

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

факультет здоров'я людини
кафедра психології та соціології

Братченко А. В.

Кваліфікаційна робота
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СФОРМОВАНOSTI
МІЖКУЛЬТУРНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДЛЯ
УСПІШНОЇ КОМУНІКАЦІЇ ЛЮДЕЙ МОЛОДОГО
ВІКУ В УМОВАХ МІГРАЦІЇ

2024

**СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ**

Факультет здоров'я людини
(повне найменування інституту, факультету)

Кафедра психології та соціології
(повна назва кафедри)

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

до кваліфікаційної роботи
освітньо-кваліфікаційного рівня бакалавр
(бакалавр, спеціаліст, магістр)
спеціальності 053 Психологія
(шифр і назва спеціальності)
Освітня програма «Психологія»

на тему: «Психологічні особливості сформованості міжкультурної компетентності для успішної комунікації людей молодого віку в умовах міграції»

Виконала: здобувачка вищої освіти групи ПС-201д

Братченко А. В.

Керівник: к. психол. н., доц.

Бугайова Н. М.

Завідувачка кафедри психології та соціології:
д. психол. н., проф.

Бохонкова Ю. О.

Рецензент: д. психол. н., проф.
професорка кафедри психології
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький
державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

Волженцева І. В.

СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

Факультет _____ здоров'я людини _____
Кафедра _____ психології та соціології _____
Освітньо-кваліфікаційний рівень _____ бакалавр _____
(бакалавр, спеціаліст, магістр)
Спеціальність _____ 053 Психологія _____
(шифр і назва)
Освітня програма _____ «Психологія» _____

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувачка кафедри
психології та соціології
Бохонкова Ю. О.

“20” травня 2024 року

З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ
ЗДОБУВАЧКИ ВИЩОЇ ОСВІТИ
БРАТЧЕНКО АННИ ВОЛОДИМИРІВНИ

1. Тема роботи: «Психологічні особливості сформованості міжкультурної компетентності для успішної комунікації людей молодого віку в умовах міграції».

Керівник роботи: Бугайова Н. М. – к. психол. н., доцент, доцент кафедри психології та соціології, затверджений наказом по університету від «24» квітня 2024 року, № 28/15.17

2. Строк подання студентом роботи «14» червня 2024 року _____

3. Вихідні дані до роботи: обсяг роботи – 91 сторінка (1,5 інтервал, 14 шрифт з дотриманням відповідного формату), список використаної літератури оформлюється згідно з бібліографічними нормами з урахуванням Національного стандарту України ДСТУ 8302:2015.

4. Перелік питань, які потрібно розробити: проаналізувати наукові джерела з проблеми вивчення психологічних особливостей сформованості міжкультурної компетентності для успішної комунікації людей молодого віку в умовах міграції; підібрати діагностичний інструментарій згідно проблеми дослідження та провести експериментальне дослідження; за допомогою математичних методів обробити й презентувати отримані результати; на основі результатів проведеного констатувального експерименту розробити практичні рекомендації щодо розвитку міжкультурної компетентності молодих людей в умовах міграції.

5. Перелік графічного матеріалу: таблиці, рисунки (гістограми, діаграми)

6. Консультанти розділів роботи:

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
1.	Бугайова Н. М. – к. психол. н., доцент, доцент кафедри психології та соціології	27.05.2024	09.06.2024
2.	Бугайова Н. М. – к. психол. н., доцент, доцент кафедри психології та соціології	10.06.2024	23.06.2024

7. Дата видачі завдання: 20.05.2024 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів виконання кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів	Примітка
1	Визначення проблеми, завдань дослідження та розроблення плану кваліфікаційної роботи.	20.05.2024 – 26.05.2024	
2	Аналіз літератури за проблемою. Робота над теоретичною частиною дослідження.	27.05.2024 – 02.06.2024	
3	Підбір діагностичного інструментарію та проведення констатувального експерименту.	03.06.2024 – 06.06.2024	
4	Узагальнення результатів констатувального експерименту та їх графічна презентація.	07.06.2024 – 10.06.2024	
5	Розробка практичних рекомендацій, спрямованих на допомогу формування міжкультурної комунікативної компетентності у людей молодого віку в умовах міграції.	11.06.2024 – 13.06.2024	
6	Представлення роботи на зовнішню рецензію.	14.06.2024 – 16.06.2024	
7	Перевірка роботи на академічний плагіат.	17.06.2024 – 19.06.2024	
8	Підготовка кваліфікаційної роботи до захисту.	20.06.2024 – 23.06.2024	
9	Захист кваліфікаційної роботи.	24.06.2024 – 30.06.2024	

Здобувачка вищої освіти

Керівник роботи:

к. психол. н., доц.

Братченко А. В.

Бугайова Н. М.

РЕФЕРАТ

Текст – 91 с., табл. – 25, рис. – 6, література – 56 дж., додатків – 11.

В роботі проведено теоретико-методологічний аналіз проблеми вивчення психологічних особливостей сформованості міжкультурної компетентності для успішної комунікації між людьми молодого віку в умовах міграції. Підібрано психодіагностичні методики та проведено експериментально-психологічне дослідження соціально-психологічних особливостей прояву сформованості міжкультурної компетентності у людей молодого віку в умовах міграції. Зроблено психологічний та статистичний аналіз результатів констатувального експерименту.

Розроблено та презентовано практичні рекомендації у вигляді програми тренінгу щодо розвитку міжкультурної компетентності у молодих людей в умовах міграції.

Ключові слова: ГНУЧКІСТЬ, ЕМПАТІЯ, ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ, КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ, КОМУНІКАЦІЯ, КУЛЬТУРА, МІГРАЦІЯ, МІЖКУЛЬТУРНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ, МОВА, КУЛЬТУРА, ОСОБИСТІСТЬ, САМОУСВІДОМЛЕННЯ, СОЦІАЛЬНІ ВЗАЄМИНИ, СОЦІОКУЛЬТУРНА АДАПТАЦІЯ, СПІЛКУВАННЯ, СПРИЙНЯТТЯ.

ЗМІСТ

ВСТУП	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ ВИВЧЕННЯ МІЖКУЛЬТУРНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ	11
1.1. Аналіз наукової літератури з проблеми вивчення міжкультурної комунікативної компетентності.....	11
1.2. Психологічна характеристика міжкультурної комунікативної компетентності.....	15
1.3. Адаптація до нового середовища як процес формування міжкультурної компетентності в умовах міграції.....	24
Висновки до розділу 1.....	29
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СФОРМОВАНOSTІ МІЖКУЛЬТУРНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДЛЯ УСПІШНОЇ КОМУНІКАЦІЇ ЛЮДЕЙ МОЛОДОГО ВІКУ В УМОВАХ МІГРАЦІЇ	31
2.1. Психологічні особливості сформованості міжкультурної компетентності для успішної комунікації людей молодого віку в умовах міграції.....	31
2.2. Дослідження сформованості міжкультурної компетентності для успішної комунікації людей молодого віку в умовах міграції.....	33
2.3. Психологічний і статистичний аналіз результатів констатувального експерименту.....	42
2.4. Практичні рекомендації, спрямовані на формування міжкультурної компетентності людей молодого віку в умовах міграції.....	59
Висновки до розділу 2.....	86
ВИСНОВКИ	88
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	92
ДОДАТКИ	98

ВСТУП

Актуальність теми дослідження психологічних особливостей сформованості міжкультурної компетентності для успішної комунікації людей молодого віку в умовах міграції полягає з ряду наукових і практичних причин. По-перше, необхідно зазначити, що міграція стає однією з ключових характеристик сучасного світу, внаслідок чого різноманітні культурні та етнічні групи зустрічаються в різних країнах і регіонах все частіше. Успішна комунікація між ними вимагає розуміння культурних відмінностей, їхніх цінностей, норм та практик, що покладає великий акцент на міжкультурну компетентність. Психологічні особливості сформованості міжкультурної компетентності визначають здатність молодих людей адаптуватися до нових умов життя, розуміти та поважати культурні та етнічні різниці, а також будувати конструктивні міжкультурні взаємини.

По-друге, молоді люди є особливо розповсюдженою групою у міграційному процесі, оскільки вони долають культурні, соціальні та емоційні виклики на шляху до самостійності та самоідентифікації, а тому важливо дослідити, які психологічні фактори сприяють або перешкоджають формуванню міжкультурної компетентності. Вміння адаптуватися до нових культурних середовищ та ефективно спілкуватися з представниками інших культур стає дуже важливим для їхнього соціального та психологічного благополуччя. У молодого віку формуються основні стереотипи, уявлення та цінності, які можуть впливати на сприйняття та поведінку у міжкультурних ситуаціях.

Дослідження психологічних особливостей формування міжкультурної компетентності серед людей молодого віку дозволить розкрити фактори, що сприяють або заважають адаптації та успішній комунікації у новому культурному середовищі. Дослідження цього питання сприяє розвитку методів та стратегій психологічної підтримки молодих мігрантів,

спрямованих на підтримку їхньої міжкультурної адаптації та позитивного ставлення до нового культурного середовища.

По-третє, успішна міжкультурна комунікація в умовах міграції сприяє позитивним міжнаціональним взаємодіям, розвитку міжкультурної гармонії та зменшенню міжкультурних конфліктів. Вивчення психологічних особливостей сформованості міжкультурної компетентності може сприяти розробці ефективних програм та стратегій соціальної підтримки для молоді в умовах міграції.

Таким чином, дослідження психологічних аспектів міжкультурної компетентності серед молоді у міграційному контексті важливе як для наукового розвитку, так і для практичного застосування у розробці програм та політик, спрямованих на підтримку мігрантів та сприяння міжкультурному взаєморозумінню.

Об'єкт дослідження - міжкультурна комунікативна компетентність.

Предмет дослідження - психологічні особливості сформованості міжкультурної компетентності для успішної комунікації людей молодого віку в умовах міграції.

Мета дослідження – теоретичний аналіз та емпіричне дослідження факторів, що впливають на формування міжкультурної комунікативної компетентності у людей молодого віку в умовах міграції, а також визначення ефективних стратегій психологічної підтримки та розвитку міжкультурної компетентності в умовах міграції для забезпечення успішної соціальної адаптації та позитивних міжособистісних взаємин.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукову літературу з проблеми вивчення міжкультурної компетентності.
2. Виявити психологічні особливості сформованості міжкультурної компетентності для успішної комунікації людей молодого віку в умовах міграції.

3. Дослідити особливості сформованості міжкультурної компетентності для успішної комунікації людей молодого віку в умовах міграції.
4. Провести психологічний та статистичний аналіз результатів констатувального експерименту.
5. Розробити практичні рекомендації, спрямовані на формування міжкультурної комунікативної компетентності людей молодого віку в умовах міграції.

Методологічна та теоретична основа дослідження: соціокультурна теорія особистості (К. Хорні); загально-психологічна концепція діяльності (Г. С. Костюк, С. Д. Максименко); соціальна теорія пізнання (П. Бергер, Т. Лукман); когнітивна теорія особистості (Дж. Келлі); теорія комунікативної компетентності (Дж. Гімс); теорія культурної адаптації (І. Кім); модель міжкультурної комунікативної компетенції (Б. Г. Шпітцберг).

Методи (методики) дослідження:

- теоретичні: аналіз наукової літератури з проблеми дослідження;
- емпіричні: бесіда, спостереження, експеримент (констатувальний), тестування (методика дослідження соціальної адаптованості (М. В. Лемак, В. Ю. Петрище); методика «Особистісна готовність до змін» (адаптація Бажанова Н. А., Бардієр Г. Л.); методика «Дослідження суб'єктивного контролю» (Е. Ф. Бажін); Торонтський опитувальник емпатії (Н. Спренг, М. Маккіннон та ін.); «Експес-опитувальник «Індекс толерантності»);
- методи математичної обробки даних.

Теоретичне значення дослідження полягає в розширенні наукового розуміння механізмів і факторів, що впливають на ефективну міжкультурну взаємодію. Це дослідження дозволяє виявити ключові психологічні чинники, які сприяють розвитку комунікативних навичок у різних культурних контекстах, а також розробити практичні рекомендації, спрямовані на

формування міжкультурної комунікативної компетентності людей молодого віку в умовах міграції.

Практичне значення дослідження. Дані, отримані в ході проведення емпіричного дослідження, можуть бути використані в консультативній і психологічній практиці для розробки індивідуальних та групових програм тренінгів, спрямованих на розвиток міжкультурної комунікативної компетентності. Зокрема, ці дані можуть застосовуватися в освітній сфері для розробки та вдосконалення навчальних програм і методик, спрямованих на підвищення рівня міжкультурної комунікації серед студентів і учнів. Вони також можуть бути корисними в сфері професійної підготовки і розвитку співробітників, особливо в міжнародних компаніях та організаціях, де важливо забезпечити ефективну міжкультурну взаємодію.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ ВИВЧЕННЯ МІЖКУЛЬТУРНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ

1.1. Аналіз наукової літератури з проблеми вивчення міжкультурної комунікативної компетентності

Поняття "компетентність" вже давно привертало увагу дослідників. Зокрема, психолог Роберт Уайт визначив компетентність як "здатність організму ефективно взаємодіяти з навколишнім середовищем" і підкреслив, що мотивація досягнення, яка сприяє відчуттю впевненості у власних здібностях, є важливою складовою компетентності [16]. Сучасні дослідження у галузі міжкультурної компетентності базуються на роботах учених з різних наукових галузей, які тривали десятиліттями.

У сфері комунікації одними з піонерів дослідження міжкультурної комунікативної компетентності є Мері Джейн Колльєр, Норман Дінгес, Вільям Б. Гудикунст, Мітчелл Р. Хаммер, Т. Тодд Імохарі, Деніел Дж. Кілі, Янг Юн Кім, Джолін Костер, Джудіт Н. Мартін, Хіроко Нішида, Brent Д. Рубен та Брайан Г. Спітцберг [17].

Історія вивчення міжкультурної компетентності сягає 1960-х років, хоча значний прорив у цій галузі стався наприкінці 1970-х років. У цей період провідні вчені вже розуміли важливість адаптації до різних культурних середовищ. Наприклад, дослідження серед військовослужбовців та американців, що виїжджали на роботу за кордон, показали, що такі характеристики, як гнучкість, стабільність, допитливість, відкритість до різних точок зору та чутливість, відіграють важливу роль у міжкультурній взаємодії [16]. Ці дослідження не лише аналізували ці характеристики, але й досліджували процес адаптації до нових культурних умов та розвиток стратегій міжкультурної взаємодії.

У 1970-х роках науковці продовжували активно досліджувати ключові аспекти міжкультурної "ефективності" або "крос-культурної" компетентності, розширюючи раніше встановлені парадигми. Вони не лише визначали ці аспекти, але й ставили за мету їх оцінку, використовуючи різноманітні методи дослідження, зокрема кількісні [17] включала докладний аналіз аспектів крос-культурної ефективності, визначених іншими дослідниками, що сприяло новим розумінням та оцінці міжкультурної компетентності.

У 1980-х роках дослідження міжкультурної комунікативної компетентності перетворилися на широкомасштабне і динамічне поле, що знайшло відображення у спеціальному випуску Міжнародного журналу міжкультурних відносин. Цей період характеризувався розширенням досліджень на нові міжкультурні контексти та розвитком більш глибокого розуміння важливості комунікативної компетентності для успішної взаємодії в різних культурних середовищах. Дослідники активно розробляли як теоретичні аспекти міжкультурної комунікативної компетентності, так і практичні методики для оцінки та розвитку міжкультурних комунікативних навичок [16].

У 1990-х роках науковці активно використовували попередні досягнення у сфері міжкультурної комунікації. Гуанг Чен розробив одинадцять принципів і п'ятнадцять теорем, які стосувалися компонентів міжкультурної комунікативної компетентності, базуючись на аналізі шести підходів Дінгеса до вивчення ефективною комунікації у міжкультурних ситуаціях [17]. Чен також стверджував, що компетентність може бути як вродженою, так і набутою. У 1993 році видання "Щорічник міжнародної та міжкультурної комунікації" присвятило своє видання темі міжкультурної комунікативної компетентності, представивши ряд теорій, які пізніше стали ключовими у міжкультурних дослідженнях, таких як теорія управління тривогою/невизначеністю (AUM) Гудикунста, теорія управління

ідентичністю Купача та Імахорі, а також теорія переговорів щодо ідентичності Тінг-Тумі [16].

Внесок представників різних галузей знань також був вагомим. Наприклад, модель навчання для формування міжкультурної компетентності, запропонована Тейлором, та навчальна стратегічна модель міжкультурної компетентності, розроблена Мілхаусом, є важливими прикладами цього внеску. Заснування Міжнародної академії міжкультурних досліджень у 1997 році стало значним кроком у напрямку сприяння міждисциплінарної співпраці в цій галузі [40].

Протягом 1990-х років дослідники, такі як Бредфорд, Аллен та Бейссер, відзначали, що поняття міжкультурної компетентності та ефективності міжкультурної комунікації використовувалися як взаємозамінні [21]. Незважаючи на різні назви, Арасаратнам та Дорфель підтвердили універсальний характер міжкультурної компетентності, а Дірдорф показав єдинодумство серед фахівців щодо її концептуалізації [17]. Публікація "Довідника SAGE з міжкультурної компетентності" [28] та роботи Спітцберга внесли значний вклад у розвиток літератури з даної теми [45]

Видання спеціального випуску Міжнародного журналу міжкультурних відносин у 2015 році, присвяченого міжкультурній компетентності, свідчить про незгасаючий інтерес дослідників до цієї теми. Цей випуск намагається глибше зрозуміти міжкультурну компетентність у сучасному контексті, включаючи глобалізацію та культурну взаємодію. Зважаючи на зростаючу роль міжкультурного спілкування в сучасному суспільстві, ця тема залишається актуальною для наукового дискурсу та практичних підходів до взаємодії між культурами.

У 70-х роках минулого століття термін «міжкультурна компетентність» став предметом академічного дослідження в контексті розвитку міжкультурної комунікації, коли власне і почала формуватися ідея міжкультурної комунікації як об'єкта дослідження. У літературі також

можна зустріти терміни "інтеркультурна компетентність", "мультикультурна компетентність" та "полікультурна компетентність". Кім І. поняття "інтеркультурної компетентності" тлумачить як здатність ефективно взаємодіяти та спілкуватися у міжкультурному контексті [37].

Комунікація відображає найважливіший елемент людського співіснування. Спостерігається зростання міграції, економічна глобалізація, що значно збільшує людський досвід міжкультурного спілкування, а тому проблеми такої комунікації теж частіші. Одним з аспектів, що ускладнюють міжкультурну комунікацію, є недостатня розвиненість міжкультурної компетентності особистості. Міжкультурна компетентність є ключовою для ефективної взаємодії між представниками різних культурних груп. Вона включає в себе здатність розуміти, приймати та адаптуватися до культурних різниць, а також вміння ефективно спілкуватися та співпрацювати з іншими. Низький рівень міжкультурної компетентності ускладнює взаєморозуміння, може спричинити конфлікти та перешкоджає побудові гармонійних відносин у міжкультурному середовищі [25]. Таким чином, розвиток міжкультурної компетентності стає важливим аспектом для подолання труднощів у міжкультурній комунікації.

Н. Р. Воронкова стверджує, що «міжкультурна компетенція - це не тільки знання мови та знання країнознавчого характеру, а також вміння та досвід, без яких розуміння людини іншої культури стає нелегким. Не розуміючи іншу культуру, не можна говорити про рефлексію на власну культуру, її розвиток стає неможливим» [3]. Проблеми у міжкультурному спілкуванні виникають не лише через різні мовні коди, але й через варіації у сприйнятті та тлумаченні отриманої інформації. Під час комунікації необхідно розуміти не лише слова співрозмовника, але і його наміри та особистість, що допомагає передбачити реакцію. Для адекватної оцінки кожен учасник звертається до соціокультурних контекстів. Відсутність очікуваної реакції може викликати невпевненість. У міжкультурній комунікації кожен учасник взаємодії має свої унікальні культурні фони, які

впливають на сприйняття та інтерпретацію отриманої інформації. Це включає різноманітність мовних кодів, варіанти сприйняття повідомлень, індивідуальні наміри та особистісні риси, які до того ж формувалися у іншому культурному контексті. Недостатня увага до культурних особливостей може призвести до непорозумінь та конфліктів [29]. Врахування соціокультурних контекстів допомагає уникнути цих негативних наслідків, оскільки сприяє зрозумінню мотивів та реакцій співрозмовників.

1.2. Психологічна характеристика міжкультурної комунікативної компетентності

Соціальна теорія пізнання П. Бергера та Т. Лукмана говорить про те, що міжкультурна комунікація є складним та глибоким процесом, пронизаний соціальними феноменами, які в певний історичний період часу інституціоналізувалися та перетворилися на традиції. Бергер і Лукман наголошують на тому, що соціальні взаємини є вирішальним фактором у формуванні та підтримці знань, включаючи базові аспекти, такі як сприйняття реальності. Вони стверджують, що якщо у процесі міжособистісного спілкування люди помічають, що їхні уявлення про реальність співпадають одне з одним, то це сприяє закріпленню цих уявлень у повсякденному житті. Оскільки повсякденні знання формуються на основі домовленостей у суспільстві, то для людей вони стають частиною об'єктивної реальності. Таким чином, реальність визначається самим суспільством через його спільні уявлення, системи цінностей та соціальні утворення [21].

Погляд П. Бергера і Т. Лукмана на формування знань та сприйняття реальності через соціальні взаємини має прямий відносину до міжкультурної комунікативної компетентності. У міжкультурних

взаємодіях, люди сприймають та інтерпретують інформацію на основі своїх культурних уявлень та поглядів. Взаємодія з представниками інших культур створює можливість порівняння своїх уявлень з іншими, що сприяє усвідомленню різниць у сприйнятті реальності. Розуміння того, що реальність конструюється через взаємодію суспільства, допомагає розвивати вміння бути відкритим до інших культурних поглядів і збагачує міжкультурну комунікативну компетентність, допомагаючи краще розуміти та взаємодіяти з представниками інших культур [21]. У цьому контексті не можна не сказати про С. Юаня, який запропонував нову соціокультурну модель, де розглянув емоційний компонент в міжкультурній взаємодії з соціокультурної та культурно-лінгвістичної точки зору, та дійшов висновку, що західні когнітивні теорії занадто узагальнюють підходи до розуміння емоцій в міжкультурному спілкуванні та контексті де вони виникають та використовуються [49].

Міжкультурна компетентність є важливим аспектом успішної адаптації до інших культурних середовищ та ефективної міжкультурної взаємодії. Вона виступає в ролі запобіжника від культурного шоку, неприємних здивувань та фрустрації, що можуть виникнути при контакті з іншими культурами. Концепція міжкультурної компетентності включає в себе не лише знання про інші культури, але й розуміння їхніх цінностей, норм, традицій та способів сприйняття світу [3]. Однак, саме знання не є достатнім умовою для успішного міжкультурного спілкування.

Міжкультурна компетентність включає в себе компоненти знань, навичок, вмінь та якостей особистості, що є психологічними особливостями сформованості даної компетентності. Важливим елементом є готовність до взаємодії та відкритість до нового досвіду і підходів [9]. Ці елементи разом становлять компетенцію суб'єктів міжкультурного спілкування і допомагають їм успішно взаємодіяти в різних культурних середовищах.

Соціокультурна теорія особистості Карен Хорні теж є важливою для розуміння міжкультурної комунікативної компетентності, оскільки вона

розглядає особистість з позиції її взаємодії з соціальним середовищем та культурними умовами, що оточують людину. Основні положення цієї теорії в контексті міжкультурної комунікації можна описати так:

- роль культурних факторів: Соціокультурна теорія Хорні вказує на те, що формування особистості значною мірою залежить від культурних чинників, які впливають на сприйняття себе, інших людей та світу. У міжкультурному контексті це означає, що особистісні риси та комунікативні здібності можуть бути модифіковані або формовані під впливом культурних стандартів, цінностей та норм;

- міжособистісні взаємини: Теорія Хорні підкреслює важливість міжособистісних взаємин для формування особистості. У міжкультурному контексті це означає, що спосіб взаємодії з представниками інших культур може впливати на розвиток комунікативних навичок та міжкультурної чутливості;

- конфлікти і компроміси: Згідно з теорією Хорні, особистість зазвичай шукає способи вирішення конфліктів із зовнішнім світом, зокрема, через компроміси та адаптацію. У міжкультурному контексті важливо навчитися вирішувати конфлікти та знаходити спільні міжкультурні рішення для успішної комунікації та взаєморозуміння;

- автентичність та індивідуальність: Теорія Хорні підкреслює важливість розвитку автентичної особистості та самореалізації. У міжкультурному контексті це означає розуміння та прийняття власної культурної ідентичності, а також повагу до індивідуальних різниць між представниками різних культур.

Таким чином, соціокультурна теорія особистості К. Хорні може допомогти розуміти, як культурні фактори впливають на формування міжкультурної комунікативної компетентності та сприяють успішній взаємодії між представниками різних культур [34].

Варто зазначити, що когнітивна теорія особистості Джорджа Келлі є також важливою для розуміння міжкультурної комунікативної

компетентності через своє уявлення про особистість як систему когнітивних структур, які визначають сприйняття та інтерпретацію інформації, поведінку та взаємодію з іншими людьми. Основні аспекти когнітивної теорії особистості Келлі, що можна застосувати до міжкультурної комунікативної компетентності, включають такі:

- конструктивний погляд на реальність: згідно з теорією Келлі, особистість сприймає та інтерпретує реальність через систему особистісних конструктів, які вона створила. У міжкультурному контексті це означає, що особи різних культур мають унікальні конструкти, які впливають на їхнє сприйняття світу та взаємодію з іншими;

- роль когнітивних схем: Келлі підкреслює важливість когнітивних схем як основи для розуміння та прогнозування подій. У міжкультурному контексті особи мають різні культурні схеми, які впливають на їхнє сприйняття та реакції на події та ситуації;

- адаптація та зміна конструктів: згідно з теорією Келлі, особистість може адаптувати та змінювати свої конструкти відповідно до нового досвіду та оточення. У міжкультурному контексті це означає, що особи можуть розвивати міжкультурну комунікативну компетентність, навчаючись інтерпретувати та реагувати на культурні відмінності та адаптувати свою комунікативну поведінку;

- емпіричний підхід: теорія Келлі акцентує на емпіричному дослідженні конструктів особистості через спостереження та експерименти. У міжкультурному дослідженні це може означати використання спостережень та емпіричних даних для аналізу міжкультурних комунікативних ситуацій та визначення факторів, що впливають на комунікативну компетентність [36].

Отже, когнітивна теорія особистості Джорджа Келлі надає важливі інструменти для розуміння формування та розвитку міжкультурної комунікативної компетентності, зокрема шляхом дослідження особистісних

конструктів, когнітивних схем, процесів адаптації та емпіричного підходу до вивчення цієї проблеми.

Загально-психологічна концепція діяльності є теоретичною моделлю, яка вивчає психологічні аспекти людської діяльності в різних контекстах, куди можна включити і міжкультурну комунікацію. Ця концепція заснована на ідеї, що діяльність людини формується та розвивається в процесі взаємодії з оточуючим середовищем [37].

У контексті міжкультурної комунікативної компетентності, загально-психологічна концепція діяльності допомагає розуміти, як індивід реагує на міжкультурні взаємодії та як він пристосовується до нового культурного середовища. Основні принципи такі як активність, свідомість, об'єктивність, системність та історичність, є ключовими для аналізу взаємодії людей у міжкультурному контексті.

Загально-психологічна концепція діяльності допомагає визначити, які психологічні механізми впливають на ефективність комунікації між представниками різних культур. Наприклад, вона дозволяє досліджувати вплив культурних стереотипів на сприйняття та інтерпретацію інформації, а також розглядати роль емоцій та мовних засобів у міжкультурній взаємодії. Таким чином, загально-психологічна концепція діяльності надає теоретичний фундамент для вивчення міжкультурної комунікативної компетентності, допомагаючи розуміти психологічні аспекти взаємодії між людьми різних культур і сприяючи розвитку ефективних стратегій міжкультурної комунікації[38]. На основі загально-психологічної концепції діяльності можна виділити основні компоненти міжкультурної комунікативної компетенції (див. рис. 1.1):

- системність: цей компонент вказує на усвідомлення важливості розуміння культурних систем, їх взаємозв'язків та впливу на комунікацію. Знання про культурні особливості, цінності, норми та стандарти допомагають адаптуватися до інших культур;

- активність: цей компонент відображає готовність і здатність взаємодіяти з представниками інших культур, проявляти ініціативу в комунікації та шукати спільні точки зору;
- адаптивність: цей компонент означає здатність адаптуватися до різних комунікативних стилів та стратегій, що характерні для різних культур, з метою досягнення ефективного спілкування;
- самосвідомість: цей компонент передбачає усвідомлення власних культурних уподобань, переконань, стереотипів та їх впливу на комунікацію, а також готовність до критичного аналізу власних комунікативних звичок;
- емпатія: цей компонент відображає здатність сприймати та розуміти почуття, потреби та перспективи інших людей, що є важливим для побудови ефективних міжкультурних відносин. Розуміння цих компонентів на основі загально-психологічної концепції діяльності може допомогти розвивати та вдосконалювати міжкультурну комунікативну компетенцію для успішної взаємодії з представниками різних культур.

С. С. Костюк припустила, що основою міжкультурної комунікації є: мова (репрезентує культурний код народу); культура (впливає на особливості процесу спілкування); особистість (є безпосереднім учасником комунікації). Відповідно, компетентності міжкультурної комунікації можуть бути презентовані поєднанням таких компонентів: ціннісний, пізнавальний, дієвий та культурологічний [7].

Ціннісний компонент міжкультурної компетентності відображає глибоке розуміння та усвідомлення різноманітних аспектів міжкультурних відносин. Це не лише розуміння культурних цінностей у сучасному світі, але і усвідомлення їхньої ролі в професійному та особистісному розвитку. Ціннісний компонент також відображає важливість міжкультурного спілкування як ключового чинника для розвитку особистості. Він допомагає розуміти значення взаємодії між різними культурами та відкриває можливості для розширення своїх знань і горизонтів. Подальші аспекти

включають у себе розуміння зв'язку між культурою, етнічною приналежністю та формуванням особистості. Людина, яка має розвинену міжкультурну компетентність, розуміє, що її ідентичність формується під впливом різних культурних впливів та взаємодій. Нарешті, ціннісний компонент також охоплює важливість толерантності у процесі міжкультурного взаєморозуміння та налагодження взаємин. Розуміння та прийняття різноманітності культур сприяє побудові відкритого та гармонійного світу, де різниці вважаються джерелом багатства та натхнення [1].

Пізнавальний компонент міжкультурної компетентності охоплює широкий спектр знань та навичок, необхідних для успішної взаємодії з представниками інших культур у різних сферах життя. Цей компонент включає в себе розуміння мови, культури, історії, правил етикету та соціально-культурних норм. Важливими елементами пізнавального компонента є знання особливостей комунікативної поведінки представників інших культур та вміння аналізувати та уникати стереотипів стосовно інших культур та їхніх представників. Крім того, до складу цього компоненту входить володіння знаннями з мови, культури та історії для успішної участі в міжкультурній комунікації, а також розуміння системи цінностей та норм для ефективної орієнтації в міжкультурних ситуаціях та розуміння сутності повідомлення. Наприкінці, важливо також вивчати зміст національної культури та усвідомлювати її унікальні особливості, що сприяє глибокому розумінню та взаєморозумінню між культурами [7].

Дієвий компонент міжкультурної компетентності визначається не лише здатністю використовувати стратегії спілкування для ефективного управління конфліктами, а й розумінням широкого спектру ситуацій, які можуть виникнути у процесі міжкультурної взаємодії. Цей компонент охоплює такі ключові аспекти, як використання навичок у мові, культурі та комунікативних стратегіях для успішного спілкування з представниками інших культур. Важливою частиною цього є вміння адаптувати свою мову

та комунікаційні стратегії до специфічних потреб та очікувань іншої культури. Також важливою навичкою є аналіз та використання різних комунікативних стратегій для запобігання конфліктним ситуаціям. Це може включати уникнення неприємних тем, вміння виражати свої думки без образливості, а також вміння ефективно слухати та розуміти погляди інших [14]. Додатково, важливою складовою дієвого компонента є вміння моделювати монологічні та діалогічні висловлення з урахуванням культурних особливостей представників інших національностей. Це дозволяє краще розуміти їхні погляди та відповідати на них адекватно, сприяючи побудові позитивних та продуктивних взаємин. Нарешті, важливим елементом є аналіз та оцінювання результатів міжкультурної взаємодії. Це дозволяє виявляти успішні стратегії спілкування та вдосконалювати їх для майбутніх ситуацій, а також вчиться на помилках та розуміти, як можна покращити взаєморозуміння у міжкультурних відносинах.

Культурологічний компонент міжкультурної компетентності є важливою складовою для успішного спілкування з представниками інших культур. Він передбачає не лише знання історії, культури, суспільних та політичних цінностей різних країн, а й усвідомлення того, як ці аспекти впливають на спосіб спілкування та взаєморозуміння [15]. Окрім того, культурологічний компонент включає в себе розуміння та використання невербальних засобів комунікації, таких як міміка, жести, тон голосу тощо, для того щоб правильно інтерпретувати повідомлення та ефективно спілкуватися з представниками інших культур. [22] Крім того, успішне використання культурологічного компоненту передбачає вміння застосовувати знання про культуру та цінності інших народів у процесі спілкування з ними. Це допомагає побудувати довіру та зрозуміння між культурами, сприяючи плідній взаємодії та розвитку взаєморозуміння. Важливо також мати позитивне ставлення до відмінностей у культурних цінностях та нормах інших лінгвокультурних спільнот, щоб уникати

конфліктів та створювати сприятливу атмосферу для спілкування та співпраці. Таким чином, уміння оцінювати відповідність своїх дій загальнолюдським моральним нормам та коригувати їх у відповідності з контекстом і культурними особливостями сприяє побудові взаєморозуміння та гармонійних міжкультурних відносин [7].

Василенко О. визначає, що міжкультурна комунікативна компетентність - це здатність ефективно та доречно спілкуватися в різних культурних контекстах. Існує багато компонентів міжкультурної комунікативної компетентності. Деякі ключові компоненти включають мотивацію, знання про себе та інших, а також толерантність до невизначеності [32].

Якщо особа виявляє цікавість до міжкультурних взаємодій і бажає розширити свої знання про себе та інших, то це створює основу для розвитку додаткових компетентностей та навичок. Ця внутрішня мотивація перетворює міжкультурну комунікацію на добровільний, плідний та постійний процес самовдосконалення. Також існує зовнішня мотивація, коли особа прагне до міжкультурного спілкування через очікування зовнішньої винагороди, такої як гроші, влада або визнання. Хоча обидва типи мотивації можуть сприяти міжкультурному спілкуванню, контекст може посилити або послабити мотивацію особи до залучення у міжкультурні взаємодії. Варто зазначити, що члени домінуючих груп часто проявляють меншу зацікавленість та мотивацію для міжкультурної комунікації, як порівняно з членами недомінуючих груп, оскільки вони не відчують необхідності в таких взаємодіях [32]. У ситуаціях, де влада в комунікативних контактах сконцентрована в руках домінуючої групи, може виникати дисбаланс, коли очікується, що представники недомінуючої групи виявлятимуть високу міжкультурну компетентність та здатність адаптуватися до комунікативної поведінки і установок іншої сторони.

1.3. Адаптація до нового середовища як процес формування міжкультурної компетентності в умовах міграції

Початки вивчення адаптаційних процесів сягають XVIII століття, коли французький натураліст Жорж де Бюффон висловив концепцію про зміну організмів під впливом оточуючого середовища. Це відкриття стало важливим етапом у розвитку наукового розуміння того, як організми адаптуються до змін у своєму середовищі для забезпечення виживання [19].

Умови міграції представляють унікальне середовище, де люди стикаються з новими культурними, соціальними і мовними реаліями. Формування міжкультурної компетентності в умовах міграції включає в себе не лише адаптацію до нового оточення, а й розвиток навичок спілкування, розуміння та поваги до інших культур. Одним із ключових аспектів цього процесу є вивчення та усвідомлення культурних особливостей як власної, так і приймаючої країни. Це дозволяє мігрантам краще розуміти та адаптуватися до нового середовища, зберігаючи при цьому власну ідентичність. Розвиток міжкультурної компетентності також передбачає вміння сприймати й оцінювати відмінності у культурних нормах та цінностях, що можуть виникнути в процесі міграції [10]. Формування міжкультурної компетентності є критично важливим аспектом сучасного суспільства, особливо в умовах зростаючої глобалізації та міграційних процесів. Ефективні міжкультурні відносини сприяють зменшенню ймовірності виникнення конфліктів, покращуючи соціальну гармонію та співпрацю між різними етнічними та культурними групами. У контексті міграції, міжкультурна компетентність набуває ще більшої важливості, оскільки нові члени суспільства повинні адаптуватися до нового культурного середовища, зберігаючи при цьому власну культурну ідентичність.

Процес формування міжкультурної компетентності в умовах міграції є багатограним і включає кілька ключових компонентів. По-перше,

адаптація до нового середовища вимагає гнучкості та відкритості до змін. Це може включати вивчення мови приймаючої країни, ознайомлення з її соціальними нормами та традиціями, а також інтеграцію в місцеву спільноту. По-друге, вивчення культурних реалій є невід'ємною частиною цього процесу. Це означає глибоке розуміння історії, цінностей, вірувань та поведінкових моделей різних культур. Такий підхід дозволяє уникнути стереотипів і упереджень, сприяючи більш глибокому та взаємному розумінню міжкультурних відмінностей. По-третє, розвиток навичок ефективного міжкультурного спілкування є ключовим для побудови продуктивних і гармонійних відносин. Це включає не лише вербальні, але й невербальні аспекти комунікації, такі як мова тіла, інтонація та контекстуальні фактори [12]. Важливо також розвивати емпатію та здатність до активного слухання, що дозволяє краще розуміти і реагувати на потреби та очікування інших культурних груп. Міжкультурна компетентність є комплексним набором знань, навичок та установок, які дозволяють ефективно взаємодіяти з представниками різних культур. Умови міграції висувають особливі вимоги до цього процесу, роблячи його більш складним, але водночас і більш необхідним для забезпечення успішної інтеграції та соціальної згуртованості.

Розглядаючи вказані аргументи, можна зробити кілька висновків про адаптаційні процеси в різних життєвих ситуаціях. Варто підкреслити, що адаптація - це складний процес, який включає не лише асиміляцію до нових умов, але й вироблення нових стратегій поведінки та спілкування. Люди можуть виявляти різний ступінь гнучкості та відкритості до змін, що впливає на швидкість та ефективність їх адаптації. Також важливо зазначити, що адаптація є індивідуальним процесом, що залежить від унікальних характеристик кожної особистості. Кожна людина має свої уподобання, страхи та мети, які впливають на спосіб, яким вони взаємодіють з новими ситуаціями та середовищами. Тому, адаптація кожного індивіда може виглядати по-різному. І нарешті, слід підкреслити,

що адаптація - це процес розвитку та самореалізації. Коли людина зустрічає нові виклики та можливості, вона має змогу вивчити свої сильні та слабкі сторони, вдосконалити свої навички та досягти нових вершин у своєму особистому та професійному житті [4]. Таким чином, адаптація є не лише процесом пристосування, але й можливістю для особистісного зростання та розвитку.

Розглядаючи роль та значимість мови, варто зазначити, що багато людей починають задумуватися про це тільки у той момент, коли опиняються у середовищі, де говорять іншою мовою. Особливо часто ця проблема виникає у мігрантів, які переїжджають до інших країн, де, крім знайомства з новою соціокультурною обстановкою, їм доводиться вивчати нову мову. Теорія «лінгвістичної відносності», яка була запропонована Едвардом Сепіром та Бенджаміном Уорфом, висловлює думку про те, що люди сприймають світ через призму своєї рідної мови. Ця мова відображає їхні цінності та переконання, і тому різні культури й менталітети можуть відрізнятися через різницю у мовних концепціях [30].

Адаптація до нового середовища в умовах міграції включає в себе не лише асиміляцію до нових культурних та соціальних умов, але й розвиток стратегій взаємодії з новим оточенням. Цей процес може включати освоєння мови, вивчення культурних особливостей, навчання нових соціальних норм та правил поведінки. Крім того, адаптація вимагає розвитку емоційної стійкості та вміння ефективно впоратися зі стресом, пов'язаним зі зміною середовища.

У процесі адаптації до нового оточення мігранти можуть зіштовхуватися з різними викликами, такими як культурний шок, відчуття відчуження, складнощі в спілкуванні та розумінні нових соціальних правил. Тому важливою частиною адаптаційного процесу є підтримка з боку громадських організацій, установ освіти та інших інституцій, які можуть надати необхідну підтримку та ресурси для успішної інтеграції в нове середовище.

Адаптація в умовах міграції є надзвичайно важливим процесом, що впливає не лише на соціальні та економічні аспекти, але й на формування ідентичності та самосвідомості особистості. Мігранти, опинившись у новому культурному середовищі, часто змушені переосмислювати свої цінності, переконання та приналежність до різних культурних груп. Це переосмислення може включати перегляд своєї культурної спадщини, адаптацію до нових соціальних норм та інтеграцію елементів нової культури у своє життя [22]. Формування ідентичності в умовах міграції є складним і динамічним процесом, що передбачає постійне балансування між збереженням власної культурної ідентичності та інтеграцією до нового суспільства. Цей процес може бути як позитивним, сприяючи особистісному зростанню та розширенню світогляду, так і негативним, викликаючи почуття розгубленості та втрати приналежності. Мігранти можуть відчувати себе між двома культурами, що призводить до розвитку гібридної ідентичності, яка поєднує елементи обох культур. Переосмислення цінностей і переконань у новому середовищі може впливати на всі аспекти життя мігрантів, включаючи їхні соціальні зв'язки, професійну діяльність та особистісний розвиток. Наприклад, інтеграція в нове суспільство може вимагати від мігрантів засвоєння нових мовних навичок, адаптації до нових трудових стандартів та розширення соціальних мереж. Процес адаптації до нового середовища є багатограним і включає кілька етапів, таких як початковий шок, фаза адаптації та поступова інтеграція. Перший етап часто характеризується культурним шоком, коли мігранти стикаються з новими і незвичними для них соціальними і культурними умовами. Наступний етап, фаза адаптації, включає поступове засвоєння нових культурних норм та встановлення соціальних зв'язків. Нарешті, етап інтеграції передбачає повне включення мігрантів у нове суспільство, коли вони почуваються комфортно та впевнено у нових умовах [42]. Підтримка з боку суспільства є критично важливою для успішної адаптації мігрантів. Це може включати створення програм інтеграції,

забезпечення доступу до освітніх та професійних можливостей, а також надання психологічної підтримки. Розуміння і підтримка з боку приймаючого суспільства можуть значно полегшити процес адаптації, сприяючи зменшенню рівня стресу та конфліктів.

Таким чином, адаптація в умовах міграції є складним та багатогранним процесом, що вимагає активної участі як самих мігрантів, так і приймаючого суспільства. Успішна адаптація сприяє не лише особистісному розвитку мігрантів, але й збагаченню культурного ландшафту приймаючого суспільства, що, у свою чергу, сприяє соціальній згуртованості та гармонії.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

Дослідження вказує на значущість міжкультурної компетентності в контексті міжкультурної комунікації, особливо в умовах зростання міграції та економічної глобалізації. Міжкультурна компетентність визначається як здатність розуміти, приймати та адаптуватися до культурних різниць, а також ефективно спілкуватися та співпрацювати з представниками інших культурних груп. Недостатня розвиненість міжкультурної компетентності може призвести до невпевненості, непорозумінь та конфліктів у міжкультурному спілкуванні. Тому розвиток цієї компетентності стає ключовим аспектом для подолання труднощів у міжкультурній комунікації. Міжкультурна компетентність передбачає розуміння соціокультурних контекстів, врахування різноманітності мовних кодів, сприйняття індивідуальних намірів та особистісних рис учасників взаємодії. Такий підхід сприяє побудові ефективного спілкування та сприяє запобіганню можливих конфліктних ситуацій.

Сприйняття реальності через соціальні взаємини сприяє формуванню міжкультурної комунікативної компетентності, що є важливим для успішного взаємодії у різних культурних середовищах. Розуміння цього принципу сприяє розвитку здатності ефективно взаємодіяти та спілкуватися з представниками інших культур, а також сприяє усвідомленню різниць у сприйнятті реальності та поглиблює толерантність до культурних відмінностей.

Загально-психологічна концепція діяльності є важливим теоретичним інструментом для розуміння психологічних аспектів міжкультурної комунікації. Основні її принципи, такі як активність, свідомість, об'єктивність, системність та історичність, відіграють важливу роль у розумінні і аналізі взаємодії міжкультурних співрозмовників. Врахування цих принципів допомагає визначити ключові компоненти міжкультурної комунікативної компетенції, такі як системність, активність, адаптивність,

самосвідомість та емпатія. Розуміння цих компонентів сприяє розвитку ефективних стратегій міжкультурної комунікації та сприяє побудові гармонійних міжкультурних відносин.

Підсумовуючи, треба зазначити, що оцінка рівня міжкультурної компетентності може базуватися на таких психологічних показниках: емпатія, яка виявляється в здатності розуміти та співчувати емоційному стану людей з інших культур; гнучкість мислення, що відображається в здатності адаптувати свої думки, переконання та поведінку до різних культурних контекстів; культурна компетенція, яка передбачає розуміння основних аспектів культури інших народів; вміння вирішувати конфлікти, що виникають у міжкультурних взаємодіях; та самоусвідомлення, яке проявляється в свідомості про власні культурні переконання та стереотипи. Ці показники можуть слугувати основою для оцінки та розвитку міжкультурної комунікативної компетентності, сприяючи побудові ефективних міжкультурних відносин.

Адаптація мігрантів передбачає освоєння мови, вивчення культурних та соціальних особливостей нового середовища, а також розвиток стратегій взаємодії та емоційної стійкості. У цьому процесі важливу роль відіграють громадські організації та освітні установи, які забезпечують необхідну підтримку для успішної інтеграції.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СФОРМОВАНOSTІ МІЖКУЛЬТУРНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДЛЯ УСПІШНОЇ КОМУНІКАЦІЇ ЛЮДЕЙ МОЛОДОГО ВІКУ В УМОВАХ МІГРАЦІЇ

2.1. Психологічні особливості сформованості міжкультурної компетентності для успішної комунікації людей молодого віку в умовах міграції

Ефективна комунікація базується на розвитку психологічних та мовленнєвих навичок. Мовні знання відіграють ключову роль у сприйнятті та взаєморозумінні між культурами, оскільки мова часто відображає культурні відмінності. Володіння мовою дозволяє адаптувати свою поведінку до контексту комунікації та сприяє більш ефективному взаєморозумінню між представниками різних культур. Таким чином, розвиток мовних навичок сприяє формуванню високої міжкультурної комунікативної компетентності, яка є ключовою для адекватного спілкування та взаєморозуміння між учасниками міжкультурної комунікації. Молодиченко В. припускає, що значною мірою саме знання мови формує такі особистісні властивості суб'єкта комунікації, як відкритість, терпимість і готовність до спілкування з представниками іншої культури [9].

Як стверджують В. Молодиченко та Л. Афанасьєва, успішна міжкультурна комунікація потребує не лише володіння знаннями та цінностями, а й глибокого розуміння інших культурних контекстів та процесів міжкультурної взаємодії. Для досягнення ефективного взаєморозуміння в різних комунікативних ситуаціях людина повинна володіти різними прийомами, тактиками і стратегіями як у вербальному, так і у невербальному спілкуванні, що відповідають соціокультурним нормам

[9]. Здатність стати носієм міжкультурної компетентності відображає рівень глибини самосвідомості особистості у її соціальній ролі. Це означає не лише усвідомлення власних культурних ідентичностей, а й здатність адаптувати своє спілкування до вимог різноманітних міжкультурних сценаріїв.

Природа цього соціального зобов'язання передбачає, що людина має розуміти та бути готовою до спілкування в різноманітних міжкультурних контекстах. Це охоплює як професійно-ділові сфери, де необхідна ефективна взаємодія для досягнення спільних цілей, так і соціокультурні сценарії, де важливо розуміти та поважати культурні різноманітності. Крім того, така здатність передбачає усвідомлення особистого внеску в міжкультурне спілкування. Індивід повинен бути відкритим до вивчення нових культур, готовим до взаємного навчання та розвитку. Це відображається у здатності рефлексії над власними уявленнями та стереотипами, що може сприяти покращенню міжкультурного спілкування [18].

Підсумовуючи згадану інформацію вище, можна припустити що сформованість міжкультурної компетентності можна оцінити за допомогою таких психологічних показників:

1. Емпатія - здатність відчувати та розуміти емоційний стан інших людей з різних культур. Висока рівень емпатії сприяє покращенню міжкультурного спілкування та взаєморозуміння.

2. Гнучкість мислення - здатність адаптувати свої думки, переконання та поведінку до різних культурних контекстів. Це включає готовність до вивчення нових культур, відкритість до різноманітності та готовність до змін.

3. Культурна компетенція - розуміння основних аспектів культури, таких як мова, історія, традиції, цінності та норми. Це дозволяє ефективніше взаємодіяти з представниками різних культур та уникати непорозумінь.

4. Вміння вирішувати конфлікти - здатність ефективно вирішувати конфлікти, що виникають у міжкультурних взаємодіях, шляхом співпраці, компромісу та врахування інтересів всіх сторін.

5. Самоусвідомлення - рівень свідомості про власні культурні переконання, стереотипи та прийняття власної культурної ідентичності. Це дозволяє людині бути більш об'єктивною у сприйнятті інших культур та підвищує її здатність до міжкультурного взаєморозуміння.

Для проведення емпіричного дослідження було обрано наступні методики психологічної діагностики: Методика дослідження соціальної адаптованості; «Особистісна готовність до змін»; «Дослідження суб'єктивного контролю»; Торонтський опитувальник емпатії; експрес-опитувальник «Індекс-толерантності».

2.2 Дослідження сформованості міжкультурної комунікативної компетентності для успішної комунікації людей молодого віку в умовах міграції

Методика дослідження соціальної адаптованості [13]

Мета: дослідження соціальної адаптованості у вигляді опитувальника полягає в оцінці рівня адаптованості особистостей до його соціального середовища та визначенні факторів, що впливають на цей процес.

Рекомендований вік респондентів: від 12 років.

Діагностичні складові: загальний рівень соціальної адаптованості визначається здатністю особистості адаптуватися до різноманітних соціальних ситуацій і взаємодіяти з іншими людьми в соціальному середовищі. Це оцінюється через спосіб, яким людина вирішує різні завдання та справляється з життєвими викликами, включаючи взаємодію з оточуючими, управління емоціями, вирішення конфліктів та досягнення особистих та професійних цілей. Успішна соціальна адаптація виявляється у

вмінні встановлювати й підтримувати стабільні та задовільні стосунки з іншими людьми, пристосовуватися до різноманітних соціальних ситуацій та здійснювати продуктивну діяльність у суспільстві.

Загальний рівень соціальної адаптованості також відображається в здатності будувати взаєморозуміння та співпрацю з представниками різних культурних груп. Особистість з високим рівнем соціальної адаптованості здатна знаходити спільні мови з іншими, уникати конфліктів та максимізувати спільний результат у комунікації. Такий підхід сприяє побудові позитивних та продуктивних взаємин, сприяє розвитку міжкультурної толерантності та сприймається як важливий елемент успішної міжкультурної взаємодії.

Інструкція: Респонденту пропонується 25 тверджень. Якщо ці твердження для нього правдиві, то він позначає значком "+" у стовпчику "Так". Якщо неправдиві, то ставить "-" - у стовпчику "Ні". Стимульний матеріал опитувальника надано у Додатку А.

Обробка результатів відбувається за такою логікою, де «Так» представляє «1» бал, результати оцінюються наступним чином:

1-3 бали – висока адаптованість;

4-10 бали – середня;

11-20 бали – низька;

21-25 бали – соціальна адаптованість дуже низька, властивою є невпевненість у собі, внутрішні конфлікти.

Методика «Особистісна готовність до змін» [2]

Мета полягає у визначенні рівня готовності особистостей до змін у різних сферах їхнього життя та розробці рекомендацій для підвищення цієї готовності. Опитувальник включає питання щодо відношення до нового, впевненості в своїх можливостях, готовності до ризику та здатності до адаптації до нових умов.

Рекомендований вік респондентів: від 16 років

Діагностичні складові:

1. Пристрасність (passion) розуміється як енергійність, невтомність, підвищений життєвий тонус.

2. Винахідливість (resourcefulness) розглядається як вміння знаходити виходи зі складних ситуацій, звертатися до нових джерел для вирішення нових проблем.

3. Оптимізм (optimism) – це великі надії, віра в успіх, небажання орієнтуватися на гірший розвиток подій, прагнення фіксуватися не на проблемах, а на можливостях їх вирішення.

4. Сміливість, підприємливість (adventurousness) трактується як тяга до нового, невідомого, відмова від випробуваного і надійного.

5. Адаптивність (adaptability) передбачає вміння змінювати свої плани та рішення, перебудовуватися в нових ситуаціях, не наполягати на своєму, якщо цього вимагає ситуація.

6. Впевненість (confidence) ґрунтується на вірі у себе, у свою гідність та свої сили.

7. Толерантність до двозначності (tolerance for ambiguity) базується на спокійному ставленні до відсутності конкретних відповідей, самовладання в ситуаціях, коли суть того, що відбувається незрозуміла, або результат справи непередбачуваний, коли не визначені цілі і очікування, коли почата справа залишається незавершеною.

Інструкція: Необхідно поставити умовну позначку біля числа від 1 до 6 (навпроти кожного з тверджень), яке більш всього відповідає опису позиції респондента, де 1 – максимально не відповідає, а 6 – максимально відповідає його думці.

Стимульний матеріал до методики розташовано у Додатку Б.

Обробка результатів: Методика включає сім шкал, що вимірюють особистісну готовність до змін. Підраховується кількість балів по кожній з семи шкал, а також загальний бал за всіма шкалами. Згідно з критеріями оцінки, сума балів менше 21 за кожною шкалою вказує на низький рівень розвитку вимірюваної властивості, середній рівень розвитку (оптимальний

варіант) знаходиться в діапазоні від 22 до 26 балів, а сума понад 27 балів свідчить про високий рівень розвитку властивості.

Методика "Дослідження суб'єктивного контролю" [10]

Мета: визначення локусу суб'єктивного контролю. Методика дослідження дозволяє порівняно швидко й ефективно визначити рівень сформованості суб'єктивного контролю як в однієї, так, водночас, і в кількох осіб. Кожного досліджуваного належить забезпечити індивідуальним текстом опитувальника і бланком для відповідей з нумерацією тверджень, яка відповідає тексту опитувальника.

Рекомендований вік респондентів: від 16 років

Діагностичні складові:

1. Рівень суб'єктивного контролю: цей показник вимірює ступінь, до якої особистість вважає, що вона має контроль або вплив на власне життя та результати. У контексті міжкультурної комунікативної компетентності, високий рівень суб'єктивного контролю може свідчити про здатність особистості до відповідального та активного участі у міжкультурних взаємодіях. Такі люди можуть бути більш впевненими у своїх здібностях спілкуватися з представниками інших культур та робити власні внески у досягнення спільних цілей.

2. Локус контролю: цей концепт визначає, чи сприймає особистість зовнішні або внутрішні фактори як визначальні для свого життя та результатів. У контексті міжкультурної комунікативної компетентності, особистості з внутрішнім локусом контролю можуть бути більш самостійними та ініціативними у взаємодії з іншими культурами. Вони можуть відчувати себе більш відповідальними за результати спілкування та готовими взяти на себе ініціативу у вирішенні міжкультурних конфліктів або досягненні спільних цілей.

Інструкція: Опитувальник має 44 твердження. Респонденту необхідно прочитати їх і дати відповідь у бланку. Якщо згодні, то в бланку для відповідей перед відповідним номером ставиться знак (+), якщо ні — знак

(—). В тесті немає правильних і неправильних відповідей. Свою думку необхідно висловлювати відверто і надавати перевагу тій відповіді, яка перша спала на думку.

Стимульний матеріал до опитувальника міститься у Додатку В.

Обробка результатів: отримання показника локусу суб'єктивного контролю, тобто, показника загальної інтернальності (Io). Це — сума співпадань відповідей досліджуваного з відповідями, які наведено в ключі (Дивитись Дод. В).

Локус контролю — це характеристика вольової сфери людини, яка відображає її схильність приписувати відповідальність за результати своєї діяльності зовнішнім силам або власним здібностям і зусиллям. Приписування відповідальності за результати своєї діяльності зовнішнім силам називається екстернальним, або зовнішнім, локусом контролю, а приписування відповідальності власним здібностям і зусиллям — інтернальним, або внутрішнім, локусом контролю.

Таким чином, можливі два полярних типи особистостей залежно від локалізації контролю: екстернальний та інтернальний.

У цілому, чим більша величина інтернальності, тим менша екстернальність.

Локус контролю, характерний для людини, є універсальним стосовно будь-яких типів подій і ситуацій, з якими їй доводиться стикатися. Один і той же тип контролю проявляється як у разі невдач, так і в разі досягнень, причому це спостерігається в різноманітних сферах життєдіяльності суб'єкта.

При низькому рівні інтернальності люди майже не бачать зв'язку між своїми діями і важливими для них подіями життя. Вони не вважають себе здатними контролювати розвиток таких подій і вважають, що більшість їх є результатом випадку чи вчинків інших людей. Тому "екстернали" емоційно нестійкі, схильні до неформального спілкування і поведінки, слабкокомунікабельні, у них поганий самоконтроль і висока напруженість.

Високий рівень інтернальності відповідає високому рівню суб'єктивного контролю над будь-якими значущими випадками. Люди, які мають такий локус контролю, вважають, що більшість важливих подій в їхньому житті — результат їхніх власних дій, що вони можуть ними керувати і відчують відповідальність і за ці події, і за те, як складається їхнє життя в цілому. "Інтернали" з високими показниками суб'єктивного контролю мають емоційну стабільність, вони впertі, рішучі, відрізняються комунікабельністю, значним самоконтролем і стриманістю.

Середній рівень інтернальності властивий для більшості людей. Особливості їхнього суб'єктивного контролю можуть дещо змінюватися залежно від того, чи здається людині ситуація складною або простою, приємною або неприємною тощо. Хоча їхня поведінка і психологічне почуття відповідальності за неї залежать від конкретних соціальних ситуацій, усе ж можна і в них встановити перевагу того чи іншого локусу контролю.

Таким чином, суб'єктивний локус контролю пов'язаний з відчуттям людиною своєї сили, відповідальності за те, що відбувається, із самоповагою, із соціальною зрілістю і самостійністю особистості. Тому, складаючи рекомендації для самовдосконалення, потрібно враховувати, що:

- конформна, поступлива поведінка в більшій мірі притаманна людям з екстернальним локусом контролю; інтернали менш схильні підкорятися тискові (думкам, емоціям та ін.) інших людей;
- людина з інтернальним локусом контролю краще працює на самоті;
- інтернали більш активно шукають інформацію, як правило, більше ознайомлені із ситуацією, ніж екстернали;
- в інтерналів більш активна, ніж в екстерналів, позиція щодо свого здоров'я.

Торонтський опитувальник емпатії (TEQ) [43]

Мета: полягає у вимірюванні здатності особистості сприймати та розуміти емоції, почуття та думки інших людей, а також у її здатності

відчувати та відчувати співпереживання до їхніх переживань. Опитувальник включає питання, спрямовані на виявлення емпатичних реакцій, рівня співчуття та здатності до інтерперсонального сприйняття. Включення загального рівня емпатії у дослідження ефективної міжкультурної комунікативної компетентності може допомогти зрозуміти, наскільки особистість здатна до сприйняття та врахування емоційних та культурних аспектів у міжособистісних взаємодіях.

Рекомендований вік респондентів: від 16 років

Діагностичні складові: загальний рівень емпатії може виступати як важливий діагностичний складник у дослідженні ефективної міжкультурної комунікативної компетентності. Емпатія відображає здатність особистості співчувати та розуміти емоції, почуття та переживання інших людей. У контексті міжкультурної комунікативної компетентності, високий рівень емпатії може вказувати на здатність особистості до ефективного спілкування з представниками різних культур.

Люди з високим рівнем емпатії здатні краще розуміти мотивації, потреби та цінності інших людей, що може сприяти успішному взаєморозумінню та зменшенню міжкультурних конфліктів. Вони можуть бути більш уважними до культурних особливостей та нюансів у спілкуванні з представниками інших культур, що дозволяє їм ефективніше адаптуватися до різноманітності культурних контекстів.

Інструкція: респонденту необхідно обрати відповідь, яка найкраще відображає ступінь актуальності кожного твердження, за такою логікою:

Ніколи = 0; Рідко = 1; Іноді = 2; Часто = 3; Завжди = 4

Стимульний матеріал до методики надано у Додатку Г.

Обробка результатів методики: Діапазон оцінок: 0-64

Якщо респондент набрав 45 балів або більше, це означає, що його емпатія вища за норму. Чим нижчий бал, тим менший показник емпатії.

Більшість чоловіків: 43,46-44,45

Більшість жінок: 44,62-48,93

Підрахунок балів відбувається наступним чином:

Експрес-опитувальник «Індекс толерантності» [13]

Мета: полягає у визначенні рівня толерантності респондентів до різноманітних культур, етнічних груп та ідей. Вона допомагає вивчити соціальну адаптацію, розвиток міжкультурної комунікативної компетентності та взаємозв'язки міжособистісних взаємодій.

Рекомендований вік респондентів: від 16 років

Діагностичні складові:

1. Етнічна толерантність: оцінює ставлення особистості до представників інших етнічних груп та установки в сфері міжкультурної взаємодії.
2. Соціальна толерантність: вивчає толерантні та інтолерантні прояви по відношенню до різних соціальних груп та установки особистості щодо соціальних процесів.
3. Толерантність як риса особистості: діагностує особистісні риси, установки та переконання, що впливають на ставлення особистості до навколишнього світу.

Інструкція: Респонденту необхідно оцінити наскільки він погоджується або не погоджується з наведеними твердженнями, і відповідно до цього поставити галочку або будь-який інший значок навпроти кожного твердження.

Стимульний матеріал методики представлений у Додатку Д.

Обробка результатів методики: Для кількісного аналізу підраховується загальний результат, без поділу на субшкали. Індивідуальна або групова оцінка виявленого рівня толерантності здійснюється за наступними ступенями:

22-60 - низький рівень толерантності. Такі результати свідчать про високу інтолерантність людини і наявності у нього виражених інтолерантнісних установок по відношенню до навколишнього світу і людей.

61-99 - середній рівень. Такі результати показують респонденти, для яких характерне поєднання як толерантних, так і інтолерантності рис. В одних соціальних ситуаціях вони ведуть себе толерантно, в інших можуть проявляти інтолерантність.

100-132 - високий рівень толерантності. Представники цієї групи мають виражені риси толерантної особистості. У той же час необхідно розуміти, що результати, що наближаються до верхньої межі (більше 115 балів), можуть свідчити про розмивання у людини "кордонів толерантності", пов'язаними, наприклад, з психологічним інфантилізмом, тенденціями до потурання, поблажливості чи байдужості.

Для якісного аналізу аспектів толерантності можна використовувати поділ на субшкали:

I. Етнічна толерантність.

Субшкала "етнічна толерантність" виявляє ставлення людини до представників інших етнічних груп і установки в сфері міжкультурної взаємодії.

До 19 балів низький рівень;

20 - 31 - середній рівень;

32 і більше балів - високий рівень.

II. Соціальна толерантність.

Субшкала "соціальна толерантність" дозволяє досліджувати толерантні і інтолерантні прояви по відношенню до різних соціальних груп (меншин, злочинців, психічно хворих людей), а також вивчати установки особистості по відношенню до деяких соціальних процесів

До 22 балів - низький рівень;

23 - 36 - середній рівень;

37 і більше балів - високий рівень.

III. Толерантність як риса особистості.

Субшкала "толерантність як риса особистості" включає пункти, що діагностують особистісні риси, установки і переконання, які в значній мірі визначають ставлення людини до навколишнього світу.

До 19 балів низький рівень;

20 - 31 - середній рівень;

32 і більше балів - високий рівень.

2.3 Психологічний та статистичний аналіз результатів констатувального експерименту

В дослідженні взяли участь 30 респондентів, що є студентами-мігрантами (див. Додаток Н). Дослідження проводилося на базі кафедри психології та соціології СНУ ім. В. Даля за допомогою онлайн опитування. Вибірку респондентів за віком, що взяли участь у дослідженні представлено на рис. 2.1.



Рис. 2.1. Гістограма розподілу респондентів за віком

Методика дослідження соціальної адаптованості

За методикою дослідження соціальної адаптованості було отримано наступні результати (див. Додаток Ж, табл. Ж.1, табл. 2.1 – 2.2).

Таблиця 2.1

Результати дослідження за методикою визначення соціальної адаптованості

№ респондента	Сума балів	Рівень адаптованості
1	6	Середня
2	8	Середня
3	5	Висока
4	5	Висока
5	1	Висока
6	10	Середня
7	9	Середня
8	6	Середня
9	18	Низька
10	3	Висока
11	6	Середня
12	11	Середня
13	13	Низька
14	15	Низька
15	10	Середня
16	2	Висока
17	7	Середня
18	1	Висока
19	12	Середня
20	5	Висока
21	4	Висока
22	10	Середня
23	1	Висока
24	12	Середня
25	6	Середня
26	6	Середня
27	3	Висока
28	6	Середня
29	7	Середня
30	2	Висока

Таблиця 2.2

Зведена таблиця результатів дослідження, %

Рівень адаптивності респондентів	Кількість респондентів	%
Низький	3	10
Середній	16	53,33
Високий	11	36,67

Результати дослідження показують, що серед 30 респондентів 16 (53,33%) мають середній рівень соціальної адаптованості. Це може свідчити про те, що ці особи мають певний рівень здатності пристосовуватися до різних соціальних ситуацій та взаємодіяти з оточуючими ефективно.

11 респондентів (36,67 %) мають високий рівень соціальної адаптованості. Це свідчить про їхню відмінну здатність адаптуватися до різноманітних соціальних умов і сприймати та взаємодіяти з різними соціальними групами.

Лише 3 респонденти (10 %) мають низький рівень соціальної адаптованості. Це може вказувати на їхню складність у взаємодії з оточуючими, можливу неспроможність ефективно адаптуватися до різних соціальних ситуацій та взаємодії з різними соціальними групами.

Для наочного відображення результати дослідження представлено на рис. 2.2.



Рис. 2.2. Сегментограма розподілу результатів дослідження за методикою визначення соціальної адаптованості

На підставі аналізу літератури та отриманих результатів дослідження можна заявити, що рівень соціальної адаптованості має значний вплив на ефективність міжкультурної комунікативної компетентності. Представники групи з високим рівнем соціальної адаптованості демонструють більшу здатність до успішної взаємодії з представниками різних культур, у той час як респонденти з низьким рівнем адаптованості можуть зазнавати труднощів у взаєморозумінні та спілкуванні. Таким чином, розвиток соціальної адаптованості може відігравати ключову роль у покращенні міжкультурної комунікативної компетентності, що підтверджує важливість подальших досліджень у цьому напрямку.

Методика «Особистісна готовність до змін»

Стандартизація методики показала, що сума менше 21 балів за кожною шкалою свідчить про низький рівень розвитку вимірюваної властивості. Середній рівень розвитку властивості (оптимальний варіант)

знаходиться в діапазоні від 22 до 26 балів. Сума понад 27 балів оцінюється як високий рівень розвитку вимірюваної властивості.

Результати представлено у Додатку 3, табл. 3.1, табл. 2.3 - 2.4 та наочно відображено на рис. 2.3.

Таблиця 2.3

Результати дослідження за методикою «Особистісна готовність до змін»

№ респондента	Пристаєність	Винахідливість	Оптимізм	Сміливість, підприємливість	Адаптивність	Впевненість	Толерантність до двозначності
1	23	24	22	17	20	24	21
2	14	21	13	20	19	26	18
3	23	18	16	21	15	21	19
4	24	22	15	22	16	23	19
5	19	22	20	19	20	19	19
6	22	27	22	22	22	27	20
7	16	19	13	15	15	20	15
8	19	19	11	19	15	19	16
9	17	21	19	20	19	23	20
10	22	28	23	22	20	27	24
11	22	25	18	21	17	23	19
12	23	25	23	20	21	26	20
13	18	23	21	19	20	22	20
14	25	20	18	21	21	22	18
15	23	20	20	22	17	24	20
16	23	25	23	20	21	24	21
17	17	23	20	20	15	21	20
18	20	21	19	20	16	20	20
19	20	21	13	18	19	23	19
20	22	25	22	20	20	22	18
21	18	21	16	19	16	20	20
22	25	26	23	22	22	25	24
23	22	26	21	20	20	23	20
24	24	25	22	21	20	25	21
25	24	25	23	21	22	27	24
26	18	23	22	17	19	20	18

Продовж. табл. 2.3

27	22	23	20	21	17	24	19
28	20	23	17	20	19	22	20
29	24	24	22	20	21	24	20
30	24	25	21	19	21	24	20

Таблиця 2.4

Зведена таблиця результатів дослідження, %

Рівень /шкала	Пристрасність	Винахідливість	Оптимізм	Сміливість, підприємливість	Адаптивність	Впевненість	Толерантність до двозначності
Низький	43,33% (13)	30,00% (9)	53,33% (16)	63,33% (19)	73,33% (22)	20,00% (6)	80,00% (24)
Середній	56,67% (17)	63,33% (19)	46,67% (14)	36,67% (11)	26,67% (8)	70,00% (21)	16,67% (5)
Високий	0,00%	6,67% (2)	0,00%	0,00%	0,00%	10,00% (3)	3,33% (1)

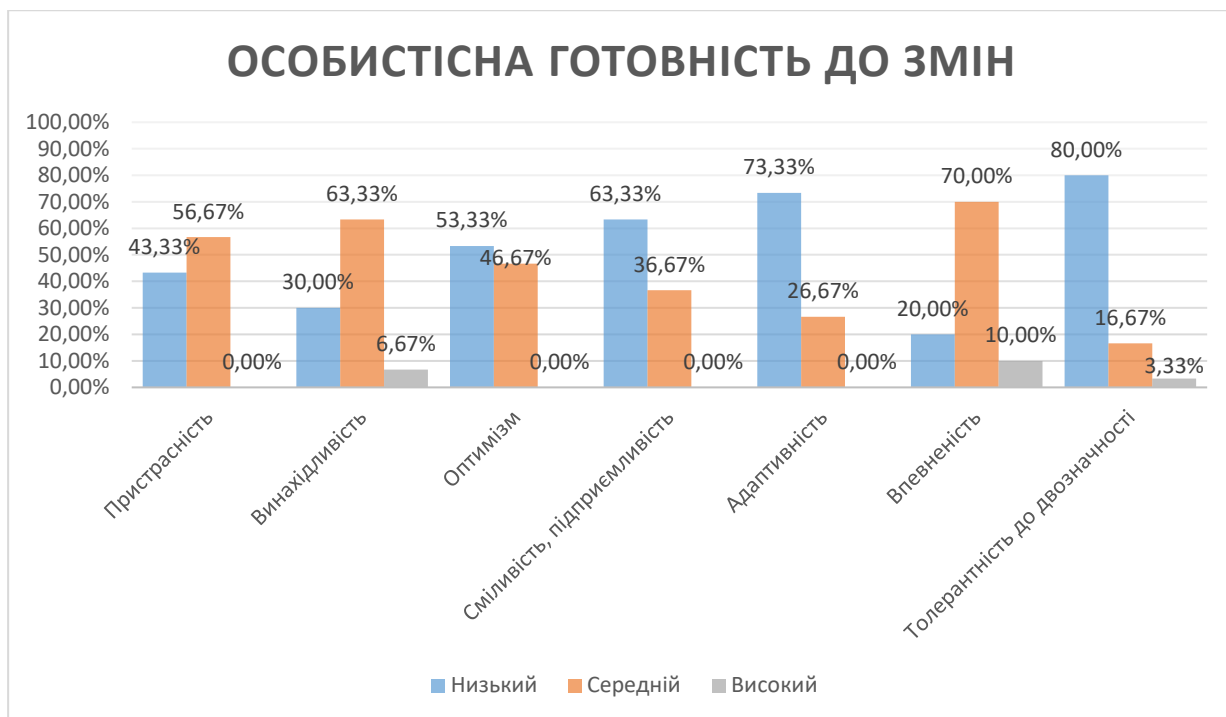


Рис. 2.3. Гістограма розподілу результатів дослідження за методикою «Особистісна готовність до змін»

Результати дослідження за методикою свідчать про різні рівні розвитку ключових властивостей, які є важливими компонентами міжкультурної комунікативної компетентності, таких як пристрасність, винахідливість, оптимізм, сміливість/підприємливість, адаптивність, впевненість та толерантність до двозначності.

Аналіз даних показав, що більшість респондентів мають середній рівень пристрасності, що є оптимальним для ефективної міжкультурної комунікації. Однак, 8 респондентів демонструють низький рівень цієї властивості, що може свідчити про недостатню мотивацію або зацікавленість у міжкультурній взаємодії. Щодо винахідливості, 4 респонденти показали високий рівень, вказуючи на їх здатність до генерації нових ідей та вирішення проблем, що є важливими для адаптації в міжкультурному середовищі, тоді як більшість (21 респондент) мають середній рівень, що є оптимальним для ефективного виконання завдань у різноманітних культурних контекстах. 5 респондентів демонструють

низький рівень винахідливості, що може вказувати на складності в пошуку нових підходів у міжкультурній комунікації.

Рівень оптимізму у більшості респондентів (16 осіб) знаходиться на середньому рівні, що сприяє позитивному ставленню до міжкультурної взаємодії. Однак 14 респондентів мають низький рівень оптимізму, що може свідчити про песимістичний погляд на життя або роботу в міжкультурному контексті. Сміливість та підприємливість також переважають на середньому рівні у 19 респондентів, що є сприятливим для ініціативної та впевненої поведінки у міжкультурних ситуаціях. Водночас 7 респондентів мають низький рівень цієї властивості, що може вказувати на обережність або нерішучість у прийнятті рішень у нових культурних умовах.

Щодо адаптивності, жоден респондент не має високого рівня цієї властивості, проте 16 респондентів демонструють середній рівень, що свідчить про їх здатність адаптуватися до змін у міжкультурному середовищі. 14 респондентів мають низький рівень адаптивності, що може вказувати на труднощі з адаптацією до нових умов і культур. Впевненість у своїх силах також переважає на середньому рівні у 19 респондентів, що є позитивним показником для впевненого поводження у міжкультурних ситуаціях. Водночас 7 респондентів мають низький рівень впевненості, що може впливати на їх самовідчуття та ефективність комунікації в міжкультурному контексті.

Толерантність до двозначності також в основному перебуває на середньому рівні у більшості респондентів, що сприяє кращому розумінню та прийняттю невизначеностей у міжкультурних взаємодіях. Цей показник є важливим для успішної міжкультурної комунікативної компетентності, оскільки дозволяє уникати конфліктів та сприяє ефективному спілкуванню в умовах культурного різноманіття.

Отже, результати дослідження свідчать про те, що більшість респондентів демонструють середній рівень розвитку ключових властивостей, необхідних для успішної міжкультурної комунікації. Проте,

наявність респондентів з низьким рівнем певних властивостей вказує на необхідність проведення додаткових заходів для підвищення рівня їх міжкультурної комунікативної компетентності.

Методика "Дослідження суб'єктивного контролю"

Результати дослідження за методикою представлені у Додатку К, табл. К.1, табл. 2.5 - 2.6.

Таблиця 2.5

Результати за методикою «Дослідження суб'єктивного контролю»

Респондент	Іо	Рівень контролю	Локус контролю
1	22	Середній	Інтернальний
2	11	Низький	Екстернальний
3	31	Високий	Інтернальний
4	16	Середній	Інтернальний
5	33	Високий	Інтернальний
6	7	Низький	Екстернальний
7	28	Середній	Інтернальний
8	25	Середній	Інтернальний
9	24	Середній	Інтернальний
10	23	Середній	Інтернальний
11	25	Середній	Інтернальний
12	12	Середній	Інтернальний
13	25	Середній	Інтернальний
14	27	Середній	Інтернальний
15	25	Середній	Інтернальний
16	12	Середній	Інтернальний
17	5	Низький	Екстернальний
18	18	Середній	Екстернальний
19	20	Середній	Екстернальний
20	11	Низький	Екстернальний
21	2	Низький	Екстернальний
22	0	Низький	Екстернальний
23	5	Низький	Екстернальний
24	15	Середній	Інтернальний
25	4	Низький	Екстернальний
26	5	Низький	Екстернальний

Продовж. табл. 2.5

27	6	Низький	Екстернальний
28	22	Середній	Інтернальний
29	19	Середній	Інтернальний
30	4	Низький	Екстернальний

Таблиця 2.6

Зведена таблиця результатів дослідження, %

Рівень суб'єктивного контролю респондентів	Екстернальний ЛК		Інтернальний ЛК	
	Кількість респондентів	%	Кількість респондентів	%
Низький	11	36,67%	0	0%
Середній	2	6,67%	15	50%
Високий	0	0%	2	6,67%

Для наочності результати дослідження представлено на діаграмі (див. рис. 2.4).

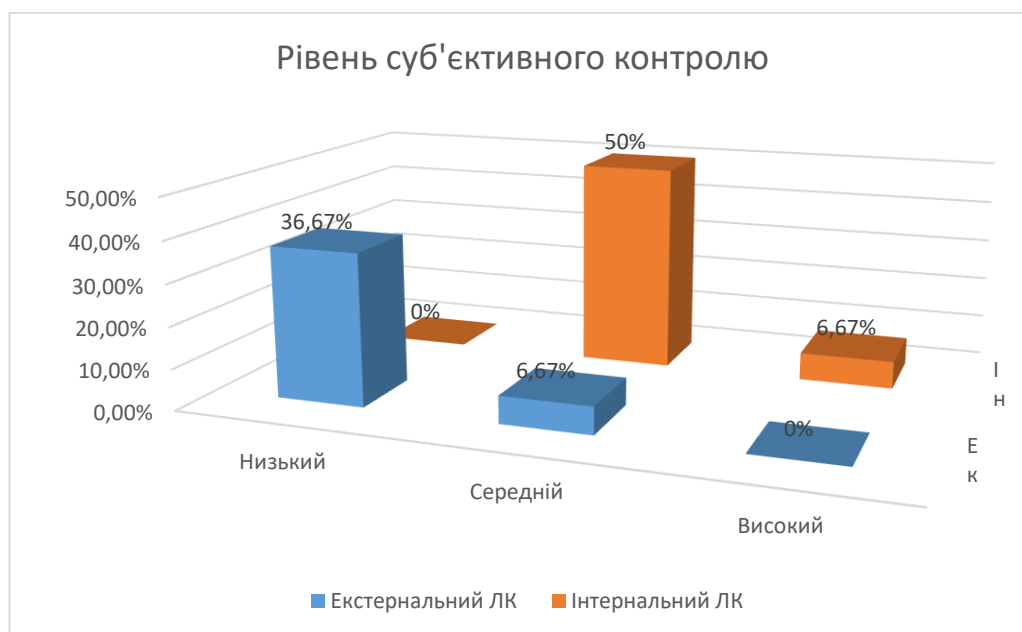


Рис.2.4. Діаграма розподілу результатів за методикою «Дослідження суб'єктивного контролю»

На основі отриманих результатів можна відзначити, що велика частина респондентів має середній рівень суб'єктивного контролю, причому більшість з них виявили внутрішній локус контролю. Це може свідчити про те, що вони вважають себе відповідальними за свої дії та результати, і вірять у власну здатність впливати на події у своєму житті. Респонденти з середнім рівнем контролю та внутрішнім локусом контролю, як правило, проявляють більшу самостійність, відповідальність та ініціативу в спілкуванні. Це може сприяти їхній готовності приймати на себе відповідальність за успіх комунікації та ефективно розв'язувати конфлікти, що може бути важливим у міжкультурних взаємодіях.

Проте були також виявлені особи з низьким рівнем контролю, які переважно мають зовнішній локус контролю. Це означає, що вони схильні приписувати свої успіхи та невдачі зовнішнім обставинам або удачі. Ці особи можуть відчувати більший рівень безпорадності та відчуженості у структурованих ситуаціях, таких як міжкультурні взаємодії.

Отже, аналіз висновку дозволяє зрозуміти, як особистісні характеристики можуть впливати на ефективність міжкультурної комунікативної компетентності. Розуміння цих факторів може бути корисним для розробки програм навчання та тренінгів, спрямованих на підвищення рівня готовності до міжкультурної взаємодії та покращення комунікативних навичок.

Торонтський опитувальник емпатії (TEQ, авторський переклад з англійської)

Результати дослідження за методикою представлені у Додатку Л, табл. Л.1, табл. 2.7 - 2.8 та наочно відображені на рис. 2.5.

Таблиця 2.7

**Результати дослідження за методикою «Торонтський опитувальник
емпатії»**

№ респондента	Сума балів загального показника емпатії	Рівень емпатії
1	32	Середній
2	44	Середній
3	38	Середній
4	33	Середній
5	34	Середній
6	48	Високий
7	36	Середній
8	41	Середній
9	30	Середній
10	33	Середній
11	34	Середній
12	30	Середній
13	39	Середній
14	32	Середній
15	32	Середній
16	27	Низький
17	35	Середній
18	32	Середній
19	32	Середній
20	32	Середній
21	36	Середній
22	21	Низький
23	33	Середній
24	34	Середній
25	40	Середній
26	27	Низький
27	29	Низький
28	31	Середній
29	33	Середній
30	52	Високий

Таблиця 2.8

Зведена таблиця результатів дослідження, %

Рівень емпатії респондентів	Кількість респондентів	%
Низький	4	13,33
Середній	24	80
Високий	2	6,67



Рис. 2.5 Сегментограма розподілу результатів дослідження за методикою «Торонтський опитувальник емпатії»

Аналізуючи результати дослідження емпатії в контексті міжкультурної комунікативної компетентності, можна зробити наступні висновки. Перш за все, важливо відзначити, що більшість респондентів набрали бали, що відповідають або перевищують середній рівень емпатії. Це свідчить про те, що більшість учасників дослідження мають розвинуті здатності сприймати та розуміти емоції, переживання та почуття інших осіб, що може бути корисним у міжкультурному спілкуванні.

Аналізуючи результати детальніше, можна відзначити, що деякі респонденти показали дуже високий рівень емпатії, набравши 45 балів або більше. Це свідчить про їхню особливу здатність до сприйняття та

співпереживання емоцій інших людей, що може створювати сприятливі умови для побудови ефективних міжкультурних взаємин.

Загалом, високий рівень емпатії у більшості респондентів дослідження є позитивним фактором для успішної міжкультурної комунікації. Враховуючи, що емпатія включає в себе розуміння та уважне ставлення до потреб, переживань та поглядів інших, цей аспект особистісного розвитку може сприяти побудові глибоких і довірчих відносин у міжкультурному середовищі.

Таким чином, існує певний зв'язок між рівнем емпатії та рівнем адаптованості, який потребує подальшого дослідження для точнішого розуміння і практичного застосування в реальних умовах.

Експрес-опитувальник «Індекс толерантності»

Результати дослідження за методикою представлені у Додатку М, табл. М.1, табл. 2.9 - 2.10 та наочно відображено на рис. 2.6.

Таблиця 2.9

Результати дослідження за методикою «Індекс-толерантності»

№ респондента	Етнічна толерантність, бал (рівень)	Соціальна толерантність, бал (рівень)	Толерантність як риса особистості, бал (рівень)
1	21 (середній)	34 (середній)	29 (середній)
2	19 (низький)	34 (середній)	26 (середній)
3	27 (високий)	34 (середній)	32 (високий)
4	25 (середній)	33 (середній)	32 (високий)
5	22 (середній)	30 (низький)	23 (середній)
6	16 (низький)	23 (низький)	28 (середній)
7	29 (високий)	33 (середній)	32 (високий)
8	25 (середній)	32 (середній)	30 (середній)
9	27 (високий)	24 (низький)	26 (середній)
10	22 (середній)	29 (середній)	26 (середній)
11	25 (середній)	32 (середній)	28 (середній)

Продовж. табл. 2.9

12	18 (низький)	19 (низький)	24 (середній)
13	31 (високий)	33 (середній)	32 (високий)
14	27 (високий)	30 (середній)	32 (високий)
15	26 (середній)	33 (середній)	31 (середній)
16	29 (високий)	30 (середній)	30 (середній)
17	22 (середній)	31 (середній)	26 (середній)
18	27 (високий)	32 (середній)	32 (високий)
19	30 (високий)	32 (середній)	32 (високий)
20	28 (високий)	32 (середній)	30 (середній)
21	23 (середній)	31 (середній)	29 (середній)
22	23 (середній)	29 (низький)	30 (середній)
23	21 (середній)	29 (низький)	28 (середній)
24	24 (середній)	31 (середній)	29 (середній)
25	24 (середній)	28 (низький)	28 (середній)
26	19 (низький)	27 (низький)	29 (середній)
27	24 (середній)	30 (середній)	26 (середній)
28	20 (низький)	27 (низький)	29 (середній)
29	25 (середній)	32 (середній)	27 (середній)
30	24 (середній)	32 (середній)	27 (середній)

Таблиця 2.10

Зведена таблиця результатів дослідження, %

Рівень толерантності респондентів	Етнічна толерантність	Соціальна толерантність	Толерантність як риса особистості
Низький	5	9	0
	16,67%	30%	0%
Середній	16	21	23
	53,33%	70%	76,67%
Високий	9	0	7
	30%	0%	23,33%

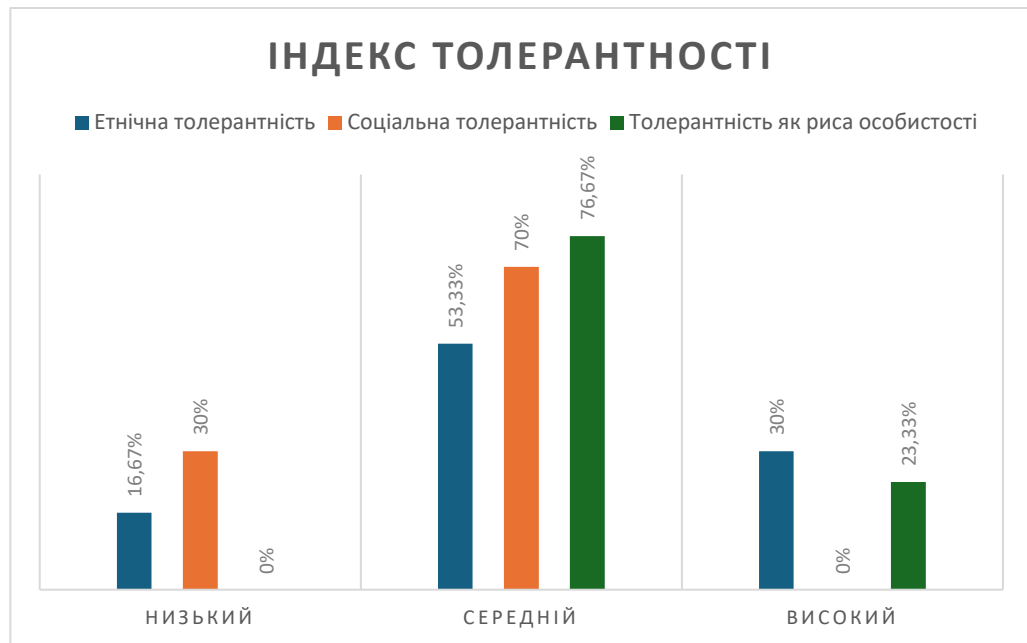


Рис.2.6. Гістограма розподілу результатів дослідження за методикою «Індекс-толерантності»

Аналізуючи отримані результати дослідження толерантності в контексті міжкультурної комунікативної компетентності, можна зробити наступні висновки:

Перш за все, варто відзначити, що більшість респондентів демонструють середній рівень толерантності. Це може свідчити про те, що вони мають певний рівень розуміння і прийняття різноманітності, проте водночас можуть мати інтолерантні установки у певних ситуаціях.

Деякі респонденти мають високий рівень толерантності. Це може свідчити про їхню готовність приймати та розуміти різноманітні культурні та соціальні контексти, а також про їхню відкритість до інших точок зору.

Низький рівень толерантності спостерігається у деяких респондентів. Це може свідчити про їхню неприйнятність відмінностей, що може ускладнювати міжкультурну взаємодію та спілкування.

Загалом, результати дослідження свідчать про те, що толерантність грає важливу роль у формуванні міжкультурної комунікативної

компетентності. Розуміння, прийняття та повага до різноманітності є ключовими складовими успішної міжкультурної взаємодії та спілкування.

Аналізуючи результати дослідження в контексті ефективності міжкультурної комунікативної компетентності, слід звернути увагу на декілька ключових аспектів.

Респонденти з високим рівнем толерантності, які виявились досить численними у цьому дослідженні, можуть виявляти більшу готовність адаптуватися до нових культурних середовищ, розуміти та приймати відмінності.

Емпатія та розуміння: Іншим важливим аспектом є рівень емпатії, який може впливати на здатність розуміти емоції, думки та перспективи інших культур. Респонденти з вищими балами з емпатії можуть виявляти більшу готовність до сприйняття та розуміння культурних особливостей.

Контекстуалізація та адаптація: Особистості з середнім рівнем толерантності можуть виявляти себе як посередники між екстремами, здатними залучати як толерантні, так і інтолерантні поведінкові реакції у залежності від конкретних ситуацій.

Важливість розвитку міжкультурних навичок: Особистості з низьким рівнем толерантності можуть потребувати додаткової підтримки та навчання, щоб ефективно взаємодіяти з представниками різних культур.

Сприйняття різноманітності як переваги: Розуміння та прийняття різноманітності як переваги може сприяти покращенню міжкультурної комунікативної компетентності. Це може бути відображено в результатах дослідження, де вищі бали толерантності вказують на більш позитивне ставлення до різних культурних звичаїв та переконань.

Отже, аналіз результатів дослідження дозволяє зробити висновок про важливість розвитку та підтримки міжкультурної комунікативної компетентності у сучасному світі, де взаєморозуміння та прийняття різноманітності стає все більш важливими.

2.4. Практичні рекомендації, спрямовані на формування міжкультурної комунікативної компетентності людей молодого віку в умовах міграції

Метою розвивальної тренінгової програми є сприяння розвитку психологічних якостей, необхідних для успішної міжкультурної комунікації людей молодого віку в умовах міграції. Програма спрямована на формування учасників навичок емпатії, культурної чутливості, толерантності та взаєморозуміння. Вона ставить за мету допомогти учасникам засвоїти ключові принципи міжкультурної комунікації, розвинути їхню здатність до ефективного спілкування з представниками різних культур, а також сприяти їхній адаптації та інтеграції в нове соціокультурне середовище (див. табл. 2.11).

Кількість людей на яких розрахована програма: 15-20 осіб.

Таблиця 2.11

Структура програми

Структурний блок	Тема заняття	Кількість занять	Тривалість занять
Вступний блок	Заняття 1. «Культурна свідомість: розуміння себе та інших»	1	2 год.
Основний блок	Заняття 2. «Емпатія та сприйняття: розуміння та взаємодія з іншими»	1	1 год.
	Заняття 3. «Культурне різноманіття: відкриття нових горизонтів»	1	1 год.
	Заняття 4. «Міжкультурне спілкування: ефективні стратегії взаємодії»	1	1 год.
	Заняття 5. «Побудова довірливих стосунків у міжкультурному середовищі»	1	1 год.
	Заняття 6. «Толерантність та повага: кроки до взаємоприйняття»	1	1 год.

Продовж. табл. 2.11

Завершальний блок	Заняття 7. Підведення підсумків. «Самоідентифікація та адаптація: збереження індивідуальності у новому оточенні»	1	1 год.
-------------------	--	---	--------

Програма соціально-психологічного тренінгу

Заняття 1. «Культурна свідомість: розуміння себе та інших»

Завдання:

- вивчити особливості власної культури та культур інших учасників групи;
- розглянути різноманітність культурних поглядів та переконань учасників;
- збільшити рівень усвідомлення впливу культурних факторів на сприйняття та поведінку.

Методи:

1. Групова дискусія: Учасники обмінюються своїми думками щодо власних культурних традицій, звичаїв та цінностей, спільно визначають особливості своєї культурної ідентичності.
2. Культурний аналіз: Використання спеціально підготовлених матеріалів (фотографій, відеороликів, тексти) для аналізу та обговорення культурних відмінностей.
3. Рольові ігри: Учасники грають ролі представників різних культур, що допомагає їм краще зрозуміти точки зору інших

Теоретичні засади заняття: Заняття спрямоване на розвиток міжкультурної комунікативної компетентності, яка є критично важливою у сучасному глобалізованому світі. Міжкультурна комунікативна компетентність включає здатність ефективно взаємодіяти з представниками різних культур, розуміти та поважати їхні цінності, норми та звичаї. Теоретичною основою заняття є концепції культурного усвідомлення,

культурної ідентичності та впливу культурних факторів на сприйняття та поведінку.

По-перше, вивчення власної культури та культур інших учасників групи допомагає створити базу для саморефлексії та самопізнання. Усвідомлення власних культурних коренів сприяє кращому розумінню того, як ці корені впливають на наші погляди та поведінку. Водночас, вивчення інших культур дозволяє розширити горизонт сприйняття і зменшити стереотипи та упередження.

По-друге, розгляд різноманітності культурних поглядів та переконань учасників підкреслює важливість культурного релятивізму - підходу, що передбачає оцінку культури через її власні критерії, а не через призму іншої культури. Це допомагає уникнути етноцентризму і сприяє більшій толерантності та розумінню в міжкультурній комунікації.

По-третє, збільшення рівня усвідомлення впливу культурних факторів на сприйняття та поведінку є важливим кроком до ефективної міжкультурної взаємодії. Культурні фактори формують наші очікування, комунікативні стилі та способи вирішення конфліктів. Розуміння цих факторів дозволяє краще адаптуватися до різноманітних культурних контекстів і уникати непорозумінь.

Вправи: рольова гра "Бізнес-переговори"; рольова гра "Сімейний святковий обід", де учасники грають ролі членів сімей з різних культур, які зіткнулися з конфліктами під час спільного святкування) [42].

Рольова гра "Бізнес-переговори"

Мета гри: Розвинути навички міжкультурної комунікативної компетентності, підвищити розуміння та толерантність до культурних відмінностей, навчитися ефективно вести переговори та досягати взаємовигідних угод у багатонаціональному бізнес-середовищі.

Опис гри: Учасники розподіляються на групи, кожна з яких представляє бізнесменів з різних країн. Вони мають провести переговори з метою досягнення угоди щодо спільного проекту. Кожна група повинна

враховувати культурні особливості своєї країни, вплив цих особливостей на комунікативні стратегії та знайти спосіб досягти взаємовигідного результату.

Етапи гри:

1. Підготовка:

– **розподіл ролей:** Учасники обирають або їм призначають ролі бізнесменів з певних країн. Країни можуть бути як реальними, так і вигаданими, з визначеними культурними характеристиками;

– **ознайомлення з культурними особливостями:** Кожна група отримує інформацію про культурні особливості своєї країни: традиції ведення переговорів, спілкування, значення невербальних знаків, підходи до вирішення конфліктів та інші релевантні аспекти.

2. Сценарій гри:

– **вступне слово:** Ведучий пояснює загальні правила гри, завдання та цілі. Кожна група отримує загальну інформацію про спільний проект, наприклад, створення міжнародної компанії, запуск нового продукту на ринок, чи будівництво інфраструктурного об'єкту;

– **формулювання позицій:** Кожна група проводить внутрішню нараду для визначення своєї позиції та стратегії ведення переговорів. Вони повинні враховувати як свої інтереси, так і можливі інтереси інших сторін;

– **переговори:** Учасники зустрічаються для обговорення та узгодження деталей спільного проекту. В процесі переговорів вони мають проявити свої знання про культурні особливості, намагатися зрозуміти позиції інших сторін та знайти компроміси;

– **досягнення угоди:** Переговори тривають до моменту досягнення взаємовигідної угоди або до закінчення визначеного часу. Учасники можуть використовувати різні стратегії, такі як поступки, коаліції, компроміси та інші.

3. Аналіз після гри:

– **рефлексія:** Кожна група аналізує результати переговорів, виявляє успішні стратегії та помилки. Учасники обговорюють, як культурні відмінності вплинули на процес переговорів та як вдалося подолати можливі бар'єри;

– **зворотній зв'язок:** Ведучий та учасники обмінюються думками про хід гри, що вдалося, а що потребує вдосконалення. Ведучий надає коментарі про загальні аспекти міжкультурної комунікації, що були помічені під час гри.

Очікувані результати:

– підвищення обізнаності про культурні відмінності та їхній вплив на комунікацію;

– покращення навичок ведення переговорів у міжкультурному контексті;

– розвиток толерантності та взаємоповаги до представників інших культур;

– уміння знаходити компроміси та досягати взаємовигідних угод.

Матеріали та ресурси:

– опис ролей та культурних особливостей кожної країни;

– інформація про спільний проект;

– засоби для запису результатів (блокноти, маркери, фліпчарти тощо).

Час проведення:

– загальна тривалість гри: 1 година;

– підготовка та розподіл ролей: 10 хвилин;

– внутрішні наради та переговори: 30 хвилин;

– рефлексія та зворотній зв'язок: 20 хвилин.

Ця рольова гра допоможе учасникам не лише практично освоїти навички міжкультурної комунікації, але й глибше зрозуміти вплив культурних відмінностей на бізнес-взаємодію, що є критично важливим у сучасному глобалізованому світі.

Рольова гра "Сімейний святковий обід"

Мета гри: Розвинути навички міжкультурної комунікативної компетентності, підвищити розуміння та толерантність до культурних відмінностей, навчитися вирішувати конфлікти у багатокультурному середовищі та сприяти гармонійному взаєморозумінню.

Опис гри: Учасники розподіляються на групи, кожна з яких представляє членів сімей з різних культур. Вони мають провести святковий обід, під час якого зіткнулися з різними конфліктами через культурні відмінності. Завдання учасників – знайти способи подолання конфліктів та досягти гармонії у святкуванні.

Етапи гри:

1. Підготовка:

– **розподіл ролей:** Учасники обирають або їм призначають ролі членів сімей з різних культур. Кожна сім'я має свої культурні традиції, обряди та звичаї;

– **ознайомлення з культурними особливостями:** Кожна група отримує інформацію про культурні особливості своєї сім'ї: традиції святкування, харчові звички, рольові моделі в родині, етикет, комунікативні стилі тощо.

2. Сценарій гри:

– **вступне слово:** Ведучий пояснює загальні правила гри, завдання та цілі. Кожна група отримує загальну інформацію про свято, наприклад, день народження, весілля, національне свято або іншу урочисту подію;

– **формулювання позицій:** Кожна група проводить внутрішню нараду для визначення своїх позицій та підходів до святкування, враховуючи свої культурні особливості та можливі конфліктні ситуації;

– **святковий обід:** Учасники зустрічаються для спільного святкування. Під час обіду вони мають вирішити різноманітні конфліктні ситуації, що виникають через культурні відмінності. Наприклад, різні

харчові звички, поведінка за столом, традиції дарування подарунків, мовні бар'єри та інші аспекти;

– **вирішення конфліктів:** Учасники використовують свої знання про культурні особливості, намагаються зрозуміти позиції інших сторін та знайти компроміси, щоб досягти гармонійного святкування.

3. Післягровий аналіз:

– **рефлексія:** Кожна група аналізує результати святкового обіду, виявляє успішні стратегії та помилки у вирішенні конфліктів. Учасники обговорюють, як культурні відмінності вплинули на процес святкування та як вдалося подолати можливі бар'єри;

– **зворотній зв'язок:** Ведучий та учасники обмінюються думками про хід гри, що вдалося, а що потребує вдосконалення. Ведучий надає коментарі про загальні аспекти міжкультурної комунікації, що були помічені під час гри.

Очікувані результати:

– підвищення обізнаності про культурні відмінності та їхній вплив на міжособистісну комунікацію;

– покращення навичок вирішення конфліктів у багатокультурному контексті;

– розвиток толерантності та взаємоповаги до представників інших культур;

– уміння знаходити компроміси та досягати гармонійних рішень у міжособистісній взаємодії.

Матеріали та ресурси:

– опис ролей та культурних особливостей кожної сім'ї;

– інформація про свято та можливі конфліктні ситуації;

– місце для проведення святкового обіду (можливо, кілька приміщень для групових нарад);

– засоби для запису результатів (блокноти, маркери, фліпчарти тощо).

Час проведення:

- загальна тривалість гри: 1 година;
- підготовка та розподіл ролей: 10 хвилин;
- внутрішні наради та святковий обід: 30 хвилин;
- рефлексія та зворотній зв'язок: 20 хвилин.

Ця рольова гра допоможе учасникам не лише практично освоїти навички міжкультурної комунікації, але й глибше зрозуміти вплив культурних відмінностей на міжособистісну взаємодію, що є критично важливим у сучасному глобалізованому світі.

Заняття 2. «Емпатія та сприйняття: розуміння та взаємодія з іншими»

Завдання:

- розвивати вміння сприймати та розуміти почуття інших людей;
- вчитися емпатії та виявлення розуміння у взаємодії з представниками інших культур;
- вправлятися в вираженні підтримки та співчуття партнерам у спілкуванні.

Методи:

1. Емпатичне слухання: Учасники парами вправляються у вислуховуванні та відображенні почуттів іншого учасника без засудження чи порівняння з власним досвідом.
2. Групові вправи на розвиток емпатії: Виконання спільних завдань, які спонукають до співпереживання, сприяє формуванню емпатії та взаєморозуміння.

Теоретичні засади заняття: Заняття спрямоване на розвиток емпатії та міжкультурного розуміння, а також на вміння виражати підтримку та співчуття у взаємодії з іншими людьми. У розробці цього заняття враховувалися психологічні аспекти, які сприяють формуванню цих навичок.

Центральним поняттям є емпатія - здатність відчувати та розуміти почуття інших людей. Емпатичне слухання є ключовим методом, що

допомагає учасникам навчитися активно сприймати почуття співрозмовника без засудження чи порівняння зі своїм досвідом. Це розвиває навички активного слухання та сприяє підвищенню рівня емпатії.

Також важливим аспектом є міжкультурне розуміння, що передбачає здатність сприймати та розуміти почуття та погляди людей інших культур. Групові вправи, такі як "Історії життя", сприяють формуванню цього навичку, оскільки учасники діляться своїми особистими історіями, що дозволяє краще розуміти їхні досвіди та переживання.

Крім того, заняття спрямоване на вивчення виразного виявлення підтримки та співчуття. Це включає в себе навички активного підтримання та вираження співчуття у взаємодії з іншими, що є важливим для побудови здорових міжособистісних відносин.

Опис групових вправ на розвиток емпатії:

Мета: Сприяти розвитку емпатії та взаєморозуміння серед учасників групи через виконання спільних завдань, що стимулюють співпереживання та підтримку.

Вправа "Історії життя" [24]

Вступ: Ведучий пояснює учасникам важливість емпатії у міжособистісних стосунках та підкреслює, що розуміння і підтримка одне одного є ключовими аспектами успішної комунікації в будь-якому середовищі, зокрема і в міжкультурному. Ведучий коротко вводить у вправу, пояснює її мету та правила.

Опис вправи: Учасники поділяються на малі групи (4-5 осіб) та сідають у коло. Кожен учасник має підготуватися до розповіді про одну важливу подію або епізод зі свого життя, що справили на нього значний вплив. Це може бути будь-яка подія - від особистих досягнень і перемог до труднощів та викликів, які вдалося подолати.

Процес виконання:

1. **Розповідь особистих історій:** Кожен учасник по черзі ділиться своєю історією з групою. Інші учасники мають уважно слухати, не перебиваючи та не оцінюючи почуте.

2. **Активне слухання:** Під час слухання інші учасники повинні проявляти активне слухання, використовуючи невербальні сигнали (ківання головою, встановлення зорового контакту тощо) та вербальні підтвердження (наприклад, короткі зауваження типу "Я розумію", "Це цікаво" тощо).

3. **Питання та підтримка:** Після кожної розповіді група може задавати уточнюючі питання, які допоможуть краще зрозуміти розповідь. Важливо, щоб ці питання були доброзичливими та показували щирий інтерес до переживань оповідача. Також учасники можуть висловлювати свою підтримку та співпереживання, коментуючи, як би вони почувалися в подібній ситуації, або надаючи слова підбадьорення.

Підсумок:

Після того як всі учасники поділилися своїми історіями, ведучий організовує загальну дискусію. Учасники обговорюють, як вони себе почували під час слухання історій інших та під час розповіді власної історії. Ведучий підкреслює важливість емпатії в повсякденному житті та обговорює, як отримані навички можуть бути корисними в професійному та особистому спілкуванні, особливо в контексті міжкультурної комунікації.

Очікувані результати:

- підвищення рівня емпатії та розуміння серед учасників;
- формування навичок активного слухання та співпереживання;
- покращення міжособистісних стосунків та зміцнення групової згуртованості;
- поглиблення знань про досвід і культури інших учасників, що сприяє формуванню взаємоповаги та толерантності.

Заняття 3. «Культурне різноманіття: відкриття нових горизонтів» [32]

Завдання:

- дослідити та розглянути різноманіття культурних традицій, звичаїв та цінностей;
- вивчити історію та особливості культурних виявів різних етнічних груп;
- проаналізувати вплив культурного різноманіття на міжособистісні стосунки.

Методи:

1. Мультикультурні презентації: Учасники готують презентації про культурні особливості своєї країни або іншої культури, яку вони вивчають.
2. Групові дискусії та аналіз культурних матеріалів: Спільне обговорення матеріалів, що представляють різні культури, сприяє розширенню розуміння культурного різноманіття.

Теоретичні засади заняття: У цьому занятті буде вивчено та розглянуто широкий спектр теоретичних понять, які стосуються культурного різноманіття та його впливу на міжособистісні відносини. Культурне різноманіття включає в себе різноманітність традицій, звичаїв, цінностей, мови, релігійних переконань та ідентичностей, які відзначаються різними етнічними, релігійними, соціальними та культурними групами.

Важливі поняття, які будуть розглянуті на занятті, включають у себе:

1. **Культурний релятивізм:** Це підход до розуміння культур, що визнає різницю та унікальність кожної культури, а також відмовляється від універсалізму в оцінці культурних явищ.
2. **Культурний контекст:** Це урахування впливу культурних чинників на розуміння поведінки та сприйняття іншої людини.
3. **Міжкультурна компетентність:** Це здатність ефективно спілкуватися та працювати з представниками різних культур, розуміючи їхні цінності, вірування та способи мислення.

4. **Культурний шок:** Це стан стресу та незручності, який виникає внаслідок зіткнення з новими культурними цінностями, нормами та способами життя.

Учасники заняття будуть заохочені активно обговорювати ці поняття, обмінюватися своїми думками та досвідом щодо культурного різноманіття. Вони також будуть залучені до аналізу конкретних прикладів культурних виявів та їхнього впливу на міжособистісні відносини через мультикультурні презентації та групові дискусії. Це допоможе учасникам отримати глибше розуміння та перспективу на культурні аспекти сучасного світу, що відіграють ключову роль у їхньому міжособистісному спілкуванні та взаєморозумінні.

Групова дискусія: Розвинути міжкультурну комунікативну компетентність, підвищити усвідомлення та прийняття культурного різноманіття, а також розвинути навички ефективної взаємодії в багатокультурному середовищі.

Вправа 1 "Культурні стереотипи" [32]

Необхідно виявити та обговорити існуючі стереотипи, навчитися критично їх оцінювати та долати.

1. **Опис:** Учасники поділяються на малі групи (3-5 осіб). Кожна група отримує список стереотипів, які існують щодо різних культур (наприклад, "Французи завжди запізнюються", "Німці дуже пунктуальні").

2. **Завдання:** Групи обговорюють кожен стереотип, висловлюючи свої думки та особистий досвід. Вони мають визначити, чи є ці стереотипи справедливими, а також знайти приклади, що їх спростовують.

3. **Презентація:** Після обговорення групи презентують свої висновки всій групі. Ведучий узагальнює, підкреслюючи, що стереотипи часто базуються на необґрунтованих узагальненнях та можуть бути шкідливими.

Вправа 2 "Культурний обмін" [42]

Мета: Практикувати навички міжкультурної комунікації, вивчати нові культурні практики через особистий досвід.

1. **Опис:** Учасники об'єднуються у пари або трійки, кожен з яких представляє різні культури. Вони обмінюються історіями про свої культурні традиції, свята, обряди.

2. **Завдання:** Кожен учасник розповідає про свою культуру, надаючи конкретні приклади з життя (сімейні традиції, національні страви, важливі свята тощо). Інші учасники мають задавати питання та проявляти зацікавленість.

3. **Презентація:** Після обговорення в парах або трійках, учасники діляться найцікавішими моментами, які вони дізналися про інші культури, зі всією групою. Ведучий узагальнює, підкреслюючи цінність культурного обміну для збагачення особистого досвіду.

Вправа 3 "Конфлікт у багатокультурному середовищі"

Мета: Виробити навички ефективного вирішення конфліктів у багатокультурному середовищі, навчитися знаходити компроміси.

1. **Опис:** Учасники діляться на групи по 4-5 осіб. Кожна група отримує ситуацію, де виникає конфлікт через культурні відмінності (наприклад, розбіжності у робочих підходах, різні очікування щодо поведінки на зустрічах).

2. **Завдання:** Групи обговорюють ситуацію та шукають способи вирішення конфлікту. Вони мають запропонувати декілька варіантів компромісних рішень, враховуючи культурні особливості кожної сторони.

3. **Презентація:** Групи презентують свої рішення іншим учасникам. Ведучий проводить загальне обговорення, підкреслюючи важливість розуміння культурних відмінностей у вирішенні конфліктів та пошуку компромісів.

Вправа 4 "Рефлексія та зворотній зв'язок" [32]

Мета: Підвести підсумки дискусії, оцінити власний прогрес у розвитку міжкультурної комунікативної компетентності.

1. **Опис:** Учасники сідають у коло та по черзі діляться своїми враженнями від дискусії. Ведучий задає питання: "Що нового ви дізналися про інші культури?", "Як ця інформація вплине на ваше майбутнє спілкування?", "Які навички ви хотіли б розвивати далі?".

2. **Завдання:** Учасники мають висловити свої думки та почуття, відзначити важливі моменти та зробити висновки для подальшого розвитку. Ведучий підсумовує рефлексію, надаючи рекомендації щодо подальшого вдосконалення міжкультурної комунікації.

Очікувані результати:

- підвищення обізнаності про культурні відмінності та їхній вплив на комунікацію;
- розвиток навичок ефективної міжкультурної комунікації та вирішення конфліктів;
- зміцнення толерантності та поваги до інших культур;
- покращення міжособистісних стосунків у багатокультурному середовищі.

Заняття 4. «Міжкультурне спілкування: ефективні стратегії взаємодії»

Завдання:

- вивчити та вдосконалити навички міжкультурного спілкування;
- розглянути різні стратегії спілкування в залежності від культурних контекстів;
- провести тренування з вирішення конфліктних ситуацій у міжкультурному середовищі.

Методи:

1. Рольові ігри: Виконання сценаріїв, які моделюють міжкультурні взаємодії та допомагають засвоїти ефективні стратегії спілкування.

2. Групові дискусії: Обговорення реальних ситуацій міжкультурного спілкування та пошук оптимальних шляхів взаємодії.

Теоретичні засади заняття: У рамках цього заняття ми розглянемо широкий спектр теоретичних понять, які є ключовими для розуміння та практичного застосування ефективних стратегій міжкультурного спілкування.

Культурний інтерпретативізм: Це теорія, яка висуває тезу про те, що кожна культура має свій унікальний спосіб інтерпретації світу, включаючи способи сприйняття подій, визначення значущості та реагування на ситуації. Розуміння цього концепту дозволяє краще враховувати інтерпретаційні відмінності під час спілкування з представниками інших культур.

Культурна адаптація: Це процес адаптації до нових культурних середовищ шляхом набуття нових знань, умінь і навичок, що допомагають уникнути недопорозумінь і конфліктів. Розуміння культурної адаптації допомагає зміцнити міжкультурні відносини та сприяє успішному взаєморозумінню.

Культурний розмаїття: Це визнання та важливість урізноманітненості культурних виражень у світі, що включає мови, вірування, традиції, обряди, архітектуру, кухню та інші аспекти. Розуміння цього поняття допомагає відчувати повагу до культурної спадщини та створювати сприятливі умови для спілкування з різними культурами.

Культурна чутливість: Це здатність розпізнавати, розуміти та поважати культурні відмінності. Розвиток культурної чутливості допомагає створити взаємопідтримуюче середовище для спілкування та зменшує ризик конфліктів через непорозуміння.

Врахування цих понять сприятиме поглибленню розуміння міжкультурного спілкування та допоможе розвивати навички ефективної міжкультурної взаємодії під час навчальних занять.

Вправи: "Міжкультурна вечера; "Культурний обмін в ресторані".

Вправа 1 "Міжкультурна вечеря" [45]

Мета: Розвинути розуміння та повагу до культурних традицій інших учасників, покращити навички міжкультурного спілкування.

Опис:

1. **Підготовка:** Учасники отримують завдання підготуватися до "міжнародної вечері", де вони представлятимуть свою країну. Вони можуть принести страви, музику, танці, обряди або будь-які інші культурні елементи.

2. **Ролі:** Кожен учасник виступає як представник своєї країни.

3. **Процес:** Учасники розповідають про свою культуру, демонструють традиції, відповідають на питання інших учасників. Під час вечері учасники взаємодіють, обговорюють відмінності та схожості між культурами.

4. **Дискусія:** Після вечері група обговорює, які нові знання вони отримали, які труднощі виникли під час взаємодії, як вони вирішували ці труднощі. Особлива увага приділяється ефективним стратегіям спілкування, які допомогли подолати культурні бар'єри.

Вправа 2 "Культурний обмін в ресторані" [45]

Мета: Розвинути навички міжкультурного спілкування в реальних життєвих ситуаціях, покращити розуміння культурних особливостей інших людей.

Опис:

1. **Підготовка:** Учасники отримують ролі персоналу ресторану та відвідувачів з різних культур. Кожен готується до своєї ролі, вивчаючи культурні особливості, пов'язані зі стравами, поведінкою за столом, очікуваннями від обслуговування.

2. **Ролі:** Частина учасників грають роль персоналу ресторану (офіціанти, кухарі), інші – відвідувачів.

3. **Процес:** Відвідувачі замовляють страви, спілкуються з персоналом, обговорюють свої культурні звички та очікування. Персонал

намагається зрозуміти та врахувати культурні особливості кожного відвідувача.

4. **Дискусія:** Після завершення гри група обговорює свій досвід. Обговорюються труднощі, що виникли під час взаємодії, успішні стратегії спілкування, які допомогли подолати культурні бар'єри, і способи покращення взаємодії в майбутньому.

Ці вправи допоможуть учасникам не лише розвинути свої навички міжкультурного спілкування, але й покращити взаєморозуміння та емпатію, що є важливими складовими ефективної міжкультурної комунікації.

Заняття 5. «Побудова довірливих стосунків у міжкультурному середовищі»

Завдання:

- вивчити особливості взаємодії та встановлення довірчих стосунків у міжкультурному спілкуванні;
- розглянути елементи позитивного міжособистісного спілкування та взаєморозуміння;
- розвивати вміння сприймати й реагувати на культурні відмінності з позиції взаємного поваги.

Методи:

1. Тандем-партнерство: Учасники формують пари, де вони обмінюються досвідом та підтримкою у процесі навчання міжкультурного спілкування.

2. Рольові ігри: Виконання сценаріїв, що спрямовані на побудову довірливих стосунків та спільне розв'язання конфліктів.

3. Групове обговорення: Група обирає тему для обговорення, пов'язану з міжособистісними відносинами або співпрацею. Учасники мають можливість висловити свої думки, почути точки зору інших та спільно знайти способи покращення комунікації в групі.

Теоретичні засади заняття: У цьому занятті ми розглянемо ключові аспекти побудови довірливих та позитивних стосунків у міжкультурному спілкуванні, а також методи їх розвитку.

Міжкультурне взаєморозуміння: Ми вивчимо значення розуміння та врахування культурних відмінностей в процесі спілкування. Розуміння культурних контекстів допомагає збільшити взаєморозуміння між особами з різних культур та сприяє побудові довірливих стосунків.

Елементи позитивного міжособистісного спілкування: Ми розглянемо ключові аспекти позитивного міжособистісного спілкування, такі як відкритість, ввічливість, емпатія та вміння слухати. Ці елементи допомагають зміцнити взаємну довіру та створити сприятливу атмосферу для міжкультурного взаємодії.

Міжкультурне тандем-партнерство: Ми розглянемо значення тандем-партнерства як засобу підтримки та навчання у міжкультурному середовищі. Формування пар для обміну досвідом та підтримки допомагає розвивати вміння спілкуватися та розуміти інші культури.

Медіаторська роль у вирішенні конфліктів: Ми дізнаємося про роль медіатора у вирішенні конфліктів у міжкультурному спілкуванні. Медіатор сприяє побудові довірливих стосунків, допомагаючи сторонам знайти компроміси та шляхи вирішення конфліктів.

Групові обговорення: Наше заняття також передбачає групові обговорення, під час яких учасники матимуть змогу висловити свої думки, почути точки зору інших та спільно знайти способи покращення комунікації та взаєморозуміння у групі.

Ці теоретичні засади слугуватимуть основою для практичного розвитку навичок побудови довірливих стосунків у міжкультурному середовищі через використання різноманітних методів, таких як тандем-партнерство, рольові ігри та групові обговорення.

Вправа "Медіаторська сесія"[42].

Мета:

- розвинути навички вирішення міжкультурних конфліктів;
- навчити учасників ефективним стратегіям медіації;
- сприяти побудові довірливих стосунків через розуміння та повагу до різних культур.

Опис:

1. Підготовка:

– ведучий готує сценарії конфліктних ситуацій, які можуть виникнути в міжкультурному середовищі. ситуації мають бути реалістичними та відображати різні культурні особливості та потенційні точки напруги;

– учасники отримують загальні інструкції щодо ролей, які вони будуть виконувати, та основні принципи медіації.

2. Ролі:

– **конфліктуючі сторони:** Учасники, які виконують ролі представників різних культур, що знаходяться в конфлікті;

– **медіатор:** Учасник або інструктор, який має допомогти сторонам знайти компроміс та побудувати довірливі стосунки.

3. Процес:

– **розподіл ролей:** Учасники обирають або отримують ролі конфліктуючих сторін та медіатора;

– **вступне обговорення:** Конфліктуючі сторони коротко представляють свої позиції та погляди на конфлікт. Важливо, щоб кожна сторона висловила свої почуття та переживання;

– **медіаторська робота:** Медіатор починає роботу з обома сторонами, задаючи запитання, які сприяють глибшому розумінню позицій кожної сторони. Медіатор також стежить за тим, щоб обговорення проходило у ввічливій та конструктивній формі;

– **пошук компромісу:** Медіатор допомагає сторонам знайти спільні точки дотику, шукаючи компромісні рішення, які задовольняють обидві сторони;

– **завершення сесії:** Після досягнення домовленостей, медіатор підсумовує основні пункти, на які погодилися сторони, та підкреслює важливість побудови довірливих стосунків у міжкультурному середовищі.

4. **Дискусія:**

– після завершення рольової гри, всі учасники збираються для обговорення. вони аналізують свої дії, стратегії, які використовувалися для вирішення конфлікту, та обговорюють, що було ефективним, а що – ні;

– учасники також обговорюють, які культурні особливості вплинули на конфлікт і як вони можуть застосовувати отримані знання у своїй реальній практиці.

Очікувані результати:

– учасники отримають практичний досвід вирішення конфліктів у міжкультурному середовищі;

– вони розвинуть свої комунікативні навички, навички активного слухання та емпатії;

– учасники навчаться шукати компромісні рішення та будувати довірливі стосунки, враховуючи культурні відмінності.

Заняття 6. «Толерантність та повага: кроки до взаємоприйняття»

Завдання:

- освоїти поняття толерантності та взаємоповаги в міжкультурному спілкуванні;

- розглянути різні аспекти толерантності та їх вплив на міжособистісні стосунки;

- провести вправи на розвиток толерантності та підвищення культури міжкультурного взаємовідношення.

Методи:

1. Групові дискусії: Обговорення питань, пов'язаних з толерантністю та повагою до інших культур, для сприяння взаємоприйняття.

2. Взаємне навчання: Обмін досвідом та знаннями між учасниками групи для підвищення взаєморозуміння та толерантності.

Теоретичні засади заняття: У цьому занятті ми розглянемо ключові концепції, які лежать в основі взаємоприйняття та розуміння міжкультурних відмінностей.

Міжкультурна толерантність: Це поняття визначається як здатність та готовність приймати та поважати інші культурні цінності, переконання та практики, незалежно від їхнього відмінного характеру від власних.

Взаємоповага: Це базовий принцип взаємодії, що передбачає визнання гідності та прав інших осіб, їхніх прав на свободу вибору та самовираження.

Етнорелятивізм: Це підхід до розуміння та оцінки культурних явищ, що визнає їхню різноманітність та розмаїття, а також важливість контексту кожної конкретної культури для правильного їх розуміння.

Взаємоприйняття: Це активне прийняття та цінування різноманітності культур та інших аспектів існування, що сприяє побудові позитивних та відкритих міжособистісних взаємин.

Толерантне спілкування: Це спосіб взаємодії, що ґрунтується на взаємоповазі та відкритості до інших культурних переконань та поглядів, що сприяє сприйняттю різноманітності у спілкуванні.

Ці теоретичні концепції є фундаментальними для формування толерантної та відкритої культури міжкультурного спілкування, а їх розуміння та використання допоможе учасникам заняття ефективно побудувати взаємоприйняття та повагу в міжкультурному середовищі.

Вправи: «Погляд з іншого боку»; «Культурні цінності та толерантність»; «Толерантність у дії».

Вправа 1 "Погляд з іншого боку" [42]

Мета:

- сприяти розумінню та прийняттю різних культурних точок зору;
- розвинути навички емпатії та активного слухання.

Опис:

1. Підготовка:

- ведучий підбирає декілька ситуацій або кейсів, в яких люди з різних культур мають різні погляди або підходи до вирішення проблем;
- ситуації мають бути релевантними та відображати реальні міжкультурні конфлікти або непорозуміння.

2. Процес:

- учасники діляться на малі групи (3-4 особи) і отримують один кейс на групу;
- кожна група читає свій кейс та обговорює його, намагаючись зрозуміти кожну сторону конфлікту або непорозуміння;
- потім групи презентують свої кейси та висновки всій аудиторії, акцентуючи увагу на розбіжностях у культурних підходах та можливих шляхах до взаєморозуміння.

3. Обговорення:

- після презентацій ведучий проводить загальне обговорення, заохочуючи учасників ділитися своїми думками щодо того, як толерантність і повага можуть допомогти вирішити подібні ситуації в реальному житті;
- учасники також обговорюють, які стратегії можуть бути використані для подолання культурних бар'єрів.

Вправа 2 "Культурні цінності та толерантність" [32]

Мета:

- поглибити розуміння власних культурних цінностей та навчитися поважати цінності інших культур;
- розвинути здатність до рефлексії та самопізнання у контексті міжкультурної взаємодії.

Опис:**1. Підготовка:**

– ведучий готує список культурних цінностей та роздає його учасникам;

– кожен учасник отримує картки з різними цінностями (наприклад, сім'я, свобода, колективізм, індивідуалізм тощо).

2. Процес:

– учасники вибирають 5 цінностей, які є найбільш важливими для них особисто, і коротко пояснюють свій вибір;

– далі учасники діляться на малі групи, де обговорюють обрані цінності, порівнюють їх та шукають спільні та відмінні риси;

– групи представляють результати обговорень всій аудиторії, зосереджуючись на тому, як розуміння та повага до культурних цінностей може сприяти толерантності.

3. Обговорення:

– після презентацій ведучий проводить дискусію, заохочуючи учасників обговорити, як різні культурні цінності впливають на взаємодію та як толерантність допомагає будувати довірливі стосунки;

– учасники розмірковують про те, як можна застосовувати отримані знання у повсякденному житті для сприяння взаємоприйняттю.

Вправа 3 "Толерантність у дії" [24]**Мета:**

– відпрацювати практичні навички толерантного спілкування;
– зміцнити вміння реагувати на культурні відмінності з повагою та розумінням.

Опис:**1. Підготовка:**

– ведучий готує різні сценарії ситуацій, в яких може виникнути культурне непорозуміння або конфлікт (наприклад, "колега з іншої країни

відмовляється прийняти ваше запрошення на обід з особистих причин, які вам не зрозумілі").

2. Процес:

- учасники діляться на малі групи та отримують один зі сценаріїв;
- групи розігрують свої сценарії, намагаючись знайти толерантні та конструктивні рішення для вирішення конфлікту;
- після кожної сценки ведучий та інші учасники обговорюють, що було зроблено добре, а що можна покращити у контексті толерантного спілкування.

3. Обговорення:

- ведучий підсумовує результати обговорень та наголошує на важливості практичних навичок толерантного спілкування у побудові довірливих стосунків;
- учасники обговорюють, як вони можуть застосовувати ці навички у своєму повсякденному житті та професійній діяльності.

Ці вправи сприяють глибшому розумінню концепцій толерантності та поваги, розвивають необхідні навички для ефективного міжкультурного спілкування та допомагають учасникам застосовувати ці знання на практиці для побудови гармонійних стосунків у різноманітному культурному середовищі.

Заняття 7. «Самоідентифікація та адаптація: збереження індивідуальності у новому оточенні»

Завдання:

- розглянути поняття самоідентифікації та вплив міграційних процесів на формування особистості;
- вивчити стратегії збереження індивідуальності та самовираження у новому культурному середовищі;
- провести аналіз впливу культурної адаптації на психологічний стан та емоційний комфорт учасників.

Методи:

1. Рефлексія: Учасники аналізують свій досвід у процесі навчання та міграції, визначають сильні сторони та можливі напрями подальшого розвитку.

2. Інтерв'ю: Проведення інтерв'ю з учасниками, щоб дізнатися про їхні почуття та думки стосовно проходження тренінгу та адаптації в новому оточенні.

3. Створення особистих планів: Учасники розробляють плани дій для збереження своєї індивідуальності та ефективної адаптації у міжкультурному середовищі.

Теоретичні засади заняття: У цьому занятті ми розглянемо наступні теоретичні поняття:

Самоідентифікація: Процес, за яким особистість визначає свої уявлення про себе та свою унікальність у контексті культурного середовища.

Міграційні процеси: Соціальні та культурні зміни, які відбуваються у житті особистості при переході з одного культурного середовища до іншого.

Стратегії збереження індивідуальності: Методи та підходи, спрямовані на збереження особистісної унікальності та цінностей в новому культурному середовищі.

Культурна адаптація: Процес зміни уявлень, звичок та поведінки з метою пристосування до нового культурного контексту.

Психологічний стан та емоційний комфорт: Стан самопочуття та емоційного благополуччя особистості у процесі її адаптації до нового оточення.

Рефлексія: Процес аналізу власного досвіду та усвідомлення власних переконань та цінностей у контексті нового культурного середовища.

Створення особистих планів: Процес розробки конкретних цілей та стратегій для збереження індивідуальності та успішної адаптації до нових культурних умов.

Ці теоретичні поняття допоможуть учасникам збагатити своє розуміння процесу самоідентифікації та адаптації, а також розвинути стратегії збереження індивідуальності у новому культурному середовищі.

Вправи: Інтерв'ю та створення особистих планів.

Вправа «Інтерв'ю» [24]

Мета: Дізнатися про почуття та думки учасників стосовно проходження тренінгу та їхнього процесу адаптації у новому оточенні.

Опис:

1. Підготовка:

- розділіть учасників на малі групи по 3-4 людини;
- у кожній групі оберіть одного учасника, який буде в ролі інтерв'юера. решта учасників будуть інтерв'ююваними.

2. Процес інтерв'ю: інтерв'юер задає такі питання:

- як ви відчуваєте себе після проходження тренінгу?
- що вам сподобалося найбільше під час занять?
- які труднощі ви зустрічали під час адаптації до нового оточення?
- як цей тренінг допоміг вам в процесі адаптації?
- які стратегії збереження індивідуальності ви використовували?

3. Збір інформації:

- інтерв'юери фіксують основні ідеї та думки учасників.

4. Обговорення:

- після інтерв'ю всі учасники збираються в одну велику групу;
- кожна міні-група представляє свої висновки;
- ведучий тренінгу узагальнює основні теми та робить акцент на спільних та відмінних точках зору.

Вправа «Створення особистих планів» [34]

Мета: Розробка індивідуальних планів для збереження своєї індивідуальності та ефективної адаптації у міжкультурному середовищі.

1. Інструктаж:

- ведучий тренінгу пояснює учасникам важливість особистих планів для збереження індивідуальності та ефективної адаптації;

- наводяться приклади можливих стратегій, таких як встановлення особистих цілей, пошук культурних спільнот, участь у місцевих заходах тощо.

2. Робота над планами:

- учасники отримують аркуші паперу або робочі зошити;

- учасники записують свої думки щодо того, як вони можуть зберегти свою індивідуальність і адаптуватися до нового середовища. Вони можуть включити:

- особисті цілі та бажання;
- конкретні кроки для досягнення цих цілей;
- стратегії подолання можливих труднощів;
- ресурси та підтримку, яку вони можуть використовувати.

3. Обговорення в парах:

- учасники діляться своїми планами з партнером, отримують зворотний зв'язок та ідеї для покращення.

4. Презентація та обговорення:

- деякі учасники можуть добровільно представити свої плани групі;

- ведучий тренінгу підсумовує спільні та унікальні стратегії, запропоновані учасниками, наголошуючи на важливості підтримки один одного та використання отриманих знань у реальному житті.

Ці вправи сприятимуть глибшому розумінню процесу самоідентифікації та адаптації у новому культурному середовищі, а також допоможуть учасникам розробити ефективні стратегії для збереження своєї індивідуальності.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

Для ефективної міжкультурної комунікації необхідний розвиток як психологічних, так і мовленнєвих навичок, проте досліджувалися лише психологічні аспекти. Формування міжкультурної комунікативної компетентності з психологічної точки зору включає розвиток таких навичок, як емпатія, гнучкість мислення, культурна компетентність, здатність вирішувати конфлікти та самоусвідомлення. Емпатія допомагає зрозуміти та відчувати емоції співрозмовника, що є ключовим для створення довіри та порозуміння в міжкультурному спілкуванні. Гнучкість мислення сприяє адаптації до різних культурних контекстів і знаходженню альтернативних рішень у ситуаціях непорозуміння. Культурна компетентність включає знання про різні культури, їхні цінності та традиції, що допомагає уникати стереотипів та етноцентризму. Уміння вирішувати конфлікти є важливим для ефективного управління культурними відмінностями та пошуку взаємовигідних рішень. Самоусвідомлення сприяє розумінню власних культурних упереджень і їх впливу на спілкування, що дозволяє більш об'єктивно оцінювати ситуації.

Для проведення емпіричного дослідження було використано наступні методики психологічної діагностики: методика дослідження соціальної адаптованості, тест «Особистісна готовність до змін», тест «Дослідження суб'єктивного контролю», Торонтський опитувальник емпатії та експрес-опитувальник «Індекс толерантності». У дослідженні взяли участь 30 респондентів, які є студентами-мігрантами. Дослідження проводилося на базі кафедри психології та соціології СНУ ім. В. Даля за допомогою онлайн-опитування.

Аналіз результатів дослідження показав, що більшість респондентів демонструють середній рівень розвитку ключових властивостей, необхідних для успішної міжкультурної комунікації. Зокрема, середній рівень соціальної адаптованості, який мають 53,33% учасників, вказує на їх

здатність ефективно взаємодіяти з оточуючими в різних соціальних ситуаціях. Високий рівень соціальної адаптованості, виявлений у 36,67% респондентів, свідчить про їхню відмінну здатність пристосовуватися до різноманітних соціальних умов, тоді як низький рівень адаптованості у 10% учасників може вказувати на труднощі у взаємодії з оточуючими та неспроможність ефективно адаптуватися. Серед ключових властивостей, важливих для міжкультурної комунікативної компетентності, переважають середні рівні пристосованості, винахідливості, оптимізму, сміливості та підприємливості, адаптивності, впевненості та толерантності до двозначності. Це свідчить про достатню мотивацію, здатність до генерації нових ідей, позитивне ставлення до життя, ініціативність та впевненість у поведінці, здатність адаптуватися до змін і розуміння невизначеностей. Проте наявність значної кількості респондентів із низькими рівнями цих властивостей вказує на потенційні проблеми, такі як недостатня мотивація до міжкультурної взаємодії, складнощі в пошуку нових підходів, песимістичний погляд на життя, нерішучість у прийнятті рішень, труднощі з адаптацією та невпевненість у своїх силах. Дослідження також виявило, що більшість респондентів мають середній або високий рівень емпатії, що є позитивним фактором для успішної міжкультурної комунікації, оскільки здатність сприймати та розуміти емоції інших людей сприяє побудові ефективних взаємин. Високий рівень толерантності у деяких респондентів свідчить про їхню готовність приймати та розуміти різноманітні культурні контексти, тоді як низький рівень толерантності може ускладнювати міжкультурну взаємодію та спілкування.

ВИСНОВКИ

1. У цілому, компетентність, як здатність організму ефективно взаємодіяти з навколишнім середовищем, є важливою складовою міжкультурної комунікації. Міжкультурна компетентність формується завдяки адаптації до різних культурних середовищ та включає в себе здатність розуміти, приймати та адаптуватися до культурних відмінностей. Вона містить знання, навички, вміння та якості особистості, що є ключовими для ефективної взаємодії між представниками різних культурних груп. Недостатня міжкультурна компетентність може спричинити непорозуміння та конфлікти, що перешкоджають побудові гармонійних міжкультурних відносин. Важливими аспектами є гнучкість, стабільність, допитливість, відкритість та чутливість. Психологічні теорії, такі як соціальна теорія пізнання та когнітивна теорія особистості, допомагають розуміти вплив культурних факторів на формування міжкультурної компетентності. Вони підкреслюють важливість адаптації, емпатії та самосвідомості у міжкультурній взаємодії. Соціально-психологічні концепції також сприяють аналізу та розвитку стратегій міжкультурної комунікації, підкреслюючи значення системності, активності, адаптивності, самосвідомості та емпатії. Таким чином, міжкультурна компетентність є багатовимірним поняттям, що охоплює знання, навички та особистісні якості, необхідні для ефективної взаємодії в різних культурних контекстах. Її розвиток є важливим для подолання труднощів у міжкультурній комунікації та побудови гармонійних міжкультурних відносин.

2. В даній роботі встановлено, що ефективна міжкультурна комунікація можлива за умови розвинених психологічних та мовленнєвих навичок, але досліджувалися лише психологічні. Психологічні особливості сформованості міжкультурної комунікативної компетентності полягають у розвитку таких навичок, як емпатія, гнучкість мислення, культурна

компетенція, вміння вирішувати конфлікти, самоусвідомлення. Емпатія дозволяє розуміти та відчувати емоції співрозмовника, що є ключовим для встановлення довіри та розуміння в міжкультурному спілкуванні. Гнучкість мислення сприяє адаптації до різних культурних контекстів та знаходженню альтернативних рішень в ситуаціях непорозуміння. Культурна компетенція включає знання про різні культури, їхні цінності та традиції, що допомагає уникати стереотипів та етноцентризму. Вміння вирішувати конфлікти важливе для ефективного управління культурними розбіжностями та знаходження взаємовигідних рішень. Самоусвідомлення сприяє розумінню власних культурних упереджень і їх впливу на спілкування, що допомагає більш об'єктивно оцінювати ситуації..

3. Для проведення емпіричного дослідження було обрано наступні методики психологічної діагностики: методика дослідження соціальної адаптованості; «Особистісна готовність до змін»; «Дослідження суб'єктивного контролю»; Торонтський опитувальник емпатії; експрес-опитувальник «Індекс-толерантності». В дослідженні взяли участь 30 респондентів, що є студентами-мігрантами. Дослідження проводилося на базі кафедри психології та соціології СНУ ім. В. Даля за допомогою онлайн опитування.

4. Аналіз результатів дослідження свідчить про те, що більшість респондентів демонструють середній рівень розвитку ключових властивостей, необхідних для успішної міжкультурної комунікації. Зокрема, середній рівень соціальної адаптованості, який мають 53.33% учасників, вказує на їхню здатність ефективно взаємодіяти з оточуючими у різних соціальних ситуаціях. Високий рівень соціальної адаптованості, виявлений у 36.67% респондентів, свідчить про їхню відмінну здатність пристосовуватися до різноманітних соціальних умов, тоді як низький рівень адаптованості у 10% учасників може вказувати на труднощі у взаємодії з оточуючими та неспроможність ефективно адаптуватися. Серед ключових властивостей, важливих для міжкультурної комунікативної компетентності,

переважають середні рівні пристрасності, винахідливості, оптимізму, сміливості та підприємливості, адаптивності, впевненості та толерантності до двозначності. Це свідчить про достатню мотивацію, здатність до генерації нових ідей, позитивне ставлення до життя, ініціативність та впевненість у поведінці, здатність адаптуватися до змін та розуміння невизначеностей. Проте наявність значної кількості респондентів з низькими рівнями цих властивостей вказує на потенційні проблеми, такі як недостатня мотивація до міжкультурної взаємодії, складності в пошуку нових підходів, песимістичний погляд на життя, нерішучість у прийнятті рішень, труднощі з адаптацією та невпевненість у своїх силах. Дослідження також виявило, що більшість респондентів мають середній або високий рівень емпатії, що є позитивним фактором для успішної міжкультурної комунікації, оскільки здатність сприймати та розуміти емоції інших людей сприяє побудові ефективних взаємин. Високий рівень толерантності у деяких респондентів свідчить про їхню готовність приймати та розуміти різноманітні культурні контексти, тоді як низький рівень толерантності може ускладнювати міжкультурну взаємодію та спілкування.

Таким чином, більшість респондентів демонструють середній рівень розвитку ключових властивостей, необхідних для успішної міжкультурної комунікації, що дозволяє їм ефективно взаємодіяти з представниками різних культур. Водночас, наявність респондентів з низьким рівнем певних властивостей вказує на необхідність проведення додаткових заходів, спрямованих на підвищення рівня міжкультурної комунікативної компетентності. Розуміння цих факторів може бути корисним для розробки програм навчання та тренінгів, спрямованих на покращення комунікативних навичок та готовності до міжкультурної взаємодії у сучасному світі, де взаєморозуміння та прийняття різноманітності стають все більш важливими.

5. Розроблена розвивальна тренінгова програма, спрямована на формування міжкультурної комунікативної компетентності молоді в умовах міграції, містить практичні рекомендації для покращення взаєморозуміння

та адаптації в нових соціокультурних середовищах. Програма включає серію занять, орієнтованих на розвиток навичок емпатії, культурної чутливості, толерантності та ефективного спілкування. Запропоновані вправи та рольові ігри дозволяють учасникам практикувати міжкультурне спілкування, вивчати культурні відмінності та знаходити спільні рішення в конфліктних ситуаціях.

Таким чином, всі завдання кваліфікаційної роботи виконано, мету – досягнуто.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Ананьєва О. Мультикультуралізм і толерантність як соціально-філософські концепції соціокультурного простору : автореф. дис. ... докт. філос. наук : спец. 09.00.03 «Соціальна філософія та філософія історії». Одеса, 2016. 39 с.
2. Бурлакова І. А. Психологія професійного мислення, готовність до змін : навч.-метод. матеріал. Київ : Видавництво КРЦПК, 2022. 68 с.
3. Воронкова Н. Формування міжкультурної компетенції особистості в процесі навчання іноземної мови. *Наукові записки КДПУ*. 2012. № 104. С. 443–447.
4. Кайдалова Л. Г., Пляка Л. В. Психологія спілкування : навч. посіб. Харків : НФаУ, 2011. 132 с.
5. Козловець М. А. Феномен національної ідентичності : виклики глобалізації : монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. 558 с.
6. Косенко А. В. Роль міжособистісної атракції у спілкуванні. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. 2016. Т. 2. С. 165–167. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmgu_filol_2016_24\(2\)_49](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmgu_filol_2016_24(2)_49)
7. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ : Рад. шк., 1989. 608 с.
8. Максименко С. Д. Поняття особистості у психології. *Психологія і особистість*. 2016. № 1 (9). С. 11–17.
9. Максимов М. В. Міжкультурна комунікація в умовах мегаполісу. *Актуальні проблеми психології. Екологічна психологія*. 2015. Т. 7, вип. 39. С. 167–175.
10. Молодиченко В., Афанасьєва Л. Міжкультурна компетенція і компетентність у сучасній соціальній комунікації. *Versus : Формування стратегії міжнар. комунікації особистості уч. в онтогенезі : від методики до методології, м. Мелітополь*. 2018. С. 24–31.

11. Москальова А. С., Москальов М. В. Методи психодіагностики в навчально-виховному процесі. Київ : НАПН, 2014. 361 с.
12. Панов М. С. Соціально-психологічна адаптація особистості : дослідження феномену. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2019. Т. 3, № 3. С. 255–266.
13. Психологія спілкування : навч. посіб. / Л. О. Савенкова, В. В. Сгадова, Л. Л. Борисенко [та ін.] ; за заг. ред. Л. О. Савенкової. Київ : КНЕУ, 2015. 312 с.
14. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник / уклад.: М. В. Лемак, В. Ю. Петрище. 2-ге вид., виправл. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.
15. Саракун Л. Взаємовплив міграції і космополітизації у добу глобалізації. *Університетська кафедра*. 2017. № 6. С. 43–54.
16. Столяренко О. Б. Психологія особистості : навч. посіб. Київ : Центр учб. літ., 2012. 280 с.
17. Arasaratnam L. A. Intercultural communication competence. *Inter/Cultural communication: representation and construction of culture*. 1 Oliver's Yard, 55 City Road London EC1Y 1SP. P. 46–68. URL: <https://doi.org/10.4135/9781544304106.n3>
18. Arasaratnam L. A., Doerfel M. L. Intercultural communication competence : identifying key components from multicultural perspectives. *International journal of intercultural relations*. 2005. Vol. 29, no. 2. P. 137–163. URL: <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2004.04.001>
19. Bauman Z., Portera A. Education and Intercultural Identity : A Dialogue Between Zygmunt Bauman and Agostino Portera. Taylor & Francis Group, 2022.
20. Benessaieh A. Multiculturalism, interculturality, transculturality. *Amériques transculturelles - transcultural americas*. P. 11–38. URL: <https://doi.org/10.2307/j.ctt1ch78hd.4>

21. Berger P. L., Luckmann T. From the social construction of reality. *The new economic sociology*. 2021. P. 496–517. URL: <https://doi.org/10.2307/j.ctv1f886rp.22>
22. Bradford L., Allen M., Beisser K. R. Meta-analysis of intercultural communication competence research. *World Communication*. 2000. Vol. 29, no. 1. P. 28–51.
23. Braslauskas J. Developing intercultural competences and creativity: the foundation for successful intercultural communication. *Creativity studies*. 2021. Vol. 14, no. 1. P. 197–217. URL: <https://doi.org/10.3846/cs.2021.14583>.
24. Buffon D., Buffon. OEUVRES COMPLÈTES de BUFFON tome 2: époques de la nature. Independently Published, 2020.
25. Corsini R. Role playing in psychotherapy. Taylor & Francis Group, 2017. 223 p.
26. Cottrell S. Critical thinking skills. London : Macmillan Education UK, 2017. URL: <https://doi.org/10.1057/978-1-137-55052-1>
27. Deardorff D. K., Berardo K. Building cultural competence : innovative activities and models. Sterling, VA : Stylus Publishing, LLC, 2012. 388 p.
28. Deardorff D. K. Identification and Assessment of Intercultural Competence as a Student Outcome of Internationalization. *Journal of Studies in International Education*. 2006. Vol. 10, no. 3. P. 241–266. URL: <https://doi.org/10.1177/1028315306287002>
29. Deardorff D. K. Intercultural competence. *Developing intercultural competence and transformation*. New York, 2023. P. 32–52. URL: <https://doi.org/10.4324/9781003444169-4>
30. Deardorff D. K. Synthesizing conceptualizations of intercultural competence : a summary and emerging themes. *The SAGE handbook of intercultural competence*. 2455 Teller Road, Thousand Oaks California 91320, 2009. P. 264–270. URL: <https://doi.org/10.4135/9781071872987.n14> .

31. Genkova P. Experience abroad and its relation to intercultural competence and cross-cultural tolerance. *International journal of business and management*. 2016. Vol. 11, no. 5. P. 1. URL: <https://doi.org/10.5539/ijbm.v11n5p1>
32. Genkova P. Interkulturelle kommunikation aus psychologischer perspektive. *Handbuch Psychosoziale Prozessbegleitung*. 2022. P. 535–550. URL: <https://doi.org/10.2307/j.ctv2p7j6f6.36>
33. Ghasemi A. A., Ahmadian M. Research into intercultural communicative competence: a model test. *Journal of intercultural communication*. 2023. P. 75–87. URL: <https://doi.org/10.36923/jicc.v23i2.75>
34. Hand D. Playing the game. *Role-Playing games in psychotherapy*. Cham, 2023. P. 103–119.
35. Horney K. K. New ways in psychoanalysis. Taylor & Francis Group, 2014. 316 p.
36. Institute A. P. Psychodrama training tabella. Lulu Press, Inc., 2012.
37. Intercultural competence / ed. by A. Witte, T. Harden. Peter Lang UK, 2012. URL: <https://doi.org/10.3726/978-3-0353-0202-8>
38. Intercultural competence predicts intercultural effectiveness : test of an integrative framework / S. Schelfhout et al. *International journal of environmental research and public health*. 2022. Vol. 19, no. 8. P. 44-90. URL: <https://doi.org/10.3390/ijerph19084490>
39. Jandt F. E. Introduction to intercultural communication : identities in a global community. SAGE Publications, Incorporated, 2017. 504 p.
40. Kim Y. Intercultural Communication Competence : A Systems-Theoretic View. *Cross-cultural Interpersonal Communication*. Newsbury Park : Sage, 1991. P. 259-275.
41. Leung K., Ang S., Tan M. L. Intercultural competence. *Annual review of organizational psychology and organizational behavior*. 2014. Vol. 1, no. 1. P. 489–519. URL: <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-031413-091229>

42. Mečiar M. Immigrant identity, social adaptation and post-secular society in Europe. *New multicultural identities in Europe*. 2014. P. 73–94. URL: <https://doi.org/10.2307/j.ctt9qdzxj.6>
43. Mendes de Oliveira M. Failure in intercultural communication. *Routledge international handbook of failure*. London, 2023. P. 25–37. URL: <https://doi.org/10.4324/9780429355950-4>
44. Milhouse V. H. Intercultural communication education and training goals, content, and methods. *International journal of intercultural relations*. 1997. Vol. 20, no. 1. P. 69–95. URL: [https://doi.org/10.1016/0147-1767\(95\)00042-9](https://doi.org/10.1016/0147-1767(95)00042-9)
45. Muasya G., Ramos Salazar L. Sapir–Whorf hypothesis. 2455 Teller Road, Thousand Oaks California 91320 United States : SAGE Publications, Inc., 2023. URL: <https://doi.org/10.4135/9781071909027>
46. Nesterova M., Portera A., Milani M. Diversity and intercultural competence for sustainable community development. *Baltic journal of economic studies*. 2022. Vol. 8, no. 5. P. 127–138. URL: <https://doi.org/10.30525/2256-0742/2022-8-5-127-138>
47. Perruci G. Developing intercultural-communication competence. *Global leadership*. Abingdon, Oxon ; New York, NY : Routledge, 2019., 2018. P. 142–155. URL: <https://doi.org/10.4324/9781315161945-12>
48. Role-Playing / J. L. Davis et al. *Encyclopedia of psychotherapy*. 2002. P. 577–580.
49. The Toronto Empathy Questionnaire : scale development and initial validation of a factor-analytic solution to multiple empathy measures / R. N. Spreng et al. *Journal of personality assessment*. 2009. Vol. 91, no. 1. P. 62–71. URL: <https://doi.org/10.1080/00223890802484381>
50. Schauer G. A. Measuring intercultural competence. *The Routledge handbook of second language acquisition and language testing*. New York: Routledge, 2020. | Series: The Routledge handbooks in second language acquisition, 2020. P. 359–370. URL: <https://doi.org/10.4324/9781351034784-38>

51. Spitzberg B. H., Changnon G. Conceptualizing intercultural competence. *The SAGE handbook of intercultural competence*. 2455 Teller Road, Thousand Oaks California 91320, 2009. P. 2–52. URL: <https://doi.org/10.4135/9781071872987.n1>

52. Spitzberg B. H. (Re)Introducing communication competence to the health professions. *Journal of public health research*. 2013. Vol. 2, no. 3. P. 23. URL: <https://doi.org/10.4081/jphr.2013.e23>

53. Spencer-Oatey H., Franklin P. Assessing competence in intercultural interaction. *Intercultural interaction*. London, 2009. P. 173–198. URL: https://doi.org/10.1057/9780230244511_8

54. Vasylenko O. Intercultural competence : concepts, structure, principles and methods of development. *Освіта дорослих : теорія, досвід, перспективи*. 2022. Vol. 22, no. 2. P. 59–67. URL: [https://doi.org/10.35387/od.2\(22\).2022.59-67](https://doi.org/10.35387/od.2(22).2022.59-67)

55. Wilkinson K. *Psychotherapy training and practice*. Routledge, 2018. URL: <https://doi.org/10.4324/9780429479281>

56. Yuan X. Emotion in intercultural communication – A sociocultural model. *Studies in media and communication*. 2023. Vol. 11, no. 1. P. 104. URL: <https://doi.org/10.11114/smc.v11i1.5765>

ДОДАТКИ

Додаток А
Таблиця А.1

Методика дослідження соціальної адаптивності

Твердження	Так	Ні
1. Я часто відчуваю нудоту		
2. Працюючи, я втомлююся		
3. Я не можу зосередитися на чомусь одному		
4. Я хвилююся з будь-якої причини		
5. Коли я щось роблю, мої руки тремтять		
6. Я часто хвилююся		
7. Мені часто сняться страшні сни		
8. Я пітнію навіть у холодну погоду		
9. Я постійно відчуваю голод		
10. Мене часто непокоїть шлунок		
11. Іноді через хвилювання не можу спати		
12. Мене легко вивести з рівноваги		
13. Я більш чутливий, ніж інші		
14. Я часто через щось хвилююся		
15. Дуже прикро, що я не такий щасливий, як інші		
16. Я легко можу заплакати		
17. Коли мені доводиться чекати, це мене дратує		
18. Іноколи я відчуваюся таким метушливим, що не можу всидіти на одному місці		
19. Я боюся труднощів		
20. Іноді я відчуваю свою непотрібність		
21. Я сором'язлива людина		
22. Я думаю, що для мене в усьому багато труднощів		
23. Я завжди напружений		
24. Іноді я відчуваюся розбитим		
25. Я уникаю труднощів		

Додаток Б

Таблиця Б.1

Опитувальник «Особистісна готовність до змін»

№	Питання	+/-
1	Я віддаю більшу перевагу звичному, а не невідомому.	
2	Я рідко «відміряю сім разів».	
3	Я не з тих, хто змінює свої плани.	
4	Не можу дочекатися початку дня, щоб можна було взятися за справу.	
5	Я вважаю, що нікому не варто давати занадто багато надій.	
6	Якщо щось не працює, я знайду спосіб це виправити.	
7	Мене дратує відсутність ясних і чітких відповідей.	
8	Я схильюся до того, щоб мати «звичний порядок справ» і дотримуватися його.	
9	Я можу зробити так, що будь-яка ситуація буде працювати на мене.	
10	Мені потрібен якийсь час, щоб звикнути з тим, що щось не виходить.	
11	Мені важко розслабитися і нічого не робити.	
12	Якщо є ймовірність, що щось може не вийти, то воно певно й не вийде.	
13	Коли я відчуваю, що «застряю» з вирішенням якогось питання, я віддаю перевагу імпровізації в пошуках виходу з ситуації.	
14	Я відчуваю себе розгублено, коли не вловлюю суті того, що відбувається.	
15	Я віддаю перевагу знайомій області діяльності, в якій відчуваю себе комфортно.	
16	Я впораюся з усім, що на мене чекає.	
17	Якщо я щось твердо вирішив/ла, поміняти це рішення мені буде нелегко.	
18	Я прагну працювати в повну силу.	
19	Я зазвичай зосереджуюся на тому, що може не вийти.	
20	Коли люди намагаються знайти вихід із ситуації, вони приходять до мене за порадою.	
21	Якщо результат справи неясний, я прагну все прояснити негайно.	
22	Варто дотримуватися перевіреного і надійного.	
23	Я зосереджуюся на своїх перевагах, а не на недоліках.	
24	Мені важко здатися, навіть якщо щось зовсім не виходить.	
25	Я зараз не відчуваю втоми і повний/на енергії.	

Продовження Додатку Б

Продовж. табл. Б.1

26	Рідко все виходить так, як мені хотілося б.	
27	Сильна сторона моєї особистості – це вміння долати труднощі.	
28	Терпіти не можу залишати справу незавершеною.	
29	Я прагну йти головним, а не другорядним шляхом.	
30	Моя віра у власні сили непохитна.	
31	Зі своїм уставом у чужий монастир не ходи!	
32	Я пристрасний/на і рішучий/ча.	
33	Я схильний/на бачити проблеми, а не можливості їх вирішення.	
34	Я звертаюся до незвичайних джерел для вирішення проблем.	
35	Я дію непродуктивно, якщо цілі, і очікування невизначені.	

Для шкал, до складу яких входять прямі твердження, кожній відповіді присвоюється бал від 1 до 6 (1 бал – «ні», 6 балів – «так»). Для шкал із зворотними твердженнями бали присвоюються в дзеркальному порядку від 6 до 1 (6 балів – «ні», 1 бал – «так»). Для отримання результату необхідно підрахувати кількість балів по кожній з семи шкал за ключем:

1. Пристрасність (прямі твердження): 4, 11, 18, 25, 32.
2. Винахідливість (прямі твердження): 6, 13, 20, 27, 34.
3. Оптимізм (зворотні твердження): 5, 12, 19, 26; 33.
4. Сміливість, підприємливість (зворотні твердження): 1, 8, 15, 22; 29.
5. Адаптивність (зворотні твердження): 3, 10, 17, 24, 31.
6. Впевненість (прямі твердження): 2, 9, 16, 23, 30.
7. Толерантність до двозначності (зворотні твердження): 7, 14, 21, 28,

35.

Додаток В

Таблиця В.1

Опитувальник «Дослідження суб'єктивного контролю»

№	Питання	+/-
1	Просування по службових сходинках більше залежить від сприятливого збігу обставин, ніж від здібностей людини.	
2	Більшість розлучень виникає тому, що люди не захотіли пристосовуватись один до одного.	
3	Хвороба — справа випадку: якщо маєш захворіти, то вже нічим не зарадиш..	
4	Люди стають самотніми тому, що самі не виявляють інтересу і дружнього ставлення до оточуючих.	
5	Здійснення моїх бажань часто залежить від удачі.	
6	Даремно докладати зусиль для того, щоб завойовувати симпатії інших людей.	
7	Зовнішні обставини (батьки, добробут) впливають на сімейне щастя не менше, ніж стосунки подружжя.	
8	Я часто відчуваю, що мало впливаю на те, що відбувається зі мною.	
9	Як правило, керівництво виявляється більш ефективним, коли повністю контролюють дії підлеглих, а не покладаються на їхню самостійність.	
10	Мої оцінки в школі часто залежали від випадкових обставин (наприклад, від настрою вчителя), а не від моїх власних зусиль.	
11	Коли я планую, то здебільшого вірю, що зможу здійснити свої плани.	
12	Те, що багатьом людям здається успіхом чи удачею, насправді є результатом тривалих цілеспрямованих зусиль.	
13	Думаю, що правильний спосіб життя може більше допомогти здоров'ю, ніж лікарі та ліки.	
14	Якщо люди не підходять один одному, то як би вони не намагалися налагодити сімейне життя, вони все одно не зможуть цього зробити.	
15	Те добре, що я роблю, звичайно буває гідно оцінене іншими.	
16	Діти виростають такими, якими їх виховують батьки.	
17	Думаю, що випадок чи доля не відіграють великої ролі в моєму житті.	
18	Я намагаюся не планувати наперед, тому що багато залежить від того, як складуться обставини.	
19	Мої оцінки в школі залежали переважно від моїх зусиль і від ступеня підготовки.	

Продовження Додатку В

Продовж. табл. В.1

20	У сімейних конфліктах я частіше відчуваю провину за собою, ніж за протилежною стороною.	
21	Життя більшості людей залежить від збігу обставин.	
22	Я надаю перевагу такому керівництву, при якому можна самостійно визначати, що і як робити.	
23	Думаю, що мій спосіб життя ні в якій мірі не є причиною моїх хвороб.	
24	Як правило, саме невдалий збіг обставин заважає людям домогтися успіху в своїх справах.	
25	Врешті-решт, за погане керівництво установою відповідають самі люди, які в ній працюють.	
26	Я часто відчуваю, що нічого не можу змінити в стосунках, які склалися в сім'ї.	
27	Якщо я дуже захочу, то зможу привернути до себе будь-кого.	
28	На підростаюче покоління впливає так багато всіляких обставин, що зусилля батьків у вихованні часто виявляються нерезультативними.	
29	Те, що зі мною трапляється, — це справа моїх власних рук.	
30	Важко буває зрозуміти, чому керівники діють так, а не інакше.	
31	Людина, яка не змогла досягти успіху у своїй роботі, швидше всього, не доклала достатньо зусиль для цього.	
32	Частіше за все я можу домогтися від членів моєї сім'ї того, що я захочу.	
33	У неприємностях і невдачах, які траплялися в моєму житті більше були винні інші люди, ніж я.	
34	Дитину завжди можна вберегти від застуди, якщо за нею доглядати і правильно одягати.	
35	У складних обставинах я вважаю за краще зачекати, поки проблема розв'яжеться сама по собі.	
36	Успіх - це результат наполегливої праці, і він мало залежить від випадку чи від удачі.	
37	Я відчуваю, що від мене більше, ніж від інших, залежить щастя моєї сім'ї.	
38	Мені завжди було важко зрозуміти, чому я подобаюсь одним людям і не подобаюсь іншим.	
39	Я завжди надаю перевагу прийняттю рішень і самостійним діям, а не сподіваюся на допомогу інших людей чи на долю.	
40	На жаль, заслуги людини часто залишаються невизнаними, незважаючи на всі її намагання.	

Продовження Додатку В

Продовж. табл. В.1

41	У сімейному житті бувають такі ситуації, які неможливо змінити навіть з найбільшим бажанням.	
42	Здібні люди, які не зуміли реалізувати свої можливості, мають звинувачувати в цьому тільки самих себе.	
43	Багато моїх успіхів були можливі тільки завдяки допомозі інших людей.	
44	Більшість невдач у моєму житті були від невміння, від незнання або від лінощів і мало залежали від удачі чи від невдачі.	

Таблиця В.2

Ключ

Відповідь	Номери запитань
+ (згоден)	2, 4, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 19, 20, 22, 25, 27, 29, 31, 32, 34, 36, 37, 39, 42, 44
– (не згоден)	1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 14, 18, 21, 23, 24, 26, 28, 30, 33, 35, 38, 40, 41, 43

Отриманий у процесі обробки результатів показник локусу контролю (*Io*) розшифровується так:

Таблиця В.3

Величина <i>Io</i>	Локус контролю
0–21	— Екстернальний
22–44	— Інтернальний

Для певного рівня локусу контролю користуються такими межами шкали інтернальності:

Таблиця В.4

Показник інтернальності (<i>Io</i>)	Рівень локусу контролю
0—11	Низький рівень
12—32	Середній рівень
33—44	Високий рівень

Додаток Г
Таблиця Г.1

Торонтський опитувальник

№	Питання	Твердження не підходить (0)/ підходить (4)
1	1. Коли хтось поруч відчуває радість, я теж починаю радіти.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
2	2. Чужі негаразди мене не дуже турбують.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
3	3. Мене засмучує, коли я бачу, що до когось ставляться зневажливо.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
4	4. Коли хтось із моїх близьких щасливий, я залишаюся спокійним.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
5	5. Мені подобається приносити радість іншим людям.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
6	6. Я маю чуйне, небайдуже ставлення до людей, яким пощастило менше, ніж мені.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
7	7. Коли друг починає говорити про свої проблеми, я намагаюся перевести тему розмови в інше русло.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
8	8. Я бачу, коли людям сумно, навіть якщо вони про це не говорять.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
9	9. Я відчуваю, що знаходжуся «на одній хвилині» з настроєм інших людей.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
10	10. Я не відчуваю симпатії до людей, які самі винні у своїх важких хворобах.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
11	11. Мене дратує, коли хтось плаче.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
12	12. Мене насправді не дуже цікавить, що відчувають інші люди.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
13	13. Я відчуваю сильне бажання допомогти, коли бачу людину, яка відчувається засмученою.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
14	14. Коли я бачу, що з кимось поводяться несправедливо, я не відчуваю до нього великого жалю.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
15	15. Я вважаю безглуздя, коли люди плачуть від щастя.	0 – 1 – 2 – 3 – 4
16	16. Коли я бачу, що когось скривдили, я відчуваю себе ніби захисником цієї людини.	0 – 1 – 2 – 3 – 4

Ключ: Позитивно сформульовані питання: 1, 3, 5, 6, 8, 9, 13, 16.

Негативно сформульовані питання оцінюються навпаки: 2, 4, 7, 10, 11, 12, 14, 15.

Додаток Д
Таблиця Д.1

Експрес-опитувальник «Індекс толерантності»

	№	Твердження	<i>Абсолютно не згоден</i>	<i>Не згоден</i>	<i>Скоріше не згоден</i>	<i>Скоріше згоден</i>	<i>Погоджуюсь</i>	<i>Повністю погоджуюсь</i>
I.	1.	В змішаних подружжях зазвичай більше проблем, ніж в парах між людьми однієї національності.	6	5	4	3	2	1
	2.	До (представників будь-якої нації, які вам не симпатизують) буду відноситись краще, якщо вони поміняють свою поведінку.	6	5	4	3	2	1
	3.	Це нормально, вважати, що свій народ є кращим, аніж інші народи.	6	5	4	3	2	1
	4.	Я готовий прийняти в якості члена своєї сім'ї людину будь-якої національності.	1	2	3	4	5	6
	5.	Я хочу, щоб серед моїх друзів були люди різних національностей.	1	2	3	4	5	6
	6.	До деяких націй та народів важко добре відноситись.	6	5	4	3	2	1
	7.	Я можу уявити чорношкіру людину своїм близьким другом.	1	2	3	4	5	6

Продовження Додатку Д

Продовж. табл. Д.1

		Результат :						
II.	8.	У ЗМІ може бути представлена будь-яка думка.	1	2	3	4	5	6
	9.	Бідні та безпритульні самі винні у своїх проблемах.	6	5	4	3	2	1
	10.	З неохайними людьми неприємно спілкуватися.	6	5	4	3	2	1
	11.	Всіх психічно хворих людей потрібно ізолювати від суспільства.	6	5	4	3	2	1
	12.	Біженцям потрібно помагати не більше, ніж всім іншим, так як у місцевих проблем не менше.	6	5	4	3	2	1
	13.	Для того, щоб навести лад у країні потрібна «сильна рука».	6	5	4	3	2	1
	14.	Туристи повинні мати ті ж самі права, що і місцеві мешканці.	1	2	3	4	5	6
	15.	Будь-які релігійні течії мають право на існування.	1	2	3	4	5	6
			Результат :					
	16.	Якщо друг зрадив, то потрібно йому помститися.	1	2	3	4	5	6
	17.	В суперечці може бути правильна лише одна точка зору.	6	5	4	3	2	1
	18.	Навіть якщо у мене є своя точка зору, я завжди готовий вислухати і інші думки.	1	2	3	4	5	6

Продовження Додатку Д

Продовж. табл. Д.1

19.	Якщо хтось вчиняє зі мною грубо, я відповідаю тим самим.	6	5	4	3	2	1
20.	Людина, яка думає не так як я дратує мене.	6	5	4	3	2	1
21.	Мені діє на нерви безпорядок.	6	5	4	3	2	1
22.	Я хотів би стати більш терпимою людиною, по відношенню до інших.	1	2	3	4	5	6
Результат :							
Загальний результат :							

Додаток Ж

Таблиця Ж.1

Відповіді респондентів до опитувальника соціальної адаптованості

Респондент/ Питання	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	
1	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Так	
2	Ні	Так	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Так	
3	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Так	Так	Так	
4	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	
5	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	
6	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	
7	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Так	Так	Так	Ні	Так	Так	Ні	Так	Так	Ні	
8	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Так	
9	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	
10	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Так	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	
11	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так
12	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Так	Так	Ні	Так	Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Так	Так	Ні	Так	Ні	
13	Ні	Так	Ні	Так	Так	Так	Ні	Так	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Так	Ні	Так	Так	Ні	Так	Ні	Так	Так	
14	Ні	Ні	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Ні	
15	Ні	Так	Так	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Так	Так	Ні	Так	
16	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні
17	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	
18	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні
19	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Так	Ні
20	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	
21	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	
22	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Так	
23	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні
24	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Так	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні
25	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Так	
26	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні
27	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Так	Ні	
28	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	
29	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	
30	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні

Додаток 3
Таблиця 3.1

**Відповіді респондентів до методики «Особистісна готовність до
змін»**

№питання/№ респондента	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	
1	5	3	2	4	4	4	4	5	2	3	2	3	5	5	5	4	4	3	4	3	4	3	4	2	2	2	3	4	2	4	4	3	3	2	4	
2	5	1	1	1	6	4	6	1	5	4	1	5	1	6	6	2	5	3	5	4	1	4	2	2	1	5	6	2	3	1	6	4	2	1	1	
3	4	3	2	4	2	3	5	2	5	2	2	3	2	5	3	5	6	5	3	2	2	4	2	2	3	3	3	3	4	4	4	2	5	4	3	
4	2	3	2	3	4	5	6	3	4	3	3	3	5	4	2	6	5	5	5	5	4	4	4	4	6	5	3	5	5	5	5	5	2	5	5	
5	2	2	2	3	2	3	2	2	5	4	2	2	5	3	2	4	2	5	4	3	4	3	4	5	2	5	2	3	2	5	4	5	2	4	2	
6	2	5	2	3	4	6	5	2	5	6	6	1	4	6	3	6	6	4	5	5	6	3	5	6	5	2	5	4	3	6	4	6	2	4	3	
7	3	1	5	4	3	1	1	2	3	2	1	3	2	2	2	3	6	2	4	2	1	2	2	3	6	2	3	2	1	2	4	2	4	2	2	
8	4	4	4	2	5	2	4	2	4	4	5	2	3	5	1	6	6	5	1	2	2	3	1	4	2	4	2	4	5	4	3	4	5	2	4	
9	4	5	4	5	2	2	3	3	4	5	2	4	2	4	2	3	5	4	3	4	2	5	3	2	4	2	4	6	6	2	4	2	2	2	4	
10	4	2	4	3	4	3	5	2	4	2	3	5	2	3	4	3	4	5	5	2	5	3	2	6	3	3	4	4	2	5	3	2	5	4	2	
11	4	5	2	4	3	4	2	5	2	3	4	3	2	2	4	3	4	4	5	4	2	4	3	4	4	2	5	3	5	3	2	5	4	2	5	
12	4	3	5	2	4	2	5	4	2	4	5	2	5	4	4	4	2	5	3	5	5	3	2	3	4	5	2	3	3	4	3	4	2	4	4	
13	4	2	5	3	2	4	4	2	3	2	5	3	4	2	4	2	3	5	4	3	3	2	5	3	2	4	2	3	4	3	3	4	2	5	4	
14	4	3	2	4	2	4	3	5	4	5	2	5	2	6	3	3	2	3	2	4	2	3	3	1	2	3	4	4	4	4	2	4	4	3	3	
15	3	4	5	2	4	3	5	2	4	4	5	2	5	4	5	4	4	3	5	2	3	3	4	4	2	5	2	4	3	4	4	2	5	3	4	
16	4	2	4	3	3	4	4	2	3	4	5	5	2	4	4	2	5	3	4	3	4	4	4	2	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	2	4
17	5	2	4	4	2	4	2	4	3	3	4	4	2	4	3	4	3	5	3	3	2	6	3	3	5	2	5	3	2	4	3	2	4	2	3	
18	3	4	5	2	3	4	2	4	2	6	4	5	2	5	4	5	4	5	4	3	5	2	4	5	4	4	2	3	4	4	4	2	5	4	3	
19	4	3	5	4	3	4	4	5	2	4	4	5	3	4	2	4	2	4	3	4	3	2	5	3	5	3	5	3	4	5	3	5	3	2	3	
20	5	3	4	5	5	4	4	5	3	2	3	4	5	3	5	4	6	4	4	4	3	3	4	3	5	3	4	4	3	4	4	3	5	3	5	
21	4	3	4	2	4	3	2	4	5	5	2	4	3	2	5	5	2	4	3	3	2	5	4	4	4	2	4	4	5	2	4	2	4	2	2	
22	4	5	3	4	4	2	4	3	5	3	3	4	3	2	2	5	2	3	4	2	5	2	4	2	5	2	3	4	2	4	2	2	3	2	4	
23	5	4	5	4	5	3	2	5	5	2	4	3	5	3	5	4	4	4	3	5	4	5	3	5	3	5	4	4	2	4	4	5	5	4	4	
24	4	3	5	3	5	2	5	2	5	3	5	5	3	4	2	4	2	4	3	5	3	5	2	4	3	5	3	4	2	4	3	4	4	2	5	
25	5	2	5	3	2	5	4	2	4	3	4	2	4	4	2	4	2	4	1	5	2	3	2	2	4	2	4	5	3	2	4	5	2	4	4	
26	4	3	4	2	5	5	4	3	3	3	2	1	4	2	1	5	3	5	2	2	3	3	4	3	4	2	4	2	4	5	4	4	3	3	2	
27	4	3	2	4	2	3	5	2	4	4	3	5	2	4	4	3	2	4	2	4	2	4	2	3	4	3	2	3	4	5	3	2	4	3	3	
28	4	2	4	2	4	5	2	5	4	2	4	4	3	5	4	5	2	4	5	3	5	2	5	2	5	6	3	4	4	3	4	3	4	3	3	
29	5	4	5	2	4	3	4	3	2	5	2	4	2	3	4	3	4	5	2	4	3	4	2	3	4	5	4	2	4	4	3	5	3	5	4	
30	4	2	2	4	3	5	3	5	4	5	2	4	4	5	5	5	5	5	2	4	4	3	4	2	5	2	4	4	6	5	3	4	5	2	5	

Продовження Додатку К

Продовж. табл. К.1

27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14
Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так
Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Так
Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Так
Так	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Так	Ні	Так	Ні	Ні
Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так
Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	так	так	Ні	Так	Ні
Ні	Ні	Ні	Ні	так	Ні	так	Ні	так	так	так	так	Ні	так
Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні
Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Так	Так
Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Ні
Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Так	Так	Ні
Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Так
Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Так	Так	Ні
Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Так	Так	Ні
Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Так	Так	Ні
Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Так	Так	Ні	Так	Так	Ні
Так	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Так
Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Так
Ні	так	так	Ні	так	Ні	Ні	так	так	Ні	Ні	так	так	так
Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Так	Так	Так	Ні	Ні	Ні
Ні	Так	Так	Ні	Так	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Так

Продовження Додатку К
Продовж. табл. К.1

	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	№/	30	29	28
Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Ні	Так	23	Ні	Ні	Так
Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	24	Ні	Ні	Так
Так	Ні	Так	Так	Так	Ні	Ні	Так	Так	Так	Ні	Ні	25	Ні	Так	Так
Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Так	Так	26	Так	Ні	Так
Так	Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Так	27	Так	Так	Так
Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Так	28	Так	Так	Так
Так	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Так	Ні	Так	Так	Так	Так	29	так	Ні	Ні
Ні	Ні	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Ні	Так	Так	Так	30	Ні	Так	Так
Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	31	Ні	Так	Ні
Ні	Ні	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Так	Так	Ні	Ні	32	Ні	Ні	Так
Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	33	Так	Так	Так
Ні	Ні	Так	Так	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	34	Так	Ні	Ні
Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Так	Так	35	Так	Так	Ні
Так	Ні	Так	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Так	36	Так	Ні	Ні
Так	Ні	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Так	Так	Ні	Ні	37	Так	Так	Так
Ні	Ні	Так	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Так	38	Ні	Ні	Ні
Так	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Ні	39	Так	Так	Так
Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Так	Так	Ні	Ні	Так	Так	40	Ні	Ні	Ні
Так	Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Так	41	Так	Ні	Так
Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Так	Так	Ні	Так	42	Ні	так	Ні
Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Так	43	Так	Ні	Так
Так	Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Так	Так	Ні	44	Так	Так	Так

Продовження Додатку К

Продовж. табл. К.1

30	29	28	27	26
Hi	Hi	Hi	Hi	Так
Hi	Так	Так	Hi	Hi
Hi	Hi	Hi	Так	Так
Hi	Так	Так	Так	Hi
Так	Hi	Hi	Так	Так
Hi	Так	Hi	Hi	Hi
Hi	Hi	Так	Hi	Так
Hi	Hi	Hi	Hi	Hi
Так	Так	Так	Hi	Hi
Так	Hi	Hi	Так	Так
Hi	Так	Hi	Так	Hi
Hi	Hi	Hi	Так	Hi
Hi	Так	Так	Так	Hi
Так	Hi	Hi	Hi	Так
Так	Hi	Hi	Hi	Так
Hi	Так	Hi	Так	Hi
Так	Так	Hi	Так	Так
Hi	Hi	Так	Так	Так
Так	Так	Hi	Hi	Так
Так	Hi	Hi	Hi	Hi
Так	Hi	Так	Так	Hi
Так	Hi	Hi	Так	Так

Додаток Л
Таблиця Л.1

Відповіді респондентів до Торонтського опитувальника

№Респондента/ №питання	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	3	2	2	2	3	2	1	3	3	3	2	1	2	1	1	3
2	2	1	1	4	2	1	0	2	2	0	1	1	2	1	0	1
3	3	3	2	3	3	1	2	4	2	0	1	2	1	2	3	0
4	1	2	3	2	3	2	1	3	1	2	1	1	3	2	0	1
5	2	1	1	2	3	3	3	1	3	1	2	1	1	3	1	3
6	3	1	4	3	4	2	0	2	1	0	0	0	2	0	0	3
7	3	3	2	1	4	2	0	4	3	2	1	2	2	1	0	2
8	3	2	4	1	4	3	0	1	1	2	0	1	1	1	1	2
9	2	3	3	1	3	2	1	1	2	1	3	2	1	3	3	3
10	2	3	1	2	1	3	0	4	1	2	3	1	3	1	2	4
11	3	1	2	3	1	3	1	3	2	1	3	1	1	2	3	3
12	2	3	1	2	1	3	1	3	2	1	3	2	1	3	3	1
13	3	1	2	2	1	1	1	4	1	2	1	3	1	3	1	3
14	3	3	1	3	2	1	3	1	4	3	1	2	1	3	1	2
15	3	1	2	3	1	3	2	1	4	1	2	3	1	3	2	1
16	2	3	3	0	3	3	3	3	1	4	2	1	2	3	3	1
17	2	2	2	2	3	3	1	0	3	2	3	1	2	0	3	2
18	2	3	1	3	1	2	2	1	3	2	2	3	1	1	3	2
19	3	2	1	3	1	3	0	3	2	3	1	4	1	1	2	2
20	2	2	4	1	3	3	1	2	3	2	1	1	3	2	0	3
21	2	1	3	1	3	1	3	2	1	2	1	3	1	1	1	3
22	3	1	2	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3
23	3	1	3	2	1	3	1	3	2	3	1	2	2	1	3	1
24	3	1	2	3	3	1	2	3	2	3	2	1	3	1	3	2
25	3	1	3	2	3	3	1	3	3	1	3	2	3	3	3	3
26	3	3	1	1	3	2	0	4	2	1	1	3	1	1	1	1
27	3	1	2	3	2	1	2	1	3	3	1	2	2	1	3	1
28	3	1	3	1	2	1	3	1	3	1	3	3	1	3	1	2
29	2	3	3	2	3	3	1	3	3	1	1	1	3	3	1	3
30	3	1	3	2	4	3	0	4	3	1	0	0	2	1	0	3

Додаток М

Таблиця М.1

**Відповіді респондентів до експрес-опитувальника «Індекс
толерантності»**

№Респондента/ №питання	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
1	2	4	4	3	3	3	3	4	4	5	3	2	2	2	4	2	2	5	4	3	4	4
2	2	3	1	6	6	1	6	6	2	2	1	1	4	6	6	1	1	6	4	2	1	1
3	3	4	5	5	3	4	3	4	2	3	2	3	4	3	4	5	5	3	5	5	2	4
4	3	3	4	5	5	2	6	3	4	3	3	5	3	2	6	2	3	5	3	3	3	5
5	3	2	4	4	2	5	2	4	2	3	2	4	2	3	4	2	4	2	4	4	3	3
6	1	1	1	6	6	1	6	3	2	5	1	3	1	4	3	1	1	4	4	3	4	5
7	3	4	4	3	3	6	4	4	2	2	2	3	4	4	5	2	2	5	3	2	6	4
8	4	2	3	3	4	5	3	5	2	5	2	3	4	2	4	2	4	4	2	4	2	5
9	5	3	5	4	3	4	2	5	2	4	2	2	3	4	2	2	2	3	3	3	4	4
10	2	4	4	2	4	2	4	2	4	5	2	4	2	5	4	6	2	4	2	3	4	4
11	3	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	3	3	4	2	5	3	4	2
12	3	4	2	5	4	3	5	4	2	1	3	1	3	3	3	2	3	2	5	2	2	2
13	2	4	5	2	2	2	3	4	5	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	5	4	4
14	4	4	4	5	2	5	2	4	2	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	3	5	5
15	5	3	5	4	2	6	3	2	5	6	5	2	4	3	3	3	1	4	2	3	4	1
16	4	5	2	4	5	5	2	5	3	4	3	4	4	4	5	1	5	5	3	4	3	6
17	4	2	4	3	4	5	5	4	5	5	3	4	3	4	3	2	3	2	3	2	4	2
18	5	4	3	4	4	4	2	5	5	3	5	3	4	5	2	5	4	2	4	2	5	2
19	5	4	4	5	5	4	4	3	2	4	3	4	3	5	4	4	4	3	5	5	4	5
20	3	3	4	5	2	5	3	4	4	2	4	4	2	5	3	3	5	2	3	5	4	5
21	4	4	4	2	5	5	4	5	2	3	2	4	2	4	3	4	2	4	4	4	3	4
22	5	4	3	3	2	3	5	5	3	4	3	4	2	4	2	2	4	5	2	5	2	5
23	4	3	2	5	3	5	3	2	3	3	2	4	3	3	4	4	2	4	4	4	5	4
24	4	3	4	4	3	3	4	3	5	4	2	5	4	2	4	3	4	3	5	2	4	3
25	4	2	4	2	3	3	2	2	3	4	5	2	4	4	3	4	4	3	4	5	3	4
26	3	3	2	4	3	3	3	2	4	4	3	3	4	2	3	3	2	4	5	3	3	2
27	5	2	4	3	5	2	3	5	2	4	3	2	4	2	4	3	3	3	4	4	4	3
28	2	3	2	4	3	3	3	4	3	3	2	4	2	3	3	3	3	4	2	3	4	5
29	4	4	2	5	3	5	2	5	3	4	5	2	4	4	3	3	5	4	1	2	2	4
30	1	5	3	4	5	4	6	5	4	6	2	2	2	3	5	1	2	6	2	2	5	4

ДОДАТОК Н
Таблиця Н.1

Список респондентів

№	ПІБ	ВІК	КРАЇНА	ЗНАННЯ МОВИ
1	Олеся М.	32	Польща	Українська, польська
2	Валерія С.	22	Велика Британія	Українська, англійська
3	Катерина З.	23	Польща	Українська, польська
4	Богдан Б.	25	Польща	Українська, польська
5	Михайло С.	28	Казахстан	Українська, англійська
6	Ксенія Д.	26	Польща	Українська, англійська
7	Микола Г.	18	Польща	Українська, польська
8	Інна П.	30	Польща	Українська, польська
9	Зоя К.	21	Польща	Українська, польська, англійська
10	Марія Б	21	Польща	Українська, польська
11	Христина П.	22	Польща	Українська, польська, англійська
12	Марія Д.	24	Польща	Українська, польська
13	Віталій М.	27	Польща	Українська, польська
14	Антон	25	Чехія	Українська, англійська
15	Олександр К.	24	Польща	Українська, англійська
16	Віталій І.	24	Польща	Українська, польська
17	Василь І	25	Польща	Українська, польська
18	Валерія У.	22	Польща	Українська, польська
19	Тетяна С.	22	Польща	Українська, польська
20	Анна Л.	24	Польща	Українська, польська
21	Ульяна Д	21	Польща	Українська, англійська
22	Владислава К.	24	Польща	Українська, польська
23	Артур Л	25	Польща	Українська, англійська
24	Володимир	24	Польща	Українська, польська, англійська
25	Євген В	24	Польща	Українська, польська
26	Валентина Б.	23	Німеччина	Українська, англійська
27	Анастасія Д	25	Польща	Українська, польська
28	Руслана К.	26	Польща	Українська, польська
29	Олена І.	25	Польща	Українська, польська
30	Анна Л.	23	Польща	Українська, англійська