Seriya: Pedagogika. Sotsialna robota*, 1(38), 58–62. (in Ukrainian)

Bourassa, K. J., Smolenski, J., Edwards-Stewart, A., Campbell, S. B., Reger, G. M., & Norr, A. M. (2020). The impact of prolonged exposure therapy on social support and PTSD symptoms. *Journal of affective disorders*, 260(1), 410–417. (in English)

Kabrin, V. I. (2005). *Mentalnaya struktura i dinamika komunikativnogo mira lichnosti: metodologiya, metody, empiricheskiye issledovaniya* [The mental structure and dynamics of the communicative world of the individual: methodology, methods, empirical research]. Tomsk: TGU. Retrieved from http://window.edu.ru/catalog/pdf2txt/693/46693/22987?p_page=6. (in Russian)

Kabrin, V. I., Berezina, Ye. M., & Karnaukhov, D. A. (2004). Metod modelirovaniya kommunikativnykh mirov v issledovaniyakh mentalnosti [A method of modeling communicative worlds in the study of mentality]. *Vestnik Samarskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya "Gumanitarnyye Nauki"*, 2, 40–46. Retrieved from http://elibrary.lt/resursai/Uzsienio%20leidiniai/Voronezh/hum/2004-2/hum0402_07.pdf. (in Russian)

Larina, T. V. (2009). Formirovaniye mezhkulturnoy kommunikativnoy kompetentsii cherez obucheniye natsionalnomu stilyu kommunikatsii. *Rusistika*, 4, 64–73. (in Russian)

Nekmat, E., & Ismail, I. (2019). Issue-based micromobilization on social media: Mediated pathways linking issue involvement and self-network opinion congruity to expressive support. *Computers in human behavior*, 101(12), 51–59. (in English)

Shensa, A., Sidani, J. E., Escobar-Viera, C. G., Switzer, G. E., Primack, B. A., & Choukas-Bradley, S. (2020). [Emotional support from social media and face-to-face relationships: Associations with depression risk among young adults](#). *Journal of affective disorders*, 260(1), 38–44. (in English)

Szkody, E., & McKinney, C. (2019). Indirect Effects of Social Support on Psychological Health Through Self-Esteem in Emerging Adulthood, *Journal of family issues*, 40(17), 2439–2455. (in English)

Wilson, J. M., Weiss, A., & Shook, N. J. (2020). Mindfulness, self-compassion, and savoring: Factors that explain the relation between perceived social support and well-being. *Personality and Individual Differences*, 152(1). <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109568>. (in English)

Zhang, M. X., Wang, X., Yu, Shu. M., & Wu, A. M. S. (2019). Purpose in life, social support, and internet gaming disorder among Chinese university students: A 1-year follow-up study. *Addictive behaviors*, 99(12). <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106070>. (in English)