

Міністерство внутрішніх справ України  
Львівський державний університет внутрішніх справ  
Інститут управління, психології та безпеки  
Кафедра теоретичної психології

## **ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ КЛІЄНТАМ З ПОЧУТТЯМ ПРОВИНИ**

### **Кваліфікаційна робота**

здобувача вищої освіти

другого рівня

за спеціальністю 053 Психологія

**Надії БОЯНЕЦЬКОЇ**

### **Науковий керівник:**

доцент кафедри

теоретичної психології, доцент,

кандидат психологічних наук

**Наталія КАРПЕНКО**

### **Рецензент:**

завідувач кафедри

практичної психології,

кандидат психологічних наук

**Галина ОДИНЦОВА**

**Кваліфікаційна робота допущена до захисту**

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022 р., протокол № \_\_\_\_

Завідувач кафедри теоретичної психології

доктор психологічних наук, професор

\_\_\_\_\_ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

## ЗМІСТ

|  |           |
|--|-----------|
| <b>ВСТУП.....</b>  | <b>3</b>  |
| <b>РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНА БАЗА ПСИХОЛОГІЇ ПОЧУТТЯ<br/>ПРОВИНИ ОСОБИСТОСТІ ТА НАДАННЯ ЇЙ<br/>ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ.....</b>  | <b>7</b>  |
| 1.1. Аналіз психологічної теорії щодо особливостей почуття<br>провини особистості.....   | 7         |
| 1.2. Теоретичні основи психологічної допомоги клієнтам з<br>надмірним почуттям провини.....  | 26        |
| <b>РОЗДІЛ II. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-КОНСТАТУЮЧЕ<br/>ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ<br/>ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ В ОСОБИСТОСТІ.....</b>   | <b>39</b> |
| 2.1. Обґрунтування методів емпіричного дослідження та<br>характеристика його вибірки.....  | 40        |
| 2.2. Констатуюче експериментальне дослідження рівня почуття<br>провини та супутніх особистісно-психологічних явищ.....   | 54        |
| 2.3. Обчислення математичними методами даних констатуючого<br>етапу дослідження та інтерпретація отриманих результатів.....  | 60        |
| <b>РОЗДІЛ III. ФОРМУЮЧИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ З<br/>ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЗАСТОСУВАННЯ<br/>ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПРИ НАДМІРНИХ<br/>ПЕРЕЖИВАННЯХ КЛІЄНТОМ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ.....</b> | <b>70</b> |
| 3.1. Критичний аналіз психокорекційних підходів до роботи з<br>клієнтом з загостреним почуттям провини.....  | 70        |
| 3.2. Визначення особливостей надання психологічної допомоги<br>клієнту з почуттям провини.....   | 77        |
| <b>ВИСНОВКИ.....</b>   | <b>84</b> |
| <b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>   | <b>89</b> |
| <b>ДОДАТКИ.....</b>  | <b>95</b> |

## ВСТУП

**Актуальність.** Дослідження пов'язане з тим, що провина є складним й суперечливим емоційним переживанням, що спричинило величезний вплив на формування сучасної гуманістичної моралі. Будучи моральною емоцією «вищого порядку», вина є індикатором присвоєння моральних норм і правил, впливає на їх дотримання.

Дослідники даного феномену часто дотримуються протилежних тенденцій у поглядах на роль і функції даного явища. І вітчизняні та зарубіжні психологи вважають, що воно може здійснювати як позитивний, так і негативний вплив на життя і здоров'я людини. І цей висновок підтверджують наукові дослідження. Досить довго це почуття не входило у зону уваги теоретиків і практиків медицини, психотерапії і психології. У руслі психоаналізу, розглядався лише деструктивний аспект провини (З. Фрейд та ін.). Пізніші дослідження представлені в руслі робіт філософів-екзистенціалістів (С. Кьєркегор, М. Хайдеггер та ін.) та екзистенційно-гуманістичної психології (Дж.Бьюдженталь, Р. Мей, І. Ялом і ін.). В їх роботах феномен провини обумовлений прагненням людини до вдосконалення в процесі становлення і розвитку особистості і пов'язаний з поняттям Ідеалу. Дослідження позитивної ролі феномену провини в розвитку особистості отримує в даний час все більше уваги (М. Берковіц, М. Хоффман і ін.).

Фундаментальні дослідження феномену провини як психологічного поняття у вітчизняній психології в основному пов'язані або з вивченням феноменології переживання провини, або з функцією почуття провини як соціального регулятора (В. Ф. Василюк, Е. П. Ільїн, К. Муздибаєв, Ю. М. Орлов і ін.).

Необхідно систематизувати існуючі дані про психологічні явища: походження почуття провини, його природа, характеристики і функції.

Це надзвичайно важливо для психологічної, виховної, педагогічної та психотерапевтичної практик і вимагають подальшого дослідження.

**Мета** полягає в тому, щоб на теоретичному рівні виявити особливості надання психологічної допомоги клієнтам з почуттям провини.

**Завдання роботи:**

1. Проаналізувати наукову літературу з питання феномену почуття провини в житті людини.
2. Теоретично дослідити теоретично-методологічну складову надання психологічної допомоги та її особливостей клієнту з надмірним почуттям провини.
3. Методологічно обґрунтувати експериментальне дослідження з надання психологічної допомоги клієнту з почуттям провини.
4. Реалізувати констатуючу стадію експериментального дослідження з почуття провини в особистості.
5. В експериментально-формулюючому дослідженні виявити особливості надання психологічної допомоги клієнту з почуттям провини.

**Об'єкт роботи:** почуття провини як психологічний феномен.

**Предмет роботи:** особливості надання психологічної допомоги особистості, що переживає почуття провини.

**Гіпотеза:**

1. Припускаємо, що особливості надання психологічної допомоги клієнтам з загостреним почуттям провини детерміновані причиною і часом виникнення цього почуття.
2. Припускаємо, що ефективним методом надання психологічної допомоги клієнтам з почуттям провини є ненасильницьке спілкування М.Розенберга.

**Теоретико-методологічною основою роботи** виступили дослідження антропологів, психологів та представників інших гуманістичних наук щодо формування та загострення почуття провини, а саме Г.А.Балла, Б. Лазаруса, Р. Лазаруса, В. Ф. Василюка, Е. П. Ільїна, К. Муздибаєва, Р.

Плутчіка, Н.А. Клімова, К. Ізарда, Х. Льюїс, Е.Фромма, В.А.Татенка, О.В. Царькової, К. Хорні, К.Г.Юнга та інших. Щодо надання психологічної допомоги за теоретичними джерелами таких авторів як О.Ф. Бондаренко, І. Малкіна-Пих, О. Кокун. Методологічними основами реалізації формуючого етапу експерименту слугували розробки фундатора методу ненасильницького спілкування М. Розенберга.

**Методи та методики роботи:** використано метод теоретичного аналізу літератури з теми дослідження; методи діагностики, а саме «Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS)» в авторстві С. Хобфолла; «Рівень суб'єктивного контролю»; опитувальник Ч. Спілбергера щодо реактивної та особистісної тривожності; «Діагностика агресивних та ворожих реакцій людини Баса-Дарки» й саме в даній методиці передбачено шкалу «почуття про вини», яка й планується до застосування в дослідженні в якості залежної основної змінної; авторська «Анкета з ретроспективного дослідження особливостей ставлення батьків до дитини»; математичні методи обробки одержаних статистичних даних, якими є середнє значення, стандартне відхилення, метод парної кореляції Кендала та порівняльний аналіз за критерієм Вілкоксона для залежних вибірок.

**Наукова новизна роботи** полягає у теоретичному і експериментальному дослідженні особливостей надання психологічної допомоги клієнтам загостреним почуттям провини з врахуванням фактора сімейного виховання.

**Теоретичне значення роботи** полягає у розширенні та поглибленні уявлення про зміст та кореляти почуття провини в особистості та специфіка надання психологічної допомоги людям з почуттям провини та загостреним почуттям провини.

**Практичне значення роботи.** Результати дослідження і запропоновані методи психокорекційної роботи можуть бути використані у роботі психологів, що орієнтовані на надання психологічної допомоги клієнтам з загостреним почуттям провини.

**Надійність і достовірність** дослідження забезпечувались використанням методів, що відповідали меті, завданням, гіпотезі дослідження, кількісним і якісним аналізом отриманих даних.

**Структура роботи.** Робота складається зі вступу, основної частини, висновків, списку використаних джерел (72 пунктів) та додатків.

## РОЗДІЛ І.

### ТЕОРЕТИЧНА БАЗА ПСИХОЛОГІЇ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ ОСОБИСТОСТІ ТА НАДАННЯ ЇЙ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

#### 1.1. Аналіз психологічної теорії щодо особливостей почуття провини особистості.

Розгляд проблеми сутності провини особистості здійснюється багатьма галузями психології, а саме психологією особистості, віковою і соціальною психологією, психологією розвитку, психологічного консультування і психотерапії, а також біологією та антропологією. Відомий фізіолог Ейбл-Ейбесфельдт стверджував, що формування етичних норм має виключно біологічну базу та відповідно теорії диференціальних емоцій припускав, що, пов'язаний з етичними нормами, формування почуття провини і відповідальності підтверджує генетичне підґрунтя [19, с. 353–355]. В свою чергу Осюбел не підтримував прямий зв'язок провини з біогенетичним механізмом, але наголошував, що ця, власне людська емоція є основою формування і закріплення суспільних норм і тому виступає складовою всіх культур, за частково сприятливих умов. Йому належить визначення психологічних передумов формування емоцій розвитку провини:

- формулювання загальних людських цінностей;
- необхідність матеріалізації цих цінностей;
- формування самокритики, яка б мала вищий рівень розвитку для визначення протиріч між реальною поведінкою та суспільними цінностями [19, с. 360–362].

Він допускав наявність певних загальнокультурних елементів усвідомлення провини й обумовленою нею поведінку. В основу своїх припущень було покладено:

- 1) ключові положення стосунків батьків з дітьми;
- 2) мінімальні навички дитячої соціалізації, які передбачаються в певному соціумі;

3) чітка періодизація етапів соціального й пізнавального розвитку.

Осьюбел зазначав, що головною передумовою розвитку емоції і совісті виступає велике прагнення батьків і загалом всього суспільства виховувати почуття відповідальності у молодого покоління.

На сьогодні у визначенні феномену психології провини не розкритими залишаються два аспекти, що потребують конкретизації, а саме: механізм формування провини, як самостійного феномена; його значення у розвитку особистості. Протягом довгого часу зацікавленість у дослідженні феномену провини ґрунтувалась на основі психодинамічної теорії З. Фрейда. Він вивчав провину як один з різновидів тривоги, як тривогу совісті [27]. З ним погоджується й Г. Мандлер, який стверджує, що тривога і провинна - це визначення одного явища. Він характеризує провину, як тривогу реальної або уявлюваної помилки. Переживання провини, як виду тривоги, сприяє запуску особливого захисного механізму, за допомогою якого здійснюється прагнення людина відшкодувати або компенсувати збитки, які здійснені помилковою діяльністю [27].

Американські психологи Б. Лазарус і Р. Лазарус [18] погоджуються із взаємозв'язком емоції провини і тривоги, тому що, на їхню думку, зазначена емоція налічує велику кількість характеристик. Однак, не акцентуючи увагу на механізмі утворення провини вони пропонують досліджувати провину як окрему, специфічну емоцію.

У свою чергу Р. Плутчік визначав емоцію як узагальнену соматичну рефлексію, що пов'язана з відповідним біологічним процесом, притаманним усім живим організмам. Вчений пропонує визначення первинних емоцій (страх, прийняття, переляк, відраза, цікавість, гнів, радість, надія, горе), що мають часову обмеженість та стимулюються зовнішнім подразненням. Причиною почуття провини є «неправильна» дія. Емоції провини безпосередньо пов'язані з розумінням моменту зради або провини власних переконань і поглядів. Також почуття провини може виникати після безвідповідальної дії. Провина пов'язується з поведінкою і діяльністю, які



мають відмінності у різноманітності релігійних, моральних і етичних нормах різних суспільств. Чинники почуття провини можуть бути різні, вони залежать від властивостей людини, від особливостей соціальних груп та їхньої культури. Невірні дії деколи викликають сором, коли дія вважається невірною не загалом, а тільки з появою почуття поразки, неспроможності, програшу. В разі порушення моральних, етичних або релігійних норм, людина переживає сором, в першу чергу тому, що вона не змогла приховати провини. В такому випадку сором розглядається як високий рівень усвідомлення невірності своєї дії [38; 39].

Підставами почуття сорому на відміну провини можуть бути вчинки людини які не протирічать головним нормам суспільства. Цей вид сорому Осьюбел визначав як неморальний «сором». Підґрунтям «морального сорому», на його думку може бути засудження дії або поведінки людини іншими з точки зору моральності. Деколи дуже легко уявити оцінку вчинку інших людей, щоб спробувати стан морального сорому. Осьюбел схильний вважати, що основа сорому це зовнішнє реальне або уявне засудження. Провина на відміну від сорому незалежна від ставлення навколишніх до неї, почуття провини характеризується заниженням самооцінки, самоосудом, самокритикою і певними видами сорому [27].

Необхідно зазначити, що переживання провини незалежне від поглядів особистості від рівня погодження з реальними або формальними нормами моралі. Норми сприймаються, як правило беззвітно, а погодження або неприйняття формується на рівні інтуїції. Почуття провини з'являється в ситуаціях, пов'язаних з переживанням відповідальності. Наявний взаємний зв'язок між переживанням відповідальності і рівнем емоції провини. Підставою сорому, як правило, виступають дії засудження оточуючих людей, а підставою провини - особисті дії або бездіяльність. Слід наголосити, що чинником почуття провини в рівній мірі можуть бути і дія, і бездіяльність — іншими словами, думки, почуття, дії, які не відповідають суспільним нормам, та думки, почуття,

дії, які були відсутні у конкретний час у конкретній ситуації, коли вони були доречні та необхідні.

Здійснивши порівняння поглядів, щодо виховання дітей, які наявні в різноманітних культурах, американський антрополог М. Мид, зробила узагальнення, що переживання провини є базовою умовою існування людини як індивіду [68]. Ця теорія засвідчує, що переживання провини є онтологічною особливістю виживання особистості; людина відчуває її в різних видах і формах. Таким чином, Р. Мей виокремив основні форми екзистенційної провини [64]. Зміст цієї ідеї полягає наступним чином. Особистість має фізичний, інтелектуальний, емоційний і соціальний потенціал для власного удосконалення. Але вона зневажає цими можливостями та не бажає їх реалізовувати. Це небажання сприяє появі почуття провини, що пов'язана з втратою реалізації потенціалу.

- неможливість, заперечення, відмова реалізовувати свої можливості;
- провинна перед близькими, що з'являється, через обмежене та упереджене їх сприйняття та неможливості розуміння потреб інших і відповідно задовольнити їх, що пов'язано з індивідуальними особливостями кожного, хто оцінює світ власними очима;
- природна провинна сепарації.

У своїй теорії М. Боасу наголошує про необхідність розгляду не провини, а винуватості людини чим акцентувати важливість та відповідальність ставлення до змісту життя та досвіду людини [65].

Берковіц і Луттерман пояснюють провинну як прийняття та необхідність захисту досягнень своєї спільноти, соціальної групи та механізм реалізації його мети [38, с. 27–28]. За результатами проведених експериментів Латане та Дарлея були зроблені висновки, що велика кількість учасників групи призводить до зменшення почуття власної відповідальності за відповідні дії що відповідно зменшує формування переживання провини [38, с. 30–32]. Ними також встановлено явище соціального гальмування, яке утворюється у вигляді наступних соціально-психологічних процесів:

1. зважання публіки (уникання дій і вчинків при наявності інших людей);
2. соціальний вплив (ідеалом та джерелом інформації є дії і вчинки інших людей);
3. викривлення (дифузія) відповідальності (почуття відповідальності члена групи менша на відміну дій, коли один. Наявність поруч членів групи послаблює відповідальність на підставі хибного відчуття розподілу відповідальності між всіма) [39, с. 176–177].

Щоб дитина мала можливість випробувати переживання провини, вона має навчитися усвідомлювати, що її дії можуть зашкодити іншим. А також, що здатна керувати своєю поведінкою і що вона несе відповідальність за неї. Загальне усвідомлення цього приходить, інколи, через роки. Однак не варто стверджувати, що діти не здатні оцінювати власні вчинки та відрізняти, що добре, а що погане. Так Радке-Ярроу, Кінгі Зан-Уокслер досліджували реакцію дітей, віком від півтора до трьох років на чужий біль і сум. Та прийшли до висновку, що в такому ранньому віці діти здатні демонструвати фактичні прояви усвідомлення наслідків власної поведінки. Ці усвідомлення проявляються у вербальній формі («Це я тебе образив?»), або в діях, в яких вони прагнуть змінити ситуацію, що викликає жаль [19, с. 247]. Наочно такі реакції проявлялись у випадках, коли вчинки дітей справді ставали підставами засмучення матері, але така сама реакція простежувалась і у випадках коли дитина не мала причетності до смутку матері. На цій підставі дослідники зробили висновок, що у дітей надмірно розвинуті емоції провини в зв'язку з недостатнім розвитком здатності оцінювати значення у підставах формування суму іншого. Також дослідники виявили, що реакції дитини, коли вони стають причиною засмучення іншої, певною мірою обумовлені виховними методами, які використовує мати щодо соціалізації власної дитини, в першу чергу з тими, що пояснюють місце дитини в появі смутку іншої людини. Так діти, які виховувались на основі фізичних методів впливу, рідше прагнули виправляти наслідки власних вчинків на відміну від дітей, які виховувались

за емоційної та змістовної батьківської участі. Намагання виправити ситуацію, що викликала засмучення, дослідники інтерпретували ознакою почуття провини та співчуття. Було зроблено припущення, що ключовими мотивами просоціальної поведінки, обов'язково, виступали афективні реакції.

У свою чергу Клімова Н.А., яка проводила дослідження почуття відповідальності у дітей, використовувала власну систему критеріїв відповідальності:

1. визначення дитиною важливості та необхідності діяльності, значимої для інших людей.
2. особливості діяльності, які прагнуть успішному виконанню справи.
3. емоційне почуття справи, його особливостей та кінцевого результату.
4. розуміння власної відповідальності за виконання дії [25, с.330–349].

Більшість антропологів намагаються протиставити західну та східну культури як «культуру сорому» «культурі провини». Як правило, культура сорому ґрунтується на основі зовнішніх оцінок. 72% чоловіків та 69% жінок Японії на запитання „Яке почуття для Вас є самим небажаним?“ дали відповідь, що найбільше переживають про зневагу оточення. Саме різноманітним формам виховання належить виникнення переживання провини та сорому. Основою почуття провини є покарання та дисципліна. Почуття сорому створюється на основі постійного апелювання до норм етикету та суспільних думок [20, с. 360–382]

Під час адекватного розвитку діти мають можливість навчитися правильно давати оцінку наслідкам власної поведінки та обирати відповідні способи як виправити ситуацію. Підставою для почуття провини може слугувати, на перший погляд, велика кількість вчинків, тому, як правило, людина, у першу чергу, усвідомлює норми, які притаманні її родині, її

соціуму, її культурі. По мірі формування соціальної відповідальності, під час процесу розвитку, особистість осягає все нові межі, неприйнятних норм поведіння та з отриманням життєвого досвіду все більше і гостріше відчувати почуття провини.

Стани емоційних реакцій можуть бути різними за тривалістю від кількох секунд до кількох годин та мати рівну інтенсивність. В деяких випадках інтенсивні емоційні стани можуть тривати і довше зазначених термінів, але це може означати наявність певних психічних розладів. Поняттям «емоційна риса», наприклад «запальність», визначається схильність людини переживати той або інший емоційний стан. Слід виокремити користь визначення «емоційного порогу» [20, с. 297]. Людина, що має низький емоційний поріг гніву характеризується як більш запальна та частіше перебуває в стані гніву і саме тому отримує високі бали за шкалою гніву.

В наукових працях Дарвіна та в доробках сучасних дослідників (Фрізен, Екмаркс), емоції розглядаються, як фундаментальні явища, вони однаково проявляються в суспільствах самих різноманітних культур, які проживають в різних місцях нашої планети. Також не можуть бути виключенням навіть племена первісної форми життя які не мають зв'язку із цивілізаційним світом [67, с. 36–58].

Але констатування емоцій жодним наявності генетичного механізму фундаментальних чином не визначає присутність незмінних, стійких, не здатних до модифікації аспектів емоційного життя людини. Навпаки, майже кожна людина, що зростає, здобуває досвід керування вродженою емоційністю та певною мірою її трансформування. Вроджений механізм зовнішнього прояву гніву проявляється в оскалі як демонстрації готовності атакувати противника і вкусити, однак більшість людей під час гніву, навпаки, стискають зуби і губи, наче прагнуть пом'якшити або замаскувати зовнішні ознаки гніву. В такому випадку за допомогою міміки приховуються й замінюються вродженні особливості прояву емоцій та сама міміка

надзвичайно відрізняється у представників різноманітних соціальних прошарків і різноманітних культур. Сукупність соціокультурних впливів і індивідуального досвіду дають змогу людині сформувати не тільки індивідуальні навички, але й відіграють ключову роль у встановленні взаємозв'язку між певним подразником та відповідною емоцією, а також але і багато в чому визначають той взаємозв'язок, що встановлюється між визначеним подразником і визначеною емоцією, а також пояснюють причини поведінкових патернів, які відповідають певній емоції.

Пилявіні розглядали емоційні чинники моменту необхідної реакції на відповідну ситуацію, яка потребує включення, тобто необхідності обрання відповідальності. За їхньою думкою, будь яка ситуація стимулює збудження особистості яке характеризується наявністю фізіологічних та когнітивних компонентів [39, с. 178–179]. На рівень збудження впливають відповідні перемінні:

- важкість події;
- відстань до події;
- емпатійні переживання;
- тривалість події.

Будь яке збудження змінює стан, заважає, обтяжує, людина прагне нейтралізувати або позбутися певними способами:

- втручання в процес ситуації;
- мимовільність участі (одержання інформації від сторонніх людей);
- покидання місця ситуації;
- пасивне спостереження.

На сучасному етапі вивчення досліджуваного предмету однією з найважливіших проблем психологічних пошуків визначається наявність великої кількості теорій особистості, теорій емоцій і теорій поведінки які майже не пов'язані одна з одною, при тому, що Макдугал у своїх поглядах наголошував на тісному взаємозв'язку вольової активності з емоціями та його роботи разом із

Фрейдом заклали основи дослідження взаємозв'язку між мотивацією, емоціями і поведінкою. Доволі характерним виступає факт, що багато авторів різноманітних теорій щодо особистості не акцентують свою увагу на проблемі емоцій. Загалом вони користуються різними поняттями, що пов'язані з мотивацією, однак дуже рідко визначають в якостях мотиваційної перемінної саме приватні емоції. Інші дослідники емоційних процесів у свою чергу здійснюють аналіз лише однієї або трьох складових емоцій — феноменологічний, експресивний та нейрофізіологічний.

Хелен Льюїс у своїх наукових роботах спираючись на основи психоаналізу, досягнення експериментальних психологів та особистісної психотерапії, зосереджувала свою увагу на ролі переживань провини і сорому особистості в психотерапії та патопсихології. Їй належить розведення сорому і провини як одвічної проблеми, визначаючи самостійність цих емоцій і їх важливість як факторів мотивації. Саме вона переконана, що завдяки Фрейду виникла ця проблема тому, що Фрейд не зумів чітко окреслити межу між «его» і «самостійністю», від тоді коли визначення «суперего» почалось трактуватись у рамках інстинктивних потягів (інстинкту самозбереження) та акцентуватись значення афективних станів провини[28].

Український психолог В.А.Татенко сформулював поняття особистості як суб'єкта, що впливає на світ а також на самого себе в ньому, що набуло домінуючого значення в розумінні особистості.Науковець у своїх доробках ретельно аналізує поняття і категорії які наближені за своїм значенням до визначеної категорії етичної відповідальності, яка виступає важливим, домінуючим чинником формування у особистості почуття провини. Виокремленні В.А.Татенко специфічні особистісні якості, такі як самооцінювання, самопотенціювання, самополагання, самоапперцепція суб'єкта, автономність особистості, дають можливість стверджувати про них не тільки як про тих що описують та конкретизують важливі щодо формування етичної та моральної відповідальності,але і як основу особистості. Ним підкреслюється важливе значення самостійного процесу

створення людиною індивідуального змісту в процесі самоутворення і самовиховання. Характеризуючи суб'єктність як базу, фундаментальну особливість особистості, науковець виокремлює одну з основних здібностей особистості як суб'єкта існування, здатність до самовизначеності і самодетермінації, що виходить з усвідомленої, вільної, творчої активності. Важливість понять самопричинність, самодетермінація спонтанність, самоположенність, самосносність, інтенціальність, які ввів В.А.Татенко в контекст аналізу і виокремлення онтологічних властивостей особистості віддзеркалюють роль рефлексивного, внутрішнього усвідомленого розуміння завдань створення реального суб'єкта справжнього існування. Значення категорій що уводить В.А.Татенко в контекст аналіз і виокремлення онтологічних властивостей людини, відбивають важливість внутрішнього, максимально рефлексивного, екзистенціального розуміння задачі формування справжнього суб'єкта і суб'єкта справжнього життя. Автор виокремлює наступні основні чинники удосконалення особистості:

- вільна орієнтація людини на максимально вільне життя;
- прагнення та здібності цілеспрямованого перетворення внутрішнього і зовнішнього світу за по своїми власними законами[53].

Апелюючи до визначення індивідуальності, він наголошує, що воно не є синонімом специфічності і унікальності, а в більшій мірі є характеристика людини як істоти яка має здатність до самодетермінації, самосвідомості та відповідному саморозвитку. Головний висновок В.А.Татенко полягає в уявленні людини як суб'єкта психічної діяльності, сукупності і взаємозв'язку важливих психічних складових неповторного «змістового коду» .

Вітчизняний психолог Г.А.Балл у свою чергу зазначає, що особистісна воля пов'язана з різноманітними ступенями активності особистості. Ним було запропоновано наступні типи активності: вольова, наднормативна, надситуативна, творча і ініціативна, що складає основу детермінант активності вільної людини що розвивається. Питання,



що висвітлюється потребує розкриття і аналізу певних особливостей поняття відповідальності моральної і етичної. На думку автора воно пов'язано з функціями кожної з інтуїцій індивідуального ядра психіки людини, які виокремлювались в його теорії суб'єктної психології. В.А.Татенко виокремлював екзистенціальну інтуїцію як одне з основних понять, яке пояснює глибинну інтенцію внутрішнього світу людини, його базові сенси змісту існування, такі як: існування і небуття, життя і смерть, і т.п. Таким чином можна зробити припущення, що відповідна інтуїція має тісний зв'язок з морально-етичною відповідальністю завдяки екзистенційності особистості, тобто усвідомлення беззаперечної відповідальності за власне існування. Важливою особливістю відповідальності за своє буття, як наявності життя справжнього суб'єкта є так звана внутрішня воля, що пов'язана із здатністю здійснення свідомого вибору. Г.А.Балл зазначає: "Події, в яких людина має здійснити вибір між існуючими альтернативами, мають велике значення. В зазначених ситуаціях, справді, свобода людини отримує вияви у вигляді обґрунтованого і рішучого здійснення нею обраного рішення" [3].

На думку Г.А.Балла і В.А.Татенка прояви людської активності напряму пов'язані з рефлексією і інтуїцією суб'єкта. Як способи відповідної активності, інтуїція і рефлексія можуть забезпечувати людині онтологічне спрямування на самоусвідомлення себе у світі, до спрямування визначеного індивідуального призначення. Розглядати поняття морально-етичної відповідальності, слід в контексті відповідальності за усвідомлення себе як унікального та неповторного. У свою чергу відповідальність за місце у світі визначається як морально-етична особливість в аспекті відповідальності за здійснення і наслідки власних намірів, бажань, прагнень. А відповідальність за здійснення своєї майбутності може ґрунтуватись на усвідомленні наявних власних можливостей.

Е.Фромм у своїх філософсько-психологічних наукових працях ключове положення надавав категорії етики. Він вважав, що в людині від початку закладено морально-етичні цінності. Бар'єром реалізації гуманного,

змістовного ядра природи людини можуть виступати лише певні нормативні владні системи суспільства. Суспільство, що сповідує здорові морально-етичні цінності беззаперечно сприяє появі та розвитку адекватних відповідальних особистостей. Е.Фромм наголошує на визнанні людиною самого себе, як головним завданням формування моральної етики, з чого випливає необхідність у вихованні здібностей до екзистенційного визначення основних цінних орієнтирів. Орієнтири будуть ціннісними в разі розвитку у людини світоглядних установок на життя. На думку Е.Фромма існувати означає бути постійно самим собою, абстрагуватись від зовнішніх стандартних стереотипів поведінки в соціумі. Стимулювання розвитку гуманістичної моралі як основного психологічного ядра особистості залежить від можливості опиратися антиморальному соціуму. Пояснюючи основну функцію совісті, яка спонукає людську діяльність він зазначає, що совість дає оцінку нашій поведінці і виступає як знання в собі, знання про невдачі і успіхи в мистецтві нашого існування [58, с. 133–168]. Він зауважує, що лише усвідомлені прагнення, щодо власного самопізнання дають можливість людині наблизитись до відповідного способу сприйняття світу, такого як: відповідальність, здатності, любов, турбота, знання, воля, повага, і ін. Цінна орієнтація визначається усвідомленим виробленням відповідального себе та світорозумінням. Е.Фромм дає пояснення етичної відповідальності, як безпосереднє усвідомлення особистістю власної ролі у світі, реалізації відповідального світосприйняття у творчій, результативній діяльності. Ним наголошується, що чесність це відповідальність відносно власного буття, зло виступає перешкодою розвитку людських можливостей, а порок – безвідповідальне відношення до самого себе [59].

К.Г.Юнг в аналітичній психології здійснює аналіз одного з головних феноменів психології, а саме совість як психологічний феномен що взаємопов'язаний з морально-етичною відповідальністю. Він трактує поняття совісті як відносно автономної сутності, що тісно пов'язана з глибинними елементами психіки. В своїх наукових працях К.Г.Юнг безпосередньо не

використовує поняття морально-етична відповідальність однак підмінє його поняттям совість, як комплексної психічної функції, що корелюється з визначенням архетипу колективної несвідомості. За його поглядами, формування морального початку у особистості проявляється, завдяки цьому почуттю, певною мірою автономно та деколи протиставляється усвідомленій моральній реакції. Також він дає характеристику совісті як специфічного, своєрідного, інтрапсихічного барометру, який спрямовує людину в напрямку вирішення етичних, релігійних і моральних питань. Совість здійснює своє функціонування на основі індивідуальних принципів, вільно і автономно. Вона виступає стимулом морально-етичної відповідальності людини, цінність її полягає у створенні цілісної особистості. Одним з способів прояву відповідальності може бути так звана «моральна реакція», яка визначається як функція почуттєво-сублімірованого усвідомлення моральних протиріч та відповідальності за особисте удосконалення. Безпосередньо моральна рефлексія проявляється у вигляді психологічної установки, що допомагає сформувати морально-етичні цінності, а також виразити морально-етичні прагнення людини. К.Г.Юнг визначає відповідальність як безпосередню відповідальність людини за специфіку власного розвитку, своєї індивідуалізації [65, с. 146–150].

Е.Нойман як послідовник К. Г. Юнга, його аналітичних поглядів та представник класичної постюнганської школи продовжив вивчення питання морально-етичної відповідальності людини. Ним наголошувалось, що етичне удосконалення людини відбувається під час усвідомлення та втілення особистістю такого центрального структурного архетипу особистості як «Тіні». Його інтеграція сприяє підвищенню рівня свідомості особистості, що індивідуально недиференційована та спонукає свідомому осягненню глибини власного існування на протигагу стандартам суспільства. За переконаннями Е.Ноймана, цей процес спонукає важливість усвідомленого переосмислення сукупності ціннісних орієнтирів людини. На думку Е.Ноймана морально-етична відповідальність визначається центральною категорією, так званої,

нової етики та узагальненою в контексті того, що орієнтується на цілісність, “...переважно на два аспекти цілісності. По-перше, вона не індивідуальна: вона враховує не тільки етичну ситуацію індивіда, але і результат впливу особистої установки на колектив. По-друге, вона не є приватною етикою свідомості, оскільки враховує вплив свідомої установки на несвідоме“ [46, с. 129–145].

У свою чергу американський психолог Л. Берковіц здійснив формулювання концепції в якій спробував пояснити особливості соціальної поведінки, яку назвав «нормою соціальної відповідальності». Головний зміст цієї концепції полягав у тому, що при усвідомленні індивідом залежності від нього долі іншої людини відбувається пробудження почуття відповідальності. Інакше кажучи, коли людина розуміє наявність залежності іншої від неї, то утворюється відповідальність за цю людину, що власне і називається почуттям відповідальності. Також Л.Берковіц зауважував на почутті боргу щодо людини, яка надавала чимось допомогу раніше (реципрокність), яке протиставляв нормам соціальної відповідальності. Тут Берковіц акцентує увагу на обов’язковості всіх членів суспільства надавати допомогу слабшим без передбачення повернення боргів в майбутньому, як норми соціальної відповідальності [4].

Свідченням зрілості совісті і моральної поведінки слугує здатність балансування на межі між конформізмом, на підставі страху і відповідальністю, що викликана почуттям провини. Саме почуття відповідальності виступає структурним ядром совісті, яке зорієнтовано на розуміння провини й одночасно спрямовує вибір того стилю поведінки який дасть можливість знизити інтенсивність ймовірного переживання провини.

3. Фрейд, у своїй науковій праці «Незадоволення культурою», визначає почуття провини як фатальне для особистості [56]. В даному випадку не важливо, чи сталося батьковбивство реально чи наявне в думках. В кожному випадку присутнє почуття провини, як вираз амбівалентного конфлікту, одвічної боротьби між інстинктом смерті або руйнування і Еросом. Цей

конфлікт лежить в основі росту почуття провини та може досягати висоти, коли стає нестерпною для певної людини. За дослідженнями психоаналізу, не тільки здійснені акти насильства викликають почуття провини. В своїй діяльності практичні психологи часто зустрічаються з несвідомими почуттями провини та прагненням покарання. Під час необхідного звертання до несвідомого почуття провини, представники психоаналізу погоджувались з некоректним психологічним визначенням його. Засновник психоаналізу схилився до думки, що більш доречним було б визначати це почуття, як «потреба в покаранні». Саме тоді стає зрозумілою потреба дітей в покаранні від рук батьків, наявні в них фантазії бути побитими батьками. Відповідно стає зрозумілим сутність морального мазохізму, в разі коли особистість прагне зберегти власну моральність з одного боку, а з другого створюється спокуса здійснити «гріховні» дії, щоб потім переживати садистські докори совісті.

Складається враження що почуття провини усвідомлено не завжди передбачає покарання. Дехто з психоаналітиків, а саме К. Хорні визначає явища, які передбачають присутність почуття провини в їхній основі. До них він відносить різноманітні реальні та уявні самозвинувачення та докори на свою адресу: образа почуттів інших, підлість, нечесність, скнарність, бажання когось занапастити, лінощі, слабкість, відсутність пунктуальності [62]. На відміну від З. Фрейда який вважав наявність несвідомих почуттів провини перешкодою лікування складних неврозів, відповідно до його теорії негативних терапевтичних реакцій, К. Хорні наголошувала на необхідності звертати увагу визначення природи невротичного самозвинувачення, які перешкоджають невротичу усвідомити недоліки методів які заважають вилікуванню пацієнта, який переконаний, що саме докори сумління дозволяють вважати себе найкращим. Вона стверджує, що такі самозвинувачення доволі часто зустрічаються, частіше ніж очікується, тому що невротики, в більшості, таким чином обирають спосіб сховатися за тим, що виступає як прагнення розібратись із власними мотивами. В таких

випадках вони не вдаються до відвертого самозвинувачення, а створюють враження нібито «аналізують» самі себе. Можуть, до прикладу, ставити самі собі запитання, чи не наявні лінощі стримують його від здійснення відповідної діяльності, чи не хотів би своїми зауваженнями образити іншого, чи не розпочав наступні стосунки тільки заради доведення власної привабливості. Інколи стає складно відрізнити або людина намагається щиро визначити мотиви, обумовлені бажанням самовдосконалення, або вона застосовує форми самозвинувачення в контексті психоаналітичних методів [62, с. 41].

Також проблемі провини присвятили свою наукову діяльність дослідники транзакційного аналізу. Вони обґрунтовували свої погляди з позиції трьохкомпонентної будови особистості (Батько – Дорослий – Дитя). Так Е. Берн у своїй праці «Ігри, в які грають люди» описує гру «Вада», зміст якої полягає в тому, що «гравець», який має схильність до почуття провини прагне ствердити власне «Я» за рахунок визначення вад загального оточення. Т. Харріс [60], також представник транзакційного аналізу наголошує на фіксуванні вини у «неблагополучної Дитини», яка внаслідок виховання заборон, викликає негативні почуття з висновком: «Я не в порядку». Основа моральних цінностей закладена у батьків. Головні поняття Батька – «Можна» і «потрібно». Т. Харріс задається головним питанням, а чи зможуть вони бути поняттями Дорослого? В цьому випадку важливо визначити приналежність голосу совісті, або Батьку, Дорослому або Дитині. Він акцентує, що саме моральні цінності Дорослого необхідно визначати як поняття зрілого, істинного сумління і відповідно тільки Дорослий має здатність реально оцінити ситуацію. З іншого боку позиція «Я не в порядку», яка обумовлює почуття провини, стимулює людину до дій деструктивного характеру. Батько наділений багатьма упередженнями, та використовує єдиний принцип: «Все буде добре, якщо...». В цій ситуації Дитина буде змушена шукати різноманітні ігри, для уникнення докорів Батька. Так, у грі «Тюхтій» гравець прагне завдати шкоди

оточуючим: розливає вино на вечірню сукню господині, пошкоджує і псує предмети. Втім вибачається, а коли отримує підтримку своїх дій у вигляді пробачення, відчувається з усвідомленням спокути. Це поведження Дитини, яка вимушена діяти безвідповідально під гнобленням Батька, однак відповідальним визначається тільки Дорослий [60, с. 56].

Слід, також торкнутись і характеристики переживань провини в військовій діяльності. Виникнення почуття провини в бойових умовах має ряд причин. Головною з них є смерть побратима та переконання власної вини в його загибелі. В цьому контексті слід з акцентувати, що мова йде не про сам факт провини, а про індивідуальне переживання яке з часом, в разі не проведення корекційних заходів може привести до суїцидальних дій. В сучасних наукових дослідженнях цей вид переживання провини має назву «вина того, хто вижив».

Також слід відмітити інші причини які створюють почуття провини:

1. помилки під час бойових завдань які спричинили втрати серед підлеглих і мирного населення;
2. реальне знищення супротивника;
3. невідповідна реакція на зміни бойової ситуації;
4. об'єктивні чинники неможливості виконання завдань.

В цілому виокремлюють два основних джерела появи надмірного переживання провини:

1. Суб'єктивна схильність: відмінності уявлень військового про дії в бойових обставинах та реального поведження в бою. Прикладом може бути виникнення ступору, на ґрунті панічного страху, під час бою з противником, хоча до того він був впевнений в своїх діях.

2. Стан проживання горя та прийняття непоправного.

Е. Кюблер-Росс[63], виокремлював закономірні етапи переживання горя та прийняття неповторного:

- 1) злоба та пошук винуватих,
- 2) неприйняття реальності,

- 3) пошук компенсацій,
- 4) прийняття,
- 5) депресія.

Таким чином переживання провини відбувається на етапі злості та пошуку винуватих в тому, що відбулось.

У світлі досліджуваного предмету розглянемо особливості переживання провини у сімейно-обумовленому стані. Велика кількість проведених досліджень Б. Воронович, М. Бітті, С. Даулінг, Е. Ноймана, Ш-В. Круз, Дж. Уайнхолда, Б. Уайнхолд дають можливість розглядати внутрішній сімейний простір як чинник утворення, детермінації та розвитку несприятливих сімейному існуванню станів, які одночасно підтримують усі члени родини. Результати досліджень Т. Хабалашвілі [64] вказують на те, що, кожна родинна система несвідомо бажає стабільності, деколи, навіть, ціною ігнорувань реальних потреб, викривлення дійсності сприйняття один одного членами родини, або актуальних проблемних питань. Нам відомо, що гомеостаз визначається, в першу чергу, стійким станом динамічних систем. Таким чином ми приходимо до висновку, що динаміка системи родини є патологічною у якої присутній відповідний патологічний фактор.

Дослідники, які в основі вивчення дисфункційних сімей прагнули до гомеостазу, вбачали намагання зберегти стале функціонування за максимального зниження напруги. Водночас, американський психолог Г. Олпор, прагне пояснити гомеостатичні аспекти родини не регулюванням напруженості, а бажанням особистості встановити та зберегти відповідний рівень напруги [63; 64].

У своїх працях О. Ванкон[30]пропонує поняття «ідентифікований пацієнт» яким, в першу чергу наділяє дитину або того члена родини який більше за всіх відчуває надмірну емоційну напругу і тривожність з демонстрацією відповідного симптому та поведінки. Причинами цього слугують, перш за все, внутрішні чинники, такі як соматичні захворювання, хронічні спадковості, функціональні розлади та зовнішні чинники, такі як



залучення до конфлікту, приниження значення автентичності, обмеження свободи вибору, сприйняття на себе патологічних проєкцій.

Цілісність родини забезпечується збереженням формальних установок, водночас наявні патогенні чинники в сімейному просторі формують численні фрустрації які спричиняють аверсивні прояви. Відповідно до досліджень А. Агишевої [63], наявність аверсії в стосунках родини проявляється через особистісні реакції або одного або всіх членів родини щодо постійної незадоволеності родинної взаємодії. Визначено форми існування аверсії: сексуальна, психологічна та поєднана.

Отже на підставі проведеного теоретичного аналізу методологічних концепцій щодо дослідження почуття провини можемо зробити відповідний висновок, що ця проблема носить соціально-психологічний характер та напряду пов'язана з соціальним розвитком особистості його історичними і етнокультурними особливостями, обумовлений процесом виховання мікро та мезосоціума. Розглянуті наукові підходи, які розкривають зміст проблеми предмету нашого дослідження, представляють певні теоретичні концепції, в яких феномен почуття провини тісно пов'язаний з основами повсякденного життя людини. У свою чергу сучасна психологічна думка спрямована не стільки на опис явищ її зацікавлення, скільки на емпіричне вивчення та можливості практичного застосування які обумовлюються реальними вимогами психічного життя особистості. Сьогодні психологія ставить перед собою завдання досліджувати не стільки саму поведінку людини, її прояви, механізми, детермінанти, скільки внутрішній світ, її емоційну та когнітивну сфери. Саме тому розкриття психологічних аспектів надасть можливість визначити проблему провини не тільки в світлі метафізичного та соціального явища, а і повноцінно, глибоко та повно розкрити цей феномен як психічну властивість особистості людини як важливої складової об'єктивної реальності.

## **1.2. Теоретичні основи психологічної допомоги клієнтам з надмірним почуттям провини**

Зміст поняття психологічна допомога характеризується наявними різноманітними теоріями і практиками, які варіюються між специфічними застосуваннями методу соціологічних обстежень, такими як глибинне інтерв'ю, та різноманітними техніками соціально-психологічних тренінгів, поняттями і методами, висхідними до психотерапії, без наявності яких крихкі відверті стосунки між клієнтом та психологом-консультантом можуть швидко зруйнуватися, а процес психологічної допомоги перетвориться або в моралізаторство, або в банальне висловлювання співчуття. Таке трактування непростого поняття пропонує український психолог О.Ф. Бондаренко. Він вважається першопрохідцем формування основ психологічної допомоги, довгий час, з середини 90-х ХХ-го століття, залишався єдиним, хто теоретично описував цей процес [5]. Результати його наукової діяльності втілювались у багатьох публікаціях щодо психологічного консультування та практики, а монографія яка була присвячена соціальній психотерапії перевидавалась три рази з додатковими доповненнями та уточненнями. Саме на основі його праць, пізніше, І. Малкіна-Пих сформулювала підходи щодо здійснення психологічної допомоги тим хто перебував в життєвих кризових обставинах [35]. Згодом була надрукована колективна публікація за редакцією О. Кокуна, що спрямувалась на концентрацію інформації про най поширені психічні порушення, які виявляються в діяльності військових психологів. Група авторів запропонувала методи диференціальної діагностики, критерії оцінювання за ступенями та структурами нервово-психічних порушень, що мало надати можливість військовим психологам побудови відповідного професійного плану здійснення психологічної допомоги військовикам та іншим, хто переживає психічні порушення або на межі з ними [26]. Відповідно саме ці джерела було обрано для з'ясування особливостей психологічної допомоги.

На початку з'ясуємо змістовне наповнення та визначення процесу психологічна допомога. Сукупність тлумачень із попередньо виокремлених джерел дає можливість сформулювати наступне поняття. Психологічна допомога—це вид соціальних стосунків, який проявляється у взаємодії суб'єкт – суб'єкт і може реалізовуватись у різних формах. Стосунками допомоги можна вважати відповідні відносини, коли один суб'єкт прагне сприяти іншому в своєму удосконаленні, розвитку, зростанні, покращенні взаємодії, комунікації в суспільстві.

Визначальним щодо змісту психологічної допомоги можна вважати погляди О. Бондаренка [5], який наголошує, що головний зміст психологічної допомоги полягає у забезпеченні екзистенціальної, смислової та емоційної підтримки особистості або спільноти, які знаходяться у складних ситуаціях, що виникли у їхньому соціальному або особистому житті. На основі проведеного загального контент-аналізу наявних джерел О. Бондаренко виділив певні основні сфери використання наукових і творчих особливостей психологічної допомоги:

1. Психічне (і духовне) удосконалення дитини. Спеціальна проблема полягає у психологічній допомозі дитині подолати едиповий комплекс; задовольнити емоційні запити здобуття особистісної ідентичності в процесі етнічного, культурного та етичного саморозвитку; уникання емоційних пошкоджень і травм при розумінні невідворотності смерті або дійсної втрати рідних; сприяти виробленню стійких норм моралі, особливо в кризові періоди свого розвитку.

2. Особистісні (екзистенційні) проблеми підлітків. Специфіка полягає у важливому акценті надання допомоги, щодо подолання кризи психологічного відокремлення від батьків, самоідентифікація, взаємодія з оточенням. Необхідно зважати на можливе стикання з загальною сукупністю проблем підліткового віку, таких як: переживання неповноцінності, розуміння обмеження в можливостях батьків, сексуальні проблеми, боротьба за особистий соціальний авторитет, процеси трансформування свідомості.

3. Сім'я і шлюб. Батьківські та подружні конфлікти, родинні кризи, кризи відносин в сім'ї – звичайні проблеми цієї галузі. Разом з необхідністю з'ясування традиційних питань дошлюбної допомоги, подружньої психотерапії додається немало важлива проблематика психологічної допомоги неодруженим, незаміжнім та розведеним, а також психологічна підтримка та консультивання укладання повторного шлюбу.

4. Проблеми особистого і психічного здоров'я. Попереджувальна і поточна традиційна допомога при встановленні психічного і соматичного захворювання, при наявності душевного і духовного страждання, які пов'язують з емоційними розладами, наркоманією, алкоголізмом, конфліктами, життєвими стресами.

5. Психологічна допомога помираючому і психотерапія горя як окрема важлива та майже відсутня ділянка допомоги.

6. Наявні проблеми похилого періоду. Формування адекватного сприйняття світу, реалізація емоційних потреб людей літнього віку, відгук на виникнення релігійних проблем, систематичний патронаж та допомога організувати відповідний стиль і спосіб життя – все це відноситься до звичайного кола питань психологічної турботи.

7. Лікарні, місця позбавлення волі, студентські містечка, казарми – ділянки роботи, де питання комунікації, особистості, психічного стану, духовності є відповідно звичними та вимагають докладання зусиль у вирішенні проблем.

8. Надання психологічної допомоги і підтримки у стресових ситуаціях, таких як: спроба суїциду, раптова смерть близької людини, зрада, втрата любові, звільнення з роботизгвалтування.

9. Здійснення шкільного консультивання, яке покликано вирішити проблеми стосунків учнів і вчителів, учнів між собою, взаємовідносини з батьками, питання навчальної успішності, розвитку здібностей, проблеми шкільної поведінки.

10. Проведення професійного консультування, яке охоплює можливості відповідного вибору професії, рішення особистих питань, таких як, складання «резюме», яким чином і де отримати іншу професію, як відшукати роботу за своїми здібностями.

11. Психологічна підтримка у крос культурній взаємодії, подолання бар'єрів адаптації, корекція етнічних стереотипів і комплексів у емігрантів, коли виключається небезпека ставлення консультанта до клієнта як до представника іншого етносу або національності.

12. Здійснення управлінського консультування (консультування в установах). Воно з'явилося в 70-і роки ХХ століття і на сьогоднішній день має потужний ефект можливостей який включає надання допомоги щодо прийняття управлінських рішень, проведення різноманітних тренінгів розвитку професійних умінь, формування здібностей вирішення та попередження конфліктів та ефективної роботи з підлеглими.

Однак наведений перелік лише сукупність найбільш традиційних та розповсюджених напрямків психологічної допомоги окреслених в рамках однієї теорії. На її основі було здійснено спробу класифікації цього явища. Тому на основі різних критеріїв і ознак психологічної допомоги запропонуємо більш розширений варіант її класифікації:

1. Відповідно з часом проведення, можна виділити невідкладну або, так звану, першу психологічну допомогу у вигляді комплексного підходу вирішення психологічних проблем у дітей, підлітків, дорослих та сімей які отримали відповідні психологічні травми внаслідок катастроф або стресових ситуацій. Перша психологічна допомога також може надаватись в умовах проведення бойових дій на передовій, або людям, які потрапили до стихійного лиха, та за наявністю складного психічного стану, при спробі суїциду, випадках насильства та жорстокості. Призначення першої психологічної допомоги полягає у спробі зменшення, якщо не вдається ліквідувати, первинного пережитого стресу та сприяння запуску стратегій копінга та функціонування. В першу чергу цей вид допомоги

використовується у діяльності служб телефону довіри та екстремально-кризових підрозділів психологічних служб.

2. Відповідно спрямованості психологічна допомога може бути: прямою, яка спрямована відповідно на клієнтів, щодо їх запиту про допомогу; непряма, як відповідь на звернення людей з оточення постраждалого, якому необхідна допомога; профілактична допомога, як відповідь на передбачувану несприятливу для людини ситуацію. Непряму та профілактичну (або попереджувальну) психологічні допомоги застосовують в своїй професійній діяльності соціальні служби та психологи в силових структурах.

3. Відповідно з організацією допомоги в просторі виокремлюють: контактну, коли психолог спілкується з клієнтом віч-на-віч; дистанційну, коли використовують форми телефонного, письмового зв'язку, а також через застосування засобів електронної комунікації.

4. Відповідно до функцій які здійснює психолог виділяють наступні види допомоги: діагностичну як встановлення психологічного діагнозу та створення психологічної картини; терапевтичну; консультативну; корекційну; диспетчерську як скерування клієнта до фахівця що здатний більш компетентно вирішити проблемне питання; інформаційну як збір необхідної інформації про клієнта, його сім'ю, близьких людей, оточення, соціальні умови життя.

5. Відповідно до кількості учасників виділяють наступні види психологічної допомоги: індивідуальну, коли за особистих, суспільних чи соціальних умов групова не можлива; групова, коли робиться акцент на розвиток, групове навчання, соціальну підтримку.

6. Відповідно до характеру втручання психолога виокремлюють такі види допомоги: директивну, коли надаються прямі поради та вказівки від психолога; не директивну, коли психолог супроводжує клієнта пояснюючи його відчуття, думки та почуття [26; 47].

На думку більшості фахівців з питання надання психологічної допомоги [5; 26; 35; 47] здатність співчуття і співпереживання є важливою рисою для спеціаліста в царині консультативної психології. Але, без сумніву, однієї цієї якості недостатньо щодо вирішення великої кількості різних проблем, які з'являються в діяльності практичного психолога щодня. Відповідно до реального змісту діяльність психолога-психотерапевта та практикуючого психолога, в певній мірі реалізує в деякому сенсі проєктивне, психотехнічне, а на перспективу й соціотехнічне відношення до об'єктивної реальності. Здійснюючи психологічну допомогу, практикуючий психолог в першу чергу сприяє відтворенню або відновленню на початку прогнозованої єдності індивідуального способу життя, відновлюючи гідність особистої цінності. Але випробовуючи свою гідність та встановлюючи її справжню значимість особистість визначає подальшу свою реалізацію в світі. Іншими словами більш значимим має стати єдність та цілісність, реалізація проєктів й задумів відповідно себе та стосовно світу, з яким особистість перебуває в тісному та нерозривному взаємозв'язку. Саме тому, такий вид професійної практики як психологічна допомога напряду вирішує проблеми сенсу життя. А також, зміст поняття «психологічна допомога» віддзеркалює об'єктивну реальність, певну психосоціальну роботу, сутність діяльності якої полягає у вирішенні сукупності питань, проблем та труднощів, які стосуються психічного життя особистості.

Слід зазначити, що О. Бондаренко [5] робить акцент на тому, що здійснення реальної практики психологічної допомоги передбачає необхідність конкретизації меж понять «психічний» і «психіка». В цьому випадку ключовим та беззаперечним критерієм може визначатись загально розповсюджене уявлення про людину як про трьохкомпонентну сукупність: фізичну (body), психоемоційну (mind) і духовну (spirit) та особистісну структуру. Спираючись навіть на таку схему розмежування визначення людини можна виразно окреслити коло докладання зусиль, які відображають зміст словосполучення «психологічна допомога». Тому зрозумілим стає те,

що поле діяльності спеціаліста, який здійснює психологічну допомогу, включає широкий спектр проблем, що стосується безпосередньо середньої складової зазначеного трьохкомпонента, тому що проблеми виникають через психологічні особливості функціонування людини, в яких віддзеркалюються аспекти його психічного життя як соціальної істоти, так само як і відповідні відмінності спільноти.

Слід зазначити, що розуміння проблеми психологічної допомоги безпосередньо пов'язано з визначенням психіки як певного простору людського буття, його рівня і способу, змістовність та насиченість якого визначає спектр проблем в роботі відповідного спеціаліста. Іншими словами, загальний спектр емоційно-сміслового існування особистості як невід'ємної складової суспільства, як носія досить розвиненої психіки до якого відносяться: емоційні внутрішньо особистісні та міжособистісні стосунки, переживання і конфлікти; проблемні питання соціалізації (створення сім'ї, пошук професії), проблеми персоналізації (вікові і екзистенційні). Однак спроби надавати психологічну допомогу знайшли вихід за окреслені її межі. Наприклад, в 1960-і роки бразильським психоаналітиком Норберто Кеппе, на початку разом із В. Франклом у Відні, було створене теорію «інтегрального психоаналізу». Відмінною рисою цього напрямку було сконцентрованість на дослідженні патології суспільств країн, що розвиваються, що стає причиною утворення специфічних особистісних проблем. Саме тому були такі назви наукових робіт та їх просвітницька спрямованість, як «Звільнення через усвідомлення», «Патологія влади», «Соціопатологія» [5].

У сфері психологічної допомоги часто виникають певні труднощі які обумовлені відповідними аспектами:

1. Практичний психолог здійснює діяльність, працюючи не з ситуацією та відповідними її змінами, а з переживаннями, з системою станів, відносин і цінностей особистості;

2. З'ясування істинних мотивів або життєвих цінностей під час отримання психологічної допомоги може привести до відкидання, як зайвої,



самої життєвої ситуації, якщо вона утворилась в наслідок психологічних проблем людини;

3. Дієвість психологічної допомоги та визначальна роль динаміки її процесу у професійній діяльності психолога-консультанта залежить від його особистих якостей, таких як динаміка, характер, своєрідність міжособистісних стосунків. На відміну від інших професій в яких значення міжособистісних стосунків відіграють значну, часом навіть ключову роль, а деколи не мають жодної ролі, не зважаючи на особисті професійні компетенції спеціаліста. У практикуючого психолога, як правило, перша зустріч, перша комунікація стає вирішальною[5; 35].

У своїх дослідженнях О. Бондаренко сформулював узагальнені завдання, що покладені на вирішення проблем психологічною допомогою. Першою з них, як предметної перспективи, визначається особистість. Тут відповідно може бути завдання з самовизначення або встановлення ідентичності, здійснення вибору або прийняття рішення, самоусвідомлення або особистісної рефлексії; примирення з критичною або кризовою ситуацією; Важливою істотною особливістю виступає те, що відповідні цілі і завдання, як правило, в більшості визначає сам клієнт. А подальшим безумовним аспектом виступає відповідно сам процес надання послуги психологічної допомоги, де окремими самостійними завданнями виступають: завдання, які забезпечують допоміжні можливості процесу через налагодження стосунків прийняття і довіри; забезпечення відповідної динаміки відносин у процесі роботи, що сприяє усвідомленню і можливо ефективного розв'язання психологічної проблеми клієнта; обговорення або руйнування психологічних бар'єрів; встановлення та застосування сили впливу на клієнта (або мінімального, який обмежується співчуттям, або максимального, як під час конфлікту або техніки НЛП). На основі цього можна виокремити завдання діяльності практичного психолога:

- екзистенціальна і емоційна підтримка клієнта;
- підтримка прагнень що до власних переорієнтації та змін;

- допомога у визначенні власної та ситуативної тривоги, які викликані змінами реального життя;
- подолання смислових або поведінкових бар'єрів, які не дозволяють здійснювати необхідні дії;
- сприяння пошуку можливостей зміни способу (сміслоочікувань, відносин, дій) існування[5].

Ряд теоретиків[26; 35] разом з О. Бондаренком[5] підкреслюють важливу особливість психологічної допомоги, яка пов'язана з клієнтом через можливі типові прояви у нього переживання невпевненості у власних силах, коливання станів від радості до смутку, страх від майбутнього розтавання з психологом («Що ж я буду робити без вас?»). Та схожі переживання пов'язані з переходом до іншого семантичного простору, до інших способів буття. Цей важливий компонент відноситься до завершального етапу терапевтичної, консультативної та психологічної діяльності. Особливості його виражаються у специфічних завданнях що стоять перед практичним психологом:

- необхідність підбадьорити клієнта й підкреслити часові межі травмуючого питання, терапевтичного процесу або консультування;
- здійснення аналізу елементів що впливають на поведінку клієнта і надання допомоги щодо досягнення максимальної самодостатності і самостійності;
- допомогти переосмислити процес психологічної допомоги як запропонованої можливості клієнту глибше з'ясувати власні цінності, мотиви, цілі;
- прагнути знайти «золоту середину» між тенденціями емоційного відсторонення, заступництва та гіперопіки, від клієнта.

Завершальний етап спільної роботи для клієнта досить важкий. Обумовленні ці труднощі тим, що припиняються емоційно насичені стосунки, під час яких клієнт відчував свій захист і тепер з певною тривогою має увійти у реальне життя, в якому не має можливості переіграти або

повторити ситуацію де у колишнього клієнта взагалі відсутня жодна страховка. Основною схемою завершального етапу роботи психолога може бути, на основі побоювань клієнта, докласти зусиль щодо навіювання впевненості, акцентування на тому, що вразі необхідності може розраховувати на підтримуючі зустрічі. Одним із професійних важливих, можливо найголовніших завдань практичного психолога на завершальному етапі є вчасне звільнення життєвого простору клієнта від себе[7].

Тривалість спільної роботи психолога і клієнта залежить від підходу, специфіки проблеми, можливостей і може тривати від однієї зустрічі до кількох місяців і років. Робота може обмежуватись або перериватись на будь-якому з етапів. Винятком являється класичний психоаналіз який здійснює повний курс від 5 до 20 років, продуктивною тривалістю роботи сучасних практичних психологів та психотерапевтів вважають від 1 години до 2 років (за матеріалами вітчизняної та американської наукової періодики). Досвід практикуючих вітчизняних психологів показує, що надання психологічної допомоги в нашому суспільстві складається, як правило, з декількох зустрічей, в середньому, від 1 до 40 годин. Однак з часом можливе повторне проведення процедури психологічної допомоги яка буде обумовлена впливом певної низки чинників (вид роботи, особистісні особливості, проблематика і т.п.)[5].

На основі опублікованих результатів досліджень І. Малкіної-Пих та інших науковців [26; 35] щодо визначення рівня прогнозованості й оцінки можливих перспектив надання допомоги клієнту, було виокремлено відповідні параметри, важливі для оцінювання клієнта, планування терміну роботи та передбачення її успішності:

1. Зрозуміло, що процес психологічної допомоги не можливий без спільної взаємодії, тому при оцінці прогнозу крім клієнта необхідно враховувати особистість самого практичного психолога який може мати власні специфічні особливості, наприклад, певна типологія проблем або клієнтів, з якими йому вдається краще справлятися та загальні, наприклад,

рівень підготовки. Ключовими показниками цього аспекту є: відповідний рівень професійної підготовки і культури консультанта; сензитивність і можливість реагувати на зміни, що можуть відбутись у нього і у клієнта; особиста життєлюбність та здатність до партнерських стосунків з певним клієнтом; задоволеність і збалансованість особистих базових цінностей; спроможність та наявність витримки щодо змін в роботі з конкретним типом клієнта (удари по самолюбству, тривалість та сила опору або перенесення і т.п.), особисте фізичне і психічне здоров'я психолога (почуття гумору і усвідомлення індивідуальних меж, адекватна енергетика та відсутність невротичних рис і потреб).

2. Прогнозування успішності спільної діяльності беззаперечно є двостороннім, тому що включає відповідний важливий чинник такий як обґрунтування віри в успіх. В процесі надання психологічної допомоги клієнтам, що перебували в складних ситуаціях, необхідно акцентувати увагу на дуже важливому елементі, що початок справжнього лиха настає коли закінчується стихія і починається робота по наданню допомоги постраждалим. Тому що не тільки саме надзвичайні події, а її масштаби наслідків їх руйнівних дій, їхня раптовість, розповсюдженість спричинених ними стресів в більшості зумовлені аспектами предкатастрофного розвитку[35].

### **Висновки до першого розділу.**

Проведений аналіз теоретичних джерел як необхідний та важливий етап даного дослідження дав можливість зробити такі висновки:

1. Почуття провини має еволюційний, соціальний та особистісно-психологічний фактори формування. Всіх їх об'єднує спрямованість індивіда на соціальне оточення, залежність від нього, що сформоване генетичною схильністю людини хоча б на задовільному рівні розуміти очікування соціального оточення, мати зворотній зв'язок щодо власної поведінки й таким чином ефективно соціалізуватися. Тому, почуття провини має ознаки інстинкту виживання. Однак, первісність даного почуття вийшло за межі

його базового призначення внаслідок урбанізації, інформатизації та стресогенності середовища. Назважаючи на те, що психіка має декілька десятків механізмів психологічного захисту – не завжди вони допомагають зняти надмірну тривалу психічну напругу. Це особливо стосується надмірного почуття провини як психологічного явища, що виникає внаслідок підвищених вимог до себе, схильності до самозвинувачення, надмірної совісливості та інших особистісно-психологічних явищ. Надмірне переживання почуття провини має достатньо ознак глибокої особистісно-психологічної кризи, що може мати вкрай негативні наслідки. Тому, психологічна робота з особистістю, що переживає кризу, яка виникла через глибоке почуття провини є необхідною та першочерговою діяльністю з метою попередження непоправного з наступним виходом особистості на більш оптимальний рівень функціонування.

2. Психологічна допомога є основною формою професійної діяльності психологів з клієнтами, що призначена для рекомендації їм до застосування найбільш доцільних психологічних інструментів вирішення проблем різного рівня складності в життєдіяльності. Основною ознакою потреби в психологічній допомозі є наявність в особистості чи в соціальній, а також професійній групі психологічних та соціально-психологічних проблем, що самотійно й достатньо якісно вирішити неможливо. Кількість психологічних та соціально-психологічних проблем може налічувати декілька десятків, а можливо й сотні. Інструментарій, метод чи їх комбінація з надання психологічної допомоги не може мати чіткої алгоритмізації, оскільки кожна окрема проблема є унікальною та майже неповторною. Ефективність надання психологічної допомоги залежить від дуже багатьох факторів, які психолог має врахувати при плануванні й коригувати в процесі реалізації. Все ж можна з великою впевненістю стверджувати те, що ключовим фактором все ж є професіоналізм психолога, який створює основу здатності вирішити якщо не всі, так абсолютну кількість психологічних чи соціально-психологічних проблем клієнта (групи). Психологія має в своєму

потенціалі надзвичайно велику кількість різних методів, прийомів, вправ та іншого інструментарію, що може вкрай ситуативно виявитися як дуже ефективним, так й дуже шкідливим для клієнта. Тому й професіоналізм психолога є ключовим фактором ефективності психолога.

## РОЗДІЛ II.

### ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-КОНСТАТУЮЧЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ В ОСОБИСТОСТІ

*Метою* завдання даного етапу дослідження можна вважати отримання для застосування математичних методів обчислення статистичних даних достатньої кількості осіб, що мають певний рівень переживання почуття провини з використанням одночасно достатньої кількості методик для емпіричної інформації щодо залежної та незалежних змінних.

*База* дослідження буде проведена серед військовослужбовців однієї з військових частин, що відносяться до Національної гвардії України, з керівництвом якої узгоджено відповідний експеримент. Згодилося прийняти участь в емпіричній частині даного кваліфікаційного дослідження 32 військовослужбовці, з яких 83% чоловічої статі (27персон) і 17% жіночої (5осіб) віковим діапазоном від 21 до 34 років.

*Гіпотеза:*

1. Припускаємо, що особливості надання психологічної допомоги клієнтам з загостреним почуттям провини детерміновані причиною і часом виникнення цього почуття.

2. Припускаємо, що ефективним методом надання психологічної допомоги клієнтам з почуттям провини є ненасильницьке спілкування М.Розенберга.

Це є головною умовою реалізації саме констатуючого етапу даного експерименту. Тому, для досягнення цього необхідно зосередитися на виконанні таких часткових *завдань*, без виконання яких неможливим буде продовження дослідження на задовільному рівні валідності:

- обґрунтування придатних до застосування в даних умовах методів щодо емпіричних даних, які достатньо повно дають інформацію про наявний стан, рівень та якість залежної, незалежних та додаткових змінних. Це має

мінімізувати ймовірність впливу важливої змінної в даному дослідженні, що буде існувати в якості прихованої;

- пошук придатних до участі в даному експерименті учасників в достатній кількості та з задовільною ймовірністю того, що емпіричні показники за залежною змінною можуть мати розподіл, який є наближеним до нормального. Дана обставина є однією з ключових елементів можливості реалізації експерименту саме в його констатуючому варіанті. У випадку розподілу статистичних даних у варіанті, що надто відрізняється від нормального буде необхідно продовжити залучення нових учасників дослідження.

### **2.1. Обґрунтування методів емпіричного дослідження та характеристика його вибірки.**

Можна стверджувати те, що будь-яке психологічне дослідження мати ґрунтуватися на певних методологічних засадах, здійснюватися на основі застосування відповідних й адекватних до умов дослідження методів та методик. Методи експериментально-психологічного дослідження мають відповідати таким вимогам як об'єктивність, валідність та надійність. Під валідністю довідкова література з експериментальної психології [9; 41; 45; 66] розуміє таку якість методу, що здатна виражатися у відповідності до того, для вивчення і оцінки чого даний метод й є призначеним. Надійністю є якість методу дослідження, що демонструє отримання дещо відносно одних й тих самих результатів в умовах повторного його використання з метою отримання тієї самої інформації, але через відносно тривалий проміжок часу. Іншими словами, можна казати те, що результат за певним методом в певних досліджуваних з часом не має кардинально відрізнятися.

Все ж доцільно спробувати послатися на спробу дати визначення, за яким методом є спосіб, за допомогою якого є можливим отримання наукових фактів, їх фіксація, аналіз й при цьому не завжди це тим самим способом, що



здатне привести до розкриття закономірностей[45; 61; 66]. Кожна наукова галузь має та застосовує певні методи дослідження, які умовно поділяють на загальні, що є характерними для більшості наук, а також конкретні або спеціальні, що можуть використовуватися дуже специфічно окремими науками чи їх групами. Також, загальнонаукові методи застосовуються фактично у всіх науках. До них прийнято відносити такі як аналіз, синтез, індукція, дедукція, моделювання, гіпотетичний метод, узагальнення, абстрагування, моделювання тощо. А конкретні (спеціальні) наукові методи відображають особливості, унікальність та специфіку певної науки. Вони є неоднаковими в різних науках. Щодо психології доцільно вказати, що вона широко використовує як основні, так й спеціальні (допоміжні) методи.

Вже понад 100 років існує психодіагностика, що посіла домінуюче положення серед саме емпіричних методів психології, оскільки має низку переваг, основними з яких є застосування інтервального шкалування, швидкість отримання задовільної за валідністю інформації про велику кількість осіб. Звісно, що є й недоліки, але переваги суттєво компенсують їх. Й, при цьому, сформовано достатньо аргументовано та просто основні вимоги до тестів та інших діагностичних методів, що обґрунтовано сучасним англійським психологом Полом Клайном. До них належать такі обов'язкові умови як застосування шкали відношень або, як мінімум, шкали інтервалів, надійність, валідність, дискримінативність, наявність нормативної інформації про об'єктивні дані, а також достатньо просте формулювання для розуміння в певному сенсі і однозначність тестових завдань, можливість застосовувати обмеження за часом при їх виконанні, соціокультурна адаптивність тесту, операціоналізація, верифікація тощо[23; 51].

Окрім зазначеного, психодіагностичні методики мають відповідати ще наступним додатковим вимогам:

а) простота виконання і відносно низька трудомісткість без залежності від рівня складності тестового завдання. Виконання методики має потребувати по затратах мінімуму фізичних та психологічних зусиль;

б) зрозумілість і доступність для психолога і особи, що виконує тестове завдання;

в) наявність, лаконічність, послідовність та точність інструкції до виконання тестових завдань. Інструкція має налаштовувати досліджуваного на достатній рівень сумлінності в подальшій роботі, виключати випадкові фактори, що можуть спотворити й цим негативно вплинути на результат виконання тесту. Наприклад, в інструкції не має бути слів, що хоча б в якійсь мірі здатні спонукати досліджуваного до оцінювання відповідей чи запропонованих їх варіантів;

г) відсутність сторонніх подразників (людей, музики тощо), що будуть відволікати досліджуваного від виконання тестового завдання або налаштовувати на упереджене ставлення як до певної методики психодіагностики, так й в цілому як до методу[1; 23; 48].

Крім зазначених норм проведення тестування, існують ще й правила його проведення, а також обробки та інтерпретації отриманих результатів. Найбільш важливими з них можна вважати такі:

1) перед застосуванням тесту психодіагносту самому необхідно ознайомитися з ним і випробувати на собі. Це значно сприяє уникненню можливих помилок, що пов'язані з проведенням тестування та зумовлені недостатніми знаннями щодо його нюансів;

2) слід завчасно подбати про те, щоб перед початком виконання тестів чи тестових завдань учасники дослідження достатньо добре зрозуміли їх, а також інструкцію до тесту;

3) в процесі тестування потрібно стежити за тим, щоб учасники дослідження працювали самостійно, незалежно і не мали можливості впливати один на одного;

4) необхідним є застосування обґрунтованих і перевірених процедур обробки та інтерпретації результатів тестів, що сприяє уникненню помилок на цьому етапі тестування. У першу чергу це стосується математично-

статистичного обробки даних та завчасного установлення первинних даних, які ще можуть називатися «сирими» [23].

Таким чином, пошук з наступним аналізом методик психодіагностики був проведений таким чином, щоб отримати статистичну інформацію достатньої валідності, об'єктивності та надійності щодо прочуття провини як залежної змінної, особистісних важливих показників, що можуть потенційно бути корелятами залежної й це класифікується як група незалежних змінних. Тому, можна з достатньою впевненістю стверджувати, що при проведенні констатуючого етапу даного дослідження можуть бути використані наступні методики:

- «Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS)» в авторстві С. Хобфолла (Додаток А) [48, с. 135–154];
- «Рівень суб'єктивного контролю (РСК)» (Додаток Б) [23, с. 79–84];
- опитувальник Ч. Спілбергера щодо реактивної та особистісної тривожності (Додаток В);
- «Діагностика агресивних та ворожих реакцій людини Баса-Дарки» (Додаток Г) [23, с. 273–276]. Саме в даній методиці передбачено шкалу «почуття провини», яка й планується до застосування в дослідженні в якості залежної основної змінної. Припускаємо, що почуття провини в даній методиці як аутоагресивне ставлення до себе здатне пояснити складність та на достатньому рівні якісні особливості зазначеного явища в особистості;
- авторська «Анкета з ретроспективного дослідження особливостей ставлення батьків до дитини», що розроблена на основі результатів проведення досліджень О.В. Царьковою [64].

Далі коротко охарактеризуємо основні аспекти обраних для констатуючого етапу дослідження методик.

Методика «Стратегії подолання стресових ситуацій» (SACS) С. Хобфолл. Призначена для виявлення бажаних стратегій подолання скрутних (стресогенних) ситуацій. С.Хобфолл розглядає копінг або долаючу поведінку як певну сукупність когнітивно-поведінкових дій, що залежать від ситуаційного контексту. Він в методиці запропонував застосовувати певну модель, що має дві основні вісі (просоціальна-асоціальна, активна-пасивна) і одну додаткову вісь (пряма-непряма). Зазначені вісі є вимірюванням загальних стратегій подолання певних складних ситуацій особистістю. Введення просоціальної і асоціальної вісей ґрунтується на тому, що:

- а) багато життєвих стресорів є міжособистісними або мають міжособистісний компонент;
- б) навіть індивідуальні зусилля з подолання мають потенційні соціальні наслідки;
- в) дія подолання часто вимагає взаємодії з іншими людьми;
- г) активні і пасивні копінг-стратегії можуть мати різний соціально-психологічний контекст.

Звернення ж до соціального контексту подолання надає можливість більш збалансованого порівняння чоловіків з жінками за особливостями копінг-стратегій. Пряма-непряма вісь долаючої поведінки збільшує здатність застосовувати опитувальник SACS як міжкультурного. Вона дозволяє диференціювати копінг-поведінку за поведінковими стратегіями як за проблемно орієнтованими зусиллями (прямих або маніпулятивних).

Опитувальник містить наступні дев'ять моделей копінг-поведінки:

- 1) Асертивні дії.
- 2) Вступ у соціальний контакт.
- 3) Пошук соціальної підтримки.
- 4) Обережні дії.
- 5) Імпульсивні дії.
- 6) Уникнення.
- 7) Непрямі дії.

8) Асоціальні дії.

9) Агресивні дії[48, с.135–154].

Опитувальник Ч. Спілбергера має 40 питань, з яких 1-20 призначені для оцінки реактивної тривожності (шкала «Як ви себе почуваєте в даний момент?») та 21-40 для того, щоб визначати особистісну тривожність (шкала «Як Ви себе почуваєте зазвичай?»). На кожне запитання можливі 4 варіанта відповіді за ступенем інтенсивності (зовсім ні, мабуть так, вірно, цілком вірно) щодо отримання даних за шкалою реактивної тривожності, 4 варіантах дещо відмінних за попереднім зразком відповідей щодо частоти (майже ніколи, іноді, часто, майже завжди) як за шкалою особистісної тривожності [23; 43].

Опитувальник «Рівень суб'єктивного контролю» (РСК) досліджує локус контролю, що ще позиціонується як екстернальний або інтернальний тип суджень людини про те, хто і в якій мірі причиняє події, що пов'язані з цією особою. У першому випадку людина вважає, що події, які з нею відбуваються є результатом дії зовнішніх сил, інших людей тощо. У другому випадку людина пояснює значущі події як результат суто своєї діяльності та активності й цим вбачає коня успіхів та невдач в собі. Опитувальник РСК складається з 44 пунктів. Його доцільність полягає в тому, щоб отримати інформацію про важливу особистісну складову про досліджуваного й встановити наявність кореляцій з почуттям провини.

Опитувальник «Діагностики агресивних та ворожих реакцій людини» розроблений А. Бассом і А. Дарки в 1957 р. і функціонально вважається ними придатним для того, щоб визначати наявність в певної особистості наступні види реакцій:

- 1). Фізична агресія.
- 2). Непряма.
- 3). Роздратування.
- 4). Негативізм.
- 5). Образа.

6). Підозрілість.

7). Вербальна агресія.

**8). Почуття провини.**

Опитувальник містить 75 тверджень, на які досліджуваним пропонується обрати відповідь між «так» чи «ні».

Обґрунтування анкетиз ретроспективного дослідження особливостей ставлення батьків до дитини, яка носить суто евристичне призначення для того, щоб мати можливість дослідити наявність впливу напевно дуже прихованого та глибокого з батьківського ставлення до особистості в період її дитинства. Зважаючи на результати теоретичного аналізу, було прийнято рішення про доцільність включення до незалежних змінних експерименту фактора сімейного виховання в онтогенезі людини як одного з найбільш вагомих в формуванні її особистості. Пошук теоретичних підстав для реалізації цього задуму виявив проведене О. В. Царьковою [63; 64] схоже за метою дослідження, яка досить повно та ґрунтовно врахувала роль сім'ї в становленні особистості дитини через позиціонування батьків щодо сімейного виховання. Вона застосувала таку типологію неповноцінного ставлення батьків до сімейного виховання дитини:

- безумовне неприйняття дитини, що зазвичай виникає у людей з несформованим батьківським інстинктом. Дитина може бути перешкодою для досягнення цілей або для отримання задоволення від життя. Нерідко такі батьки «прилаштовують» малюка до бабусь, рано віддають в дитячий сад (ясла), направляють в школи з повним пансіоном або цілодобовим змістом. З бесід з батьками можна дізнатися про окремі факти неприйняття, зокрема після пологів мати не годує дитину груддю через небажання. Дитячі капризи можуть викликати напади агресії через відсутність жалю і любові до малюка;

- умовне прийняття, яке виникає у зв'язку з тим, що дитина була небажаною, або, можливо, з появою малюка пов'язані негативні або навіть трагічні події в сім'ї. В результаті, навколишні, а особливо мати,

на підсвідомому рівні пов'язують з дитиною життєві проблеми та проєктують на неї своє ставлення до життя;

- емоційне неприйняття. У цьому випадку батьки виконують батьківські функції в повному обсязі: доглядають, піклуються, переживають під час хвороби, цікавляться життям своїх дітей;

- «крижане» мовчання. Провини дитини караються «крижаним» мовчанням. Оскільки батьки помічають надто багато проступків дитини, в родині міцно встановлюються холодні відносини;

- повна безконтрольність. Діти часто надані самі собі. У родині не встановлені рамки поведінки, батьки не цікавляться душевним станом дитини. Нерідко це виникає після розлучення, коли батьки зайняті налагодженням свого особистого життя;

- підміна духовної близькості матеріальними цінностями. Батьки виправдовують себе браком часу і необхідністю працювати на благо загального сімейного щастя. Тому численні форми безконтактної емоційної взаємодії є достатньо виправданими.

Звісно, що вже доросла людина з почуттям провини може мати в своєму онтогенезі комбінований варіант «виховання» з боку її батьків. Й це є підставою для застосування ретроспективного методу через розроблену анкету за даною типологією недоліків у вихованні. При цьому, найбільш оптимальним є застосування інтервальної шкали як найбільш точної та економної при реалізації емпіричного дослідження. Далі у таблиці подається перелік з 12 питань анкети (по 2 питання за 6 різновидами викривленого ставлення батьків при вихованні їх дитини), що мають на меті встановити думку людини, яка приймає участь в експерименті щодо рівня та особливостей переживання нею почуття провини. Учасники дослідження мають згадати своє дитинство й обрати в межах від 0 до 10 балів наявність в поведінці їх батьків певної характерних особливостей. Питання анкети сформульовано шляхом виділення найбільш важливих характеристик з опису О.В. Царькової типів ставлення батьків до дитини. Питання в анкеті №1 та

№7 характеризують «безумовне неприйняття дитини», №2 та №8 – «умовне прийняття» й так далі. При цьому, учасники мають окремо оцінювати батька й мати. Якщо когось з батьків не було в сім'ї – респондент має поставити позначку «-». Анкета наводиться у таблиці 2. 1.

Таблиця 2. 1.

**Анкета з ретроспективного дослідження особливостей ставлення  
батьків до дитини**

| № з/п | Питання  | Оцінка (від 0 до 10) |      |
|-------|--|----------------------|------|
|       |  | батько               | мати |
| 1.    | Наскільки часто Ваші батьки залишали Вас на бабусь?  |                      |      |
| 2.    | Як часто Ви чули від когось з батьків вислів про те, що їм прийшлося з Вашим народженням суттєво змінити їх життєві амбіції? |                      |      |
| 3.    | На скільки Ваші батьки були віддалені від Вас в емоційному співпереживанні?  |                      |      |
| 4.    | Як часто Ваші батьки намагалися на Вас вплинути (виховати) через мовчання?   |                      |      |
| 5.    | На скільки Ваші батьки були відсторонені від контролю за Вашою поведінкою?   |                      |      |
| 6.    | До якої міри батьки намагалися компенсувати недоліки Вашого виховання матеріальною компенсацією?                             |                      |      |
| 7.    | Наскільки Ваші батьки були стурбовані тим, щоб у Вашій школі була група продовженого дня?                                    |                      |      |
| 8.    | Як часто Ви інтуїтивно в дитинстві відчували те, що батьки є змушеними про Вас турбуватися?                                  |                      |      |
| 9.    | На скільки Ви відчували емоційну відстороненість батьків від Вас?  |                      |      |



|     |   |  |  |
|-----|---|--|--|
| 10. | На скільки батьки принципово ставилися до Ваших проступків й при цьому не зважували на їх дріб'язковість?           |  |  |
| 11. | Яким чином Ви охарактеризуєте байдужість батьків до Ваших душевних дитячих переживань?                              |  |  |
| 12. | На скільки Ваші батьки були занадто зосередженні на професійній діяльності за рахунок можливої комунікації в сім'ї? |  |  |

Зважаючи на те, що дана анкета носить суто пошукову причину її застосування та не є значною за обсягом вважаємо недоцільним її поглиблену апробацію. Її доцільність лежить в площині спроби розширити емпіричну базу дослідження. Тому, сподіваємося, що отримані за нею емпіричні дані можуть додати можливостей інтерпретації іншої емпіричної інформації. В разі відсутності такого ефекту дослідження буде мати задовільну кількість іншої емпіричної інформації.

В подальшому перейдемо до наступної частини, яка має забезпечити валідність констатуючого етапу даного експерименту, а саме обґрунтування вибірки дослідження.

Проведений аналіз методичної літератури з питання планування психологічних досліджень [44; 61; 66] засвідчив те, що усіх потенційних досліджуваних, які можуть бути об'єктом конкретного психологічного дослідження, розглядають як популяцію або генеральну сукупність. При цьому, кількість досліджуваних, які беруть участь в експерименті, називають вибіркою. Склад вибірки повинен репрезентувати генеральну сукупність, адже висновки експерименту поширюються на всіх членів популяції. Потенційні досліджувані характеризуються різною статтю, віком, соціальним станом, рівнем освіти тощо. Крім того, вони мають різні індивідуально-психологічні особливості (наприклад, інтелект, рівень нейротизму, агресивності). Для того щоб вибірка репрезентувала всіх членів популяції, застосовують техніку рандомізації, згідно з якою різним

представникам генеральної сукупності присвоюють відповідний індекс, а потім з кожної підгрупи випадково вибирають членів експериментальної вибірки. Таким чином, формування вибірки є важливим етапом в забезпеченні валідності експериментально-психологічного дослідження. Однак, як зазначили всі теоретики з експериментальної психології, ідеального експерименту провести неможливо й залишається лише реальний експеримент максимально наблизити до ідеального. Тому, зважаючи на ці обставини було сформульовано наступні особливості експериментального плану в даному дослідженні:

1. Цей етап дослідження має реалізуватися через констатуючий формат експерименту. Тому, необхідно залучити певну кількість людей, що є достатньою для подальшого математичного обчислення статистичних даних, які за основними характеристиками критеріями мають відповідати генеральній сукупності. Оскільки має бути застосований кореляційний аналіз мінімальною може бути вибірка не менше 30 осіб.

2. Учасники дослідження рандомізовано (випадково) потрапляють у вибірку. Оскільки основною задачею дослідження є дослідження рівня та особливостей почуття провини серед учасників припускаємо, що серед них може бути різний рівень зазначеного явища. Це й є дисперсією, що є необхідною для застосування інших математичних методів. Тому, нормальним може вважатися такий результат, за якого переважна більшість учасників експерименту будуть мати середній рівень почуття провини, а високий та низький рівні незначна кількість досліджуваних.

3. Дослідження буде проведено серед військовослужбовців однієї з військових частин, що відносяться до Національної гвардії України, з керівництвом якої узгоджено відповідний експеримент. Таким чином, учасники дослідження мають певні особливості. У першу чергу це те, що можуть потрапити до вибірки учасники бойових дій й їх суттєво відрізняє в генеральній сукупності. Разом з цим, існує можливість дослідити потенційно ймовірне почуття провини в цій специфічній категорії, що відноситься до

генеральної сукупності українського суспільства. Не очікується та й не потрібна в експерименті їх велика кількість, оскільки не це є метою дослідження. Тому, можна казати про те, що вибірка в цьому дослідженні може бути в значній мірі специфічною, але це не зменшує валідність дослідження.

Таким чином, вибіркою дослідження виявилися військовослужбовці Національної гвардії, яким було запропоновано прийняти участь в добровільному дослідженні рівня почуття провини та інших супутніх психологічних обставин з обов'язковою умовою повної конфіденційності отриманих результатів. Окрім цього, висловлена можливість прийняття участі в подальшій психокорекційній роботі за означеним психологічним питанням. Згодилося прийняти участь в емпіричній частині даного кваліфікаційного дослідження 32 військовослужбовці, з яких 83% чоловічої статі (27персон) і 17% жіночої (5осіб) віковим діапазоном від 21 до 34 років. Більш детально характеристику вибірки відображено в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

**Характеристика вибірки констатуючого етапу  
експериментального дослідження**

| Критерій<br>характери-<br>стики<br>вибірки | Категорія за<br>критерієм<br>вибірки | Стать    |        | Вік              |                  |                   |
|--|--------------------------------------|----------|--------|------------------|------------------|-------------------|
|  |                                      | Чоловіча | жіноча | 21 – 25<br>років | 26 – 30<br>років | Понад<br>30 років |
| Рівень<br>посади                           | Рядовий                              | 23       | 4      | 17               | 7                | 3                 |
|  | Начальницький                        | 4        | 1      | 1                | 4                | 0                 |
| Досвід<br>участі в<br>бойових<br>діях      | Без досвіду                          | 4        | 2      | 5                | 1                | 0                 |
|  | До 3 місяців                         | 13       | 2      | 4                | 9                | 2                 |
|  | Від 3 до 6<br>місяців                | 6        | 1      | 4                | 2                | 1                 |
|  | Від 6 місяців до                     | 2        | 0      | 1                | 1                | 0                 |

|                |             |    |   |    |   |   |
|----------------|-------------|----|---|----|---|---|
|                | року        |    |   |    |   |   |
|                | Понад 1 рік | 2  | 0 | 1  | 1 | 0 |
| Тип підрозділу | Бойовий     | 22 | 1 | 16 | 6 | 1 |
|                | Тиловий     | 3  | 2 | 1  | 3 | 1 |
|                | Штабний     | 2  | 2 | 1  | 2 | 1 |

Також, вважаємо за доцільне застосувати в якості додаткової змінної даного експерименту такий критерій характеристики вибірки як «досвід участі в бойових діях» у якості рангової шкали. Так, саме ця й лише ця шкала може мати задовільний рівень дисперсії даних й ця життєва характеристика учасників експерименту може бути використана хоча б в якості рангової шкали з позиціонуванням 5 рангів, починаючи з рангу №1, що свідчить про відсутність бойового досвіду й до рангу №5, який вказує на наявність бойового досвіду понад 1 рік. Також, застосовано рангову шкалою за характеристикою вік за трьома її рангами. За рештою характеристик вибірки не вбачаємо можливості їх використати в якості будь-якої шкали за причини занадто викривлення даних за окремими характеристиками й ці явища цілком очевидно, що не можуть мати нормального розподілу.

Таким чином, можна казати про те, що вибірка даного емпіричного дослідження може бути придатною для участі за кількістю та якісними аспектами через наступні аргументи:

- Кількісний склад вибірки створює можливість застосування окрім критеріїв з вимірювання центральної тенденціїще й кореляційний аналіз з використанням непараметричного його типу;
- Цілком ймовірним може виявитися в певній частини учасників дослідження показника за почуттям провини, що перевищує середній рівень, оскільки 26 осіб мають в життєвому досвіді обставини та ситуації, які потенційно могли це спричинити;
- Звісно, що дана вибірка не може бути еквівалентною до генеральної сукупності за всім українським суспільством й це не в повній мірі

характеризує особливості та рівень переживання почуття провини в зазначеній популяції.

Однак, це й не є завданням дослідження. Все ж, головним завданням на етапі констатуючого дослідження є з'ясування рівня та окремих особливостей переживання почуття провини в достатньої кількості осіб, що бажають прийняти участь в формуючому етапі даного дослідження. Таким чином, для забезпечення операційної валідності даного експерименту на задовільному рівні достатньо сформувати хоча б одну експериментальну групу в кількості 10 осіб, що є оптимальним для застосування непараметричних критеріїв обчислення при проведенні порівняльного аналізу (критерій Вілкоксона для залежних вибірок). За можливості, решта учасників констатуючого етапу дослідження може прийняти участь в формуючому етапі експерименту в якості контрольної групи. Таким чином, зазначене свідчить про достатню за основними критеріями, якістю та кількістю вибірку, що охарактеризована в таблиці й це є підставою для реалізації емпіричного дослідження.

## 2.2. Констатує експериментальне дослідження рівня почуття провини та супутніх особистісно-психологічних явищ.

Звісно, що розпочнемо демонстрацію та описання результатів констатуєчого етапу даного експерименту опитувальника «Діагностики агресивних та ворожих реакцій людини Баса-Дарки». Результати методики зображені у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

### Середнє та стандартне відхилення за методикою «Діагностики агресивних та ворожих реакцій людини Баса-Дарки»

| №   | Види агресії        | Середнє та стандартне відхилення |
|-----|---------------------|----------------------------------|
| 1.  | Фізична акресія     | 4.9±0,5                          |
| 2.  | Непряма агресія     | 4.5±0,5                          |
| 3.  | Роздратування       | 6±0.7                            |
| 4.  | Негативізм          | 3.2±0,4                          |
| 5.  | Образа              | 5.2±0,7                          |
| 6.  | Підозрілість        | 5.7±0,7                          |
| 7.  | Вербальна агресія   | 7.7±0,8                          |
| 8.  | Почуття провини     | 7.5±0,9                          |
| 9.  | Індекс ворожості    | 13±2,1                           |
| 10. | Індекс агресивності | 14.7±1,9                         |
| 11. | Аутоагресія         | 16.3±1,4                         |

Наявні дані за методикою й її найбільш важливою для даного дослідження шкалою «почуття провини» свідчить про те, що дана залежна змінна має високий показник й перебуває на другому місці після шкали «вербальної агресії» за середнім балом зі всіх базових шкал. Це, у свою чергу визначило першу позицію з інтегрованих шкал за методикою саме «аутоагресії». Можемо констатувати той факт, що учасники даного дослідження, які виявили бажання прийняти в ньому участь не даремно

проявили таку активність. Так, очевидним є підвищений показник саме «почуття провини». Звісно, що такий результат може свідчити про спрацювання розрахунку на те, що емпіричні дані за залежною змінною виявляться достатніми для того, щоб проводити подальші математичні обчислення.

Щодо домінуючого в особистості різновиду агресії було застосовано процентний аналіз й його результати найбільш наглядно можна виразити саме графічно. Таким чином, рівень розподілу агресії за процентним аналізом зображено на рисунку 2.1.

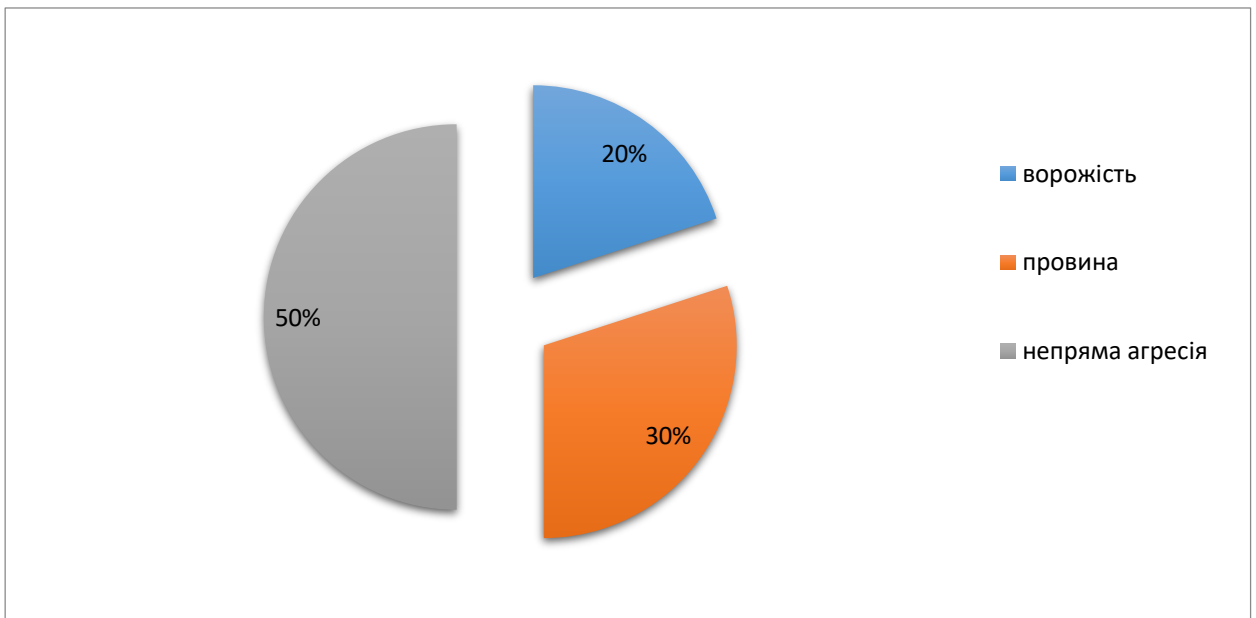


Рис. 2.1. Результати процентного аналізу щодо рівня розподілу агресії у вибірці

Можемо констатувати той факт, що у 20% досліджуваних значно проявляється індекс ворожості та індекс агресивності. Вони включають в себе сукупність таких показників як: фізична агресія, вербальна агресія, непряма агресія, підозрілість і образа. У 30% досліджуваних проявляються такі види агресії як: вербальна агресія, почуття провини та ауто агресія, 50% досліджуваних вдаються до таких видів агресії як: фізична агресія, непряма агресія, роздратування, негативізм, образа і підозрілість. Таким чином

Наступною методикою даного дослідження є «Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS)» С. Хобфолла для виявлення бажаних стратегій подолання у скрутних ситуаціях. Результати досліджень вказані у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

**Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS) С. Хобфолла  
Аналіз прояву копінг-стратегій особистості**

| №  | Стратегії подолання        | Середнє та стандартне відхилення |
|----|----------------------------|----------------------------------|
| 1. | Асертивні дії              | 21.8±3,3                         |
| 2. | Вступ у соціальний контакт | 20.5±2,8                         |
| 3. | Пошук соціальної підтримки | 23.5±3,1                         |
| 4. | Обережні дії               | 19.9±2,2                         |
| 5. | Імпульсивні дії            | 19.5±2,1                         |
| 6. | Уникнення                  | 17.2±1,7                         |
| 7. | Непрямі дії                | 20.7±2,4                         |
| 8. | Асоціальні дії             | 17.7±,8                          |
| 9. | Уникнення                  | 21.1±2,4                         |

Щодо даних результатів також було застосовано процентний аналіз й встановлено, що за результатами проведеної методики у досліджуваній вибірці отримано такий результат: 50% досліджуваних використовують такі копінг-стратегії вступ у соціальний контакт, обережні дії, імпульсивні дії, непрямі дії, уникнення, 30% респондентів використовують такі копінг-стратегії, як асертивні дії і пошук соціальної підтримки, 20% респондентів вдаються до використання таких копінг-стратегій, як уникнення і асоціальні дії. За методикою РСК результати викладено в таблиці 2.4.



Таблиця 2.4

**Середнє та стандартне відхилення за методикою РСК**

| №  | Шкала за різновидом локусу контролю | Середнє та стандартне відхилення |
|----|-------------------------------------|----------------------------------|
| 1. | Загальна інтернальність             | 45.7±4,6                         |
| 2. | Інтернал. в досягненнях             | 10.8±1,3                         |
| 3. | Інтернал. в обл. невдач             | 12±1,4                           |
| 4. | Інтернал. в сім. стосунках          | 9.7±1                            |
| 5. | Інтернал. обл. продукт. відносин    | 7.7±1                            |
| 6. | Інтернал. в здор. і хворобі         | 5±0,7                            |

Результати свідчать про те, що локус контролю серед учасників дослідження є найбільшим в сфері невдач й він на 1,2 є більшим у порівнянні з найбільшою наступною інтернальністю в досягненнях. Така ситуація може свідчити про домінантне орієнтування серед досліджуваних на негатив. Цілком ймовірним може виявитися припущення про наявність зв'язків з досвідом бойових дій. Окрім цього, сам по собі показник інтернальності вказує на те, що досліджувані в незначній мірі мають неадекватно збільшений показник інтернальності, оскільки щодо даного явища є оптимальний показник рівня, за яким його збільшення призводить до надмірного самозвинувачення. Й саме щодо інтернальності в невдачах досліджувані в цілому за групу мають такий ефект.

Наступною охарактеризуємо методику Ч. Спілбергера щодо реактивної та особистісної тривожності. Так, показник щодо реактивної тривожності склав 14.2±1,6, а щодо її особистісного типу - 10.1±1,3. Такі показники середнього значення можуть свідчити про те, що тривожність має в своєму підґрунті ситуативне реагування на відповідні тригери. Й зрозумілим може бути пояснення щодо такого отриманого показника тим, що напружена професійна атмосфера вже протягом тривалого часу позначається на

настроях, очікуваннях та відповідних емоціях. В цьому процесі відмічається наявність проникнення тривожності в особистісну сферу, оскільки наявний показник є меншим за реактивну, однак все ж перебуває на середньому рівні.

Далі розглянемо результати за розробленою анкетною, що в ключі має 6 типів деформованого ставлення батьків до дитини. Отриманий результат може вказувати на те, що чітко помічаємо більш деформоване ставлення до своєї дитини саме від батька. У матері можна констатувати менші показники, окрім «крижаного» мовчання й різниця в майже 1,5 бали є підтвердженням цьому. Однак, все ж мами в досліджуваних значно меншій мірі виявляли деформоване ставлення до власної дитини. Особливий контраст помічається та типом «повна безконтрольність». Так це й не дивно, оскільки ми можемо це спостерігати в достатньо розповсюдженному вигляді й на сучасності. Й як це подається в О.В. Царькової [64], за такого типу деформованого ставлення у подібній родині не встановлені рамки поведінки, а батьки не цікавляться душевним станом дитини. Також, досить потенційно впливовим та в незначній мірі підвищеним можна вважати тип «безумовного неприйняття дитини». В таких сім'ях для батьків дитина може бути суттєвою перешкодою для досягнення цілей або для отримання різноманітних задоволень від життя. Це ті батьки, що «випадково» або погано виважено стали батьками. Зазвичай такі батьки «прилаштовують» малюка до бабусь, рано віддають в дитячий сад (ясла), направляють в школи з повним пансіоном або цілодобовим змістом. Й в у дитини вже тоді може починатися свій розвиток почуття провини, що саме в дитячому віці може дуже глибоко вкорінюватися в особистість. Дитячі капризи можуть викликати напади агресії через відсутність жалю і любові до малюка. А з таблиці 2,5 бачимо, що серед досліджуваних майже однаковий показник зафіксовано за обома батьками й він перебуває на рівні дещо більшим за середній. Різниця складає 0,5 бали з більшим показником у батька. Схоже на те, що такий тип деформованого ставлення до дитини властивий обом батькам й в цьому, ймовірно, криється небезпека для дитини, оскільки їй

немає в кого шукати підтримки. А цілком ймовірним є те, що саме таке ставлення до життя з подальшим його розповсюдженням на дитину й поєднує таких батьків.

Таблиця 2. 5.

**Середнє та стандартне відхилення за анкетною ретроспективного дослідження особливостей ставлення батьків до дитини**

| № з/п | Тип деформованого ставлення батьків до дитини        | Показник |         |
|-------|--|----------|---------|
|       |  | батько   | мати    |
| 1.    | безумовне неприйняття дитини                         | 5.7±1,7  | 5.2±1,6 |
| 2.    | умовне прийняття                                     | 5±1,6    | 2.7±1,2 |
| 3.    | емоційне неприйняття                                 | 4.6±1,5  | 1.4±0,1 |
| 4.    | «крижане» мовчання                                   | 4.3±1,5  | 5.7±1,5 |
| 5.    | повна безконтрольність                               | 8.1±1    | 2.1±0.4 |
| 6.    | підміна духовної близькості матеріальними цінностями | 6.7±1,7  | 4.7±0,7 |

Також, продовжуючи опис та поверхневий аналіз отриманих за анкетною результатів можна відмітити велике за сумою обох батьків значення типу деформованого ставлення до дитини, що названо «підміна духовної близькості матеріальними цінностями». В цьому випадку різниця складає в 2 бали на «користь» батька. Однак, й серед матерів показник наближається до стійкої середини. Це свідчить про те, що батько особливо, а мати в меншій мірі, однак все ж зі значним показником виправдовують себе браком часу і необхідністю працювати на благо загального сімейного щастя. Тому, різноманітні форми безконтактної емоційної взаємодії мають місце та набувають значного розповсюдження.

### **2.3. Обчислення математичними методами емпіричних даних констатуючого етапу дослідження та інтерпретація отриманих результатів.**

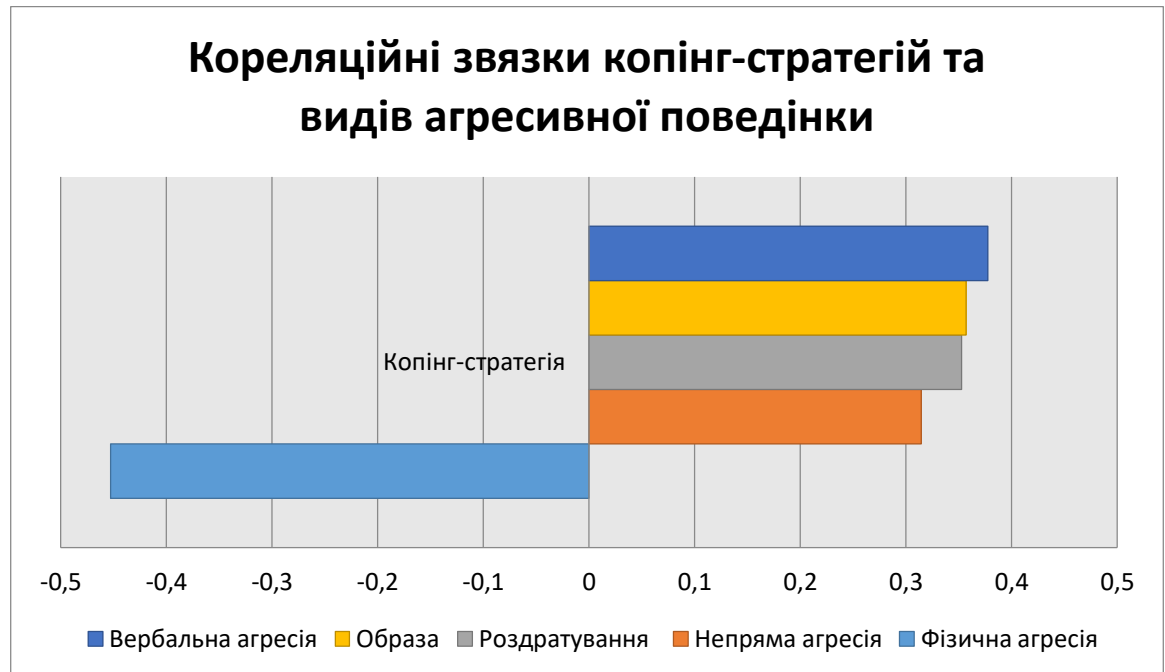
Попередній пункт засвідчив значну кількість результатів, що можуть непрямо та без підтвердження на рівні статистичної гіпотези щодо достовірності отриманих результатів обчислення вказувати на те, які особливості щодо рівня та супутніх особистісних особливостей має почуття провини. Тому, треба застосувати більш потужні математичні критерії. Таким може бути досить популярний та відносно простий не лише для застосування, а особливо для інтерпретації парний кореляційний аналіз за таким його різновидом як парна кореляція.

Відповідна довідкова та навчальна література [8; 15; 41; 44] характеризує кореляційний аналіз як певний математичний інструмент, що застосовується для оцінювання форми, знаку й тісноти зв'язку між двома змінними й при цьому за кількома ознаками або факторами, що досліджуються. Якщо коефіцієнт дорівнює нулю, це означає, що зв'язок між двома ознаками відсутній. Найбільш тісний взаємозв'язок має місце у випадках, коли величина коефіцієнту наближається до +1 або до -1, що свідчить про обернений зв'язок між певною парою змінних. Окрім цього, у психологічних дослідженнях прийнято вважати, що при значенні коефіцієнту кореляції 0,3-0,5 зв'язок є помірним, 0,5-0,7 – значущим, 0,7-0,9 – сильним.

За допомогою програми SPSS-20 з використанням рекомендацій щодо користування даною програмою [8; 41] було застосовано непараметричний показник парної кореляції Кедала ( $\tau$ ), який доцільно застосувати через те, що вибірка дослідження є все ж незначною, а ступінь щодо нормальності розподілу емпіричних даних не може вважатися добрим. Отриману кореляційну матрицю неможливо помістити на аркуш даного формату. Й тому, по тексту буде викладено витяги з кореляційної матриці без дублювання показників по діагоналі. Завдяки такій подачі інформації суттєво

підвищується наглядність та значно економиться місце на сторінках даного диплому.

Спочатку розглянемо витяг з кореляційної матриці де відображенні зв'язки, що поєднують копінг-стратегії та види агресії (Додаток Г).

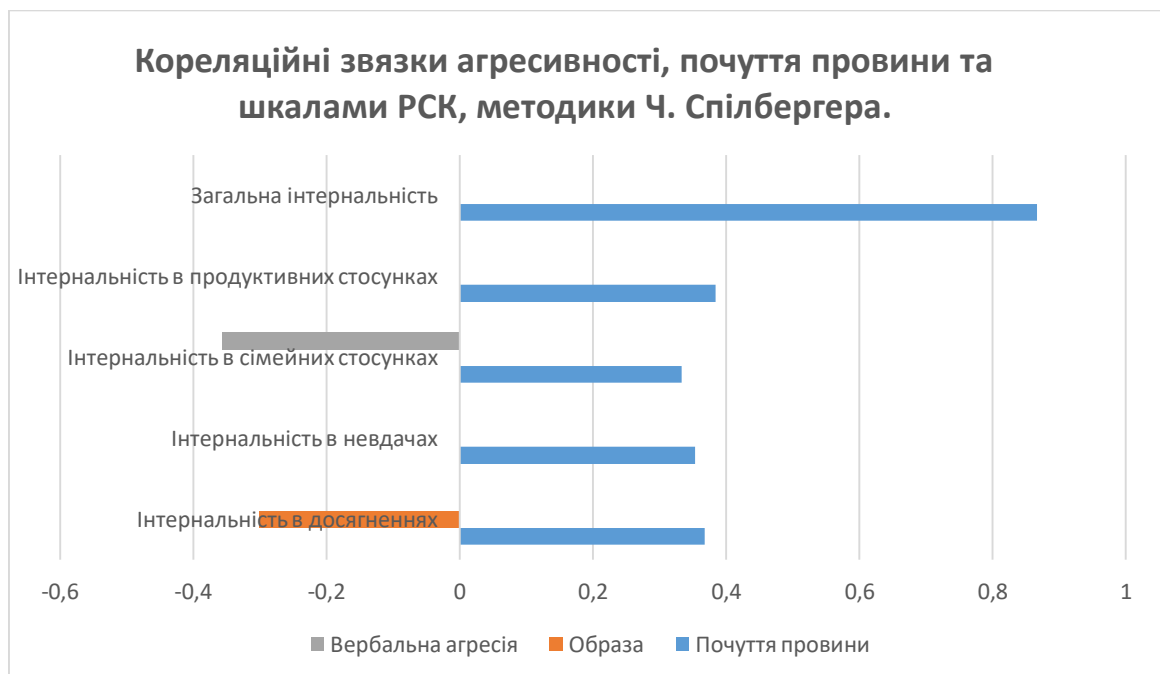


Таблиця показує, що існують наступні зв'язки:

- між фізичною агресією і копінг- стратегією асоціальні дії існує обернений середній зв'язок(-0,453);
- між непрямою агресією та копінг- стратегією асоціальні дії існує помірний зв'язок (0,315);
- між роздратуванням і копінг-стратегією асоціальні дії існує помірний зв'язок (0,353);
- між образою та копінг-стратегією пошук соціальної підтримки існує помірний зв'язок (0,357);
- між підозрілістю і пошук соціальної підтримки існує середній зв'язок (0,473);
- між вербальною агресією та копінг- стратегією непрямі дії існує обернений помірний зв'язок (-0,378).

Найбільш важливим для реалізації даного дослідження є один зв'язок, а саме між почуттям провини за методикою Басса-Дарки та шкалою «пошук соціальної підтримки» з методики SACS, який при статистичній достовірності близько до 0,01 має пряму кореляцію з показником 0,457. Даний факт свідчить про те, що незважаючи на аутоагресивне ставлення до себе людина з почуттям провини все ж намагається вирішити цей внутрішньоособистісний конфлікт через отримання допомоги з боку соціального ресурсу. Ймовірно є те, що провинна на протигагу сорому має в якості джерела походження внутрішнє психічне особистості, що все ж містить елемент засвоєних зовнішніх соціальних впливів. Й таке суперіччя викликає інтуїтивний поштовх до якоїсь спроби залучити хоча б щось для зниження рівня напруги внутрішнього психічного.

Далі перейдемо до опису та аналізу витягу з кореляційно таблиці між складовими агресивності особистості (особливо такої її складової як почуття провини) та шкалами методики РСК (Додаток Д).



Аналізуючи дану таблицю видно, що існують такі зв'язки:

- між інтернальністю в досягненнях та почуттям провини існує помірний зв'язок (0,368);

- між інтернальністю в досягненнях та образою існує обернений помірний зв'язок (-0,301);
- між інтернальністю в невдачах і почуттям провини існує помірний зв'язок (0,353);
- між інтернальністю в сімейних стосунках та вербальною агресією існує обернений помірний зв'язок (-0,365);
- між інтернальністю в сімейних стосунках та почуттям провини існує помірний зв'язок (0,333);
- між інтернальністю в продуктивних стосунках та почуттям провини існує помірний зв'язок (0,384);
- дуже великий показник кореляції між загальною інтернальністю та почуттям провини, що дорівнює 0,867;
- можна вважати неважливою зафіксовану пряму кореляцію між прочуттям провини та шкалою особистісної тривожності, що склала 0,268. Однак, цей показник може свідчити про можливий взаємовплив зазначених особистісно-психологічних явищ.

Отримані показники кореляції між почуттям провини та різними складовими агресивності особистості, а особливо її почуття провини свідчать про те, що локус контролю як одне з ключових особистісних утворень, яке виявляється в багатьох інших особистісних структурах, може вважатися таким, що виконує одну з домінантних ролей у формуванні почуття провини. В цьому випадку знайдено підтвердження тому, що надмірна інтернальність в особистості слугує в негативному напрямку як один з факторів формування почуття провини. Саме в даному прикладі знаходить своє чергове підтвердження в психології закон оптимального максимуму. Й щодо локусу контролю й упередженого ставлення до нього як до такого, що його забагато не буває свідчить про потребу в його оптимальній регуляції.

Далі, на завершення опису результатів застосованого кореляційного аналізу щодо отриманих емпіричних даних констатуючого етапу дослідження зосередьмося на витязі з кореляційної матриці між

агресивністю, почуттям провини та типами деформованого ставлення батьків до дитини, що отримані з застосування розробленої авторської анкети з ретроспективного дослідження особливостей ставлення батьків до дитини. Зазначений витяг наведено таблиці 2.6.

Таблиця 2.6

**Витяг з кореляційної матриці між агресивністю, почуттям провини та анкетною з ретроспективного дослідження особливостей ставлення батьків до дитини**

|                                       |   | Почуття провини | Фізична агресія | Непряма агресія | Роздратування | Негативізм | Образа | Підозрілість | Вербальна агресія |
|---------------------------------------|---|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|------------|--------|--------------|-------------------|
| безумовне неприйняття дитини (батько) | τ | ,33             | ,135            | ,397            | ,132          | ,112       | ,178   | ,250         | ,074              |
|                                       | ρ | ,025            | ,368            | ,010            | ,379          | ,457       | ,240   | ,095         | ,620              |
| безумовне неприйняття дитини (мати)   | τ | ,31             | ,003            | ,118            | ,162          | ,108       | ,375   | ,040         | ,071              |
|                                       | ρ | ,039            | ,982            | ,440            | ,279          | ,470       | ,013   | ,787         | ,636              |
| умовне прийняття (батько)             | τ | ,018            | ,298            | ,043            | ,017          | ,349       | ,039   | ,271         | ,142              |
|                                       | ρ | ,909            | ,050            | ,782            | ,909          | ,022       | ,801   | ,075         | ,349              |
| умовне прийняття (мати)               | τ | ,007            | ,277            | ,00             | ,087          | ,044       | ,293   | ,153         | ,330              |
|                                       | ρ | ,964            | ,063            | ,00             | ,559          | ,770       | ,050   | ,302         | ,026              |
| емоційне неприйняття (батько)         | τ | ,041            | ,085            | ,139            | ,092          | ,272       | ,174   | ,159         | ,223              |
|                                       | ρ | ,786            | ,573            | ,363            | ,543          | ,071       | ,249   | ,289         | ,137              |
| емоційне неприйняття (мати)           | τ | ,169            | ,195            | ,082            | ,070          | ,171       | ,060   | ,226         | ,059              |
|                                       | ρ | ,272            | ,201            | ,596            | ,648          | ,262       | ,697   | ,137         | ,698              |
| «крижане» мовчання(батько)            | τ | ,130            | ,109            | ,136            | ,159          | ,096       | ,124   | ,046         | ,079              |
|                                       | ρ | ,382            | ,460            | ,367            | ,283          | ,516       | ,407   | ,754         | ,591              |
| «крижане»                             | τ | ,397            | ,044            | ,130            | ,127          | ,096       | ,035   | ,038         | ,038              |



|   |   |      |      |      |      |      |      |      |      |
|---|---|------|------|------|------|------|------|------|------|
| мовчання(мати)                                  | р | ,05  | ,768 | ,398 | ,402 | ,525 | ,820 | ,803 | ,803 |
| повна<br>безконтрольність<br>(батько)           | р | ,024 | ,188 | ,105 | ,130 | ,124 | ,055 | ,014 | ,352 |
|   | т | ,874 | ,213 | ,494 | ,390 | ,414 | ,717 | ,928 | ,020 |
| повна<br>безконтрольність<br>(мати)             | р | ,015 | ,257 | ,008 | ,110 | ,077 | ,252 | ,246 | ,103 |
|   | т | ,925 | ,102 | ,962 | ,484 | ,624 | ,112 | ,118 | ,513 |
| підміна<br>близькості<br>цінностями(бать<br>ко) | р | ,195 | ,082 | ,070 | ,171 | ,060 | ,226 | ,297 | ,044 |
|   | т | ,201 | ,596 | ,648 | ,262 | 697  | ,137 | ,05  | ,768 |
| підміна<br>близькості<br>цінностями(мати<br>)   | р | ,130 | ,127 | ,096 | ,130 | ,124 | ,055 | ,024 | ,188 |
|   | т | ,398 | ,402 | ,525 | ,390 | ,414 | ,717 | ,874 | ,213 |

Зафіксовано щодо почуття провини незначну кількість корелят й їх показники не можна вважати значними. Так, існує суто прямий тип зв'язку між почуттям провини та такими шкалами розробленої анкети як безумовне неприйняття дитини, що викликано батьком (0,33) та мамою (0,31), а також «крижане» мовчання від мами (0,397). Незважаючи на те, що особливих надій на отримання результатів від розробленої анкети не було все ж можна казати про те, що є хоча б задовільний результат цієї спроби. Так, висунуте припущення на стадії описання за середнім значенням отриманих результатів констатуючого етапу експерименту про те, що безумовне неприйняття дитини обома батьками спроможне спричинити вже на початках онтогенезу особистості схильність до формування почуття провини. Отримані результати не можна вважати достатньо доведеним фактом наявності зазначеного ефекту. Так, отримані кореляції не є достатніми для цього. Однак, все ж можемо казати про наявність можливості більш конкретно та виважено формувати гіпотези для дослідження цього ефекту в більш цілеспрямованому та об'ємному експериментальному дослідженні. Все ж таки, анкета дала можливість побачити з іншої сторони почуття провини у вже дорослої особистості. Й отримані результати за парною кореляцією

вказують на те, що почуття провини структурно та процесуально є тривалим та багатокомпонентним явищем, що ніби поступово готує особистість до стадії загострення почуття провини в певних умовах. Проведене дослідження вказує на те, що почуття провини в особистості ніби накопичується, вкорінюється та закріплюється. Сформоване почуття провини не існує постійно, а здатне існувати, хоча, краще сказати ініціюватися в особистості за «сприятливих» обставин. А коріння цієї схильності йде ще в глибоке дитинство.

Доцільно вказати, що застосування додаткових змінних не дало жодного придатного для аналізу показника.

### **Висновки до другого розділу.**

Внаслідок реалізації констатуючого етапу даного експериментально-психологічного дослідження доцільно в якості висновків вказати на такі основні узагальнюючі положення:

1. Аналіз доступних для застосування емпіричних методів дав змогу зосередитися на методах психодіагностики та анкетування, що спричинено їх більшою доцільністю та оптимальністю стосовно даного дослідження. Тому, було прийнято рішення щодо того, що при проведенні констатуючого етапу даного дослідження можуть бути використані наступні методики: «Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS)» в авторстві С. Хобфолла; «Рівень суб'єктивного контролю»; опитувальник Ч. Спілбергера щодо реактивної та особистісної тривожності; «Діагностика агресивних та ворожих реакцій людини Баса-Дарки» й саме в даній методиці передбачено шкалу «почуття провини», яка й планується до застосування в дослідженні в якості залежної основної змінної; авторська «Анкета з ретроспективного дослідження особливостей ставлення батьків до дитини», що розроблена на основі результатів проведення досліджень О.В. Царьковою. Також, в якості додаткової змінної даного експерименту такий критерій характеристики

вибірки як «досвід участі в бойових діях» у якості рангової шкали. Ще застосовано ранговою шкалою за характеристикою вік за трьома її рангами.

2. Дослідження проведено серед військовослужбовців Національної гвардії України, яким було запропоновано прийняти участь в добровільному дослідженні рівня почуття провини та інших супутніх психологічних обставин з обов'язковою умовою повної конфіденційності отриманих результатів. Окрім цього, висловлена можливість прийняття участі в подальшій психокорекційній роботі за означеним психологічним питанням. Згодилося прийняти участь в емпіричній частині даного кваліфікаційного дослідження 32 військовослужбовці, з яких 83% чоловічої статі (27 персон) і 17% жіночої (5 осіб) віковим діапазоном від 21 до 34 років

3. Констатуюче експериментальне дослідження рівня почуття провини та супутніх особистісно-психологічних явищ встановило те, що «почуття провини» має високий показник й перебуває на другому місці після шкали «вербальної агресії» за середнім балом зі всіх базових шкал. Це визначило першу позицію з інтегрованих шкал за методикою саме «аутоагресії». Найвищим за середнім значенням за методикою «Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS)» отримала стратегія «пошук соціальної підтримки». Локус контролю серед учасників дослідження є найбільшим в сфері невдач й він на 1,2 є більшим у порівнянні з найбільшою наступною інтернальністю в досягненнях. Така ситуація може свідчити про домінантне орієнтування серед досліджуваних на негатив. Й саме щодо інтернальності в невдачах досліджувані в цілому за групу мають такий ефект. За методикою Ч. Спілбергера показник щодо реактивної тривожності склав  $14.2 \pm 1,6$ , а щодо її особистісного типу -  $10.1 \pm 1,3$ . Такі показники середнього значення можуть свідчити про те, що тривожність має в своєму підґрунті ситуативне реагування на відповідні тригери. В цьому процесі відмічається наявність проникнення тривожності в особистісну сферу, оскільки наявний показник є меншим за реактивну, однак все ж перебуває на середньому рівні. Результати за розробленою анкетною свідчать про те, що чітко помічаємо

більш деформоване ставлення до своєї дитини саме від батька. У матері можна констатувати менші показники, окрім «крижаного» мовчання й різниця в майже 1,5 бали є підтвердженням цьому. Однак, все ж мами в досліджуваних в значно меншій мірі виявляли деформоване ставлення до власної дитини. Особливий контраст помічається та типом «повна безконтрольність». Також, потенційно впливовим та в незначній мірі підвищеним можна вважати тип «безумовного неприйняття дитини». Й в у дитини вже тоді може починатися розвиток почуття провини, що саме в дитячому віці може дуже глибоко вкорінюватися в особистість.

4. Обчислення математичними методами емпіричних даних констатуючого етапу дослідження та інтерпретація отриманих результатів вказує на те, що найбільш важливим для реалізації даного дослідження є зв'язок з показником 0,457 між почуттям провини та шкалою «пошук соціальної підтримки» з методики SACS. Ймовірним є те, що провинна на протигагу сорому має в якості джерела походження внутрішнє психічне особистості, що все ж містить елемент засвоєних зовнішніх соціальних впливів. Показники кореляції між почуттям провини та локусом контролю підтверджує те, що надмірна інтернальність в особистості слугує в негативному напрямку як один з факторів формування почуття провини. Саме в даному прикладі знаходить своє чергове підтвердження і в психології закон оптимального максимуму. Також, існують прямі зв'язки між почуттям провини та такими шкалами розробленої анкети як безумовне неприйняття дитини, що викликане батьком (0,33) та мамою (0,31), а також «крижане» мовчання від мами (0,397). Тому, висунуте припущення на стадії описання за середнім значенням отриманих результатів констатуючого етапу експерименту про те, що безумовне неприйняття дитини обома батьками спроможне спричинити вже на початках онтогенезу особистості схильність до формування почуття провини отримало своє підтвердження. Отримані результати не можна вважати достатньо доведеним фактом наявності зазначеного ефекту. Так, отримані кореляції не є достатніми для цього.

Необхідно ще додати інформацію про те, що за додатковими змінними жодних придатних до аналізу та інтерпретації результатів отримано не було.

5. В цілому, за констатуючим етапом експериментального дослідження можемо казати про те, що почуття провини структурно та процесуально є тривалим та багатокomпонентним явищем, що ніби поступово готує особистість до стадії загострення почуття провини в певних умовах. Проведене дослідження вказує на те, що почуття провини в особистості ніби накопичується, вкорінюється та закріплюється. Сформоване почуття провини не існує постійно, а здатне існувати, хоча краще сказати ініціюватися в особистості за «сприятливих» обставин. А коріння цієї схильності йде ще в глибоке дитинство.

**РОЗДІЛ ІІІ.**  
**ФОРМУЮЧИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ З ДОСЛІДЖЕННЯ**  
**ОСОБЛИВОСТЕЙ ЗАСТОСУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ**  
**ПРИ НАДМІРНИХ ПЕРЕЖИВАННЯХ КЛІЄНТОМ ПОЧУТТЯ**  
**ПРОВИНИ.**

**3.1.Критичний аналіз психокорекційних підходів до роботи з клієнтом з загостреним почуттям провини.**

Психокорекцією можна вважати певну систему заходів, що спрямована на виправлення недоліків психологічного розвитку чи поведінки людини з допомогою спеціальних заходів психологічного впливу. Психокорекція орієнтована на клінічно здорову особистість. Їй тому вона орієнтується на здорові сторони особистості незалежно від ступеня їх порушень. В психокорекції орієнтуються на теперішнє і майбутнє клієнтів. Психокорекція орієнтується на середньотермінову допомогу (короткотермінова 15 зустрічей при консультуванні. Довготермінова – до кількох років). Психокорекційні впливи в переважній більшості спрямовані на зміну в першу чергу поведінки, що слугує основним інструментом розвитку особистості клієнта. Однак, психокорекція відрізняється від психологічного розвитку власне й головним чином тим, що психокорекція має справу з вже сформованими якостями особистості чи видами поведінки і спрямована на їх переробку, в той час як основною задачею розвитку є те, щоб при недостатньому розвитку сформувати в людини психологічні якості [28; 42; 49].

На сьогодні психокорекція широко використовується в системі психологічної допомоги всім категоріям людей. Незважаючи на широкий спектр застосування поняття психологічної корекції, існують розбіжності відносно її використання. Наприклад, одні автори-теоретики розглядають психокорекцію в якості способу профілактики нервово-психічних порушень.

Інші розуміють її суть в якості методу психологічного впливу, що найбільше спрямований на створення оптимальних можливостей та умов розвитку особистісного та інтелектуального потенціалу особистості [26; 42].

Психокорекційні заходи прийнято класифікувати наступним чином:

1. За характером спрямованості: симптоматичну та каузальну. Симптоматична корекція передбачає короткотривалий вплив для того, щоб зняти гострі симптоми відхилень у розвитку, які заважають перейти до корекції каузального типу. Каузальна (причинна) корекція вже більше спрямована на джерела і причини відхилень. Цей тип корекції є більш тривалим у часі, вимагає значних зусиль, але є більш потенційно ефективним за критерієм отриманого кінцевого результату.

2. За змістом розрізняють корекцію, що орієнтована на:

- пізнавальну сферу;
- особистостні утворення;
- афективно-вольову сферу;
- поведінкові стандарти та аспекти;
- міжособистісні відносини;
- внутрішньо групові взаємовідносини (сімейних, подружніх, колективних);
- дитячо-батьківські стосунки [29].

3. За формою роботи з клієнтом розрізняють наступні різвиди корекції:

- індивідуальна;
- групова;
- закрита природня група (сім'я, клас)
- відкрита група клієнтів зі схожими проблемами;
- індивідуально-групова або змішана група.

4. За наявністю та ступенем розробки програми реалізації психокорекції в конкретних умовах:

- програмована;

- імпровізована;
- змішана.

5. За характером керування коригуючими впливами:

- директивна;
- недирективн.

6. За тривалістю проведення:

- надкоротка (до однієї години для вирішення актуальних ізольованих проблем, конфліктів);
- коротка або швидка (декілька годин, днів, що запускає процес корекції, який продовжується після завершення зустрічі);
- тривала (місяці, в центрі уваги перебуває досить глибокий особистісний зміст проблеми);
- довготривала (продовжується роками й зачіпає сфери свідомого і несвідомого. Багато часу приділяється досягненню розуміння суті переживань. Ефект розвивається поступово, носить тривалий характер.

7. За масштабом вирішуваних завдань розрізняють такі види корекції:

- загальна (передбачає заходи загальнокорекційного порядку, що здатні нормалізувати спеціальне мікросередовище клієнта, які регулюють психофізичне, емоційне навантаження відповідно з віковими та індивідуальними можливостями);
- спеціальна (комплекс прийомів, методик та організаційних форм роботи з клієнтом чи групою клієнтів, що потенційно є найбільш ефективними в процесі досягнення конкретних задач формування особистості, окремих її властивостей, психічних функцій. Це може існувати у формі девіантної поведінки, ускладненнях щодо адаптації через наявність значного рівня невпевненості, агресивності, тривожності, аутичності, схильності до стереотипів, конфліктності. Спеціальна корекція здатна виправити наслідки неправильного виховання, що спричинило хоча б відносно невеликі порушення гармонійного розвитку, соціалізації особистості) [29].



Далі коротко проаналізуємо наукову спеціальну літературу щодо поняття клієнта як однієї з ключових в психокорекції. Клієнтом вважається нормальна, фізично і психічно здорова людина, в якій в житті виникли проблеми психологічного чи поведінкового характеру [2; 7; 9; 29; 32].

Зазвичай, психокорекційна ситуація включає наступні 5 основних елементів:

1. Людина, яка потребує психокорекційної допомоги (клієнт);
2. Людина, яка допомагає (психолог).
3. Теорія, яка використовується для пояснення чи висунення гіпотез щодо проблем клієнта з наступним їх підтвердженням чи спростуванням.
4. Набір процедур (технік, методів), що використовуються для вирішення проблем клієнта.
5. Спеціальні соціальні відносини між клієнтом і психологом[9; 14; 32].

З розвитком практичної психології поняття «корекція» стало все більш широко використовуватися у віковій психології і психологічній допомозі не тільки дітям з проблемами у розвитку, але і з нормальним психічним розвитком. Розширення сфери використання психологічної корекції в роботі із здоровими особистостями обумовлене активним впровадженням в різноманітні системи, що орієнтовані на надання психологічної допомоги особистості нових програм, які мають дуже широкий спектр як ключових фундаментальних принципів, так й конкретних прикладних інструментів практичного застосування психокорекції, успішне засвоєння яких вимагає максимального розвитку творчого та інтелектуального потенціалу особистості. Окрім цього, гуманізація соціального середовища в Україні є неможливою без диференційного підходу до особистіта вимагає врахування індивідуально-психологічних особливостей кожного клієнта і, у відповідності із цим, різноманітних способів психокорекції. Через зазначене відбулися принципові зміни

характеру задач і напрямків корекційних впливів – починаючи від виправлення дефектів при порушеннях розвитку до створення оптимальних можливостей і умов для психічного розвитку здорової особистості [16; 36].

Продовження аналізу наукових джерел вказує на те, що проведення психокорекційної роботи вимагає від спеціаліста, що її проводить певної підготовки. Основними компонентами професійної готовності до корекційного впливу є такі:

Теоретичний компонент: знання загальних закономірностей психічного розвитку в онтогенезі; періодизації психічного розвитку; знання проблеми співвідношення навчання і розвитку; уявлення про основні теорії, моделі і типи особистості; знання про соціально-психологічні особливості групи; знання умов, що забезпечує особистісне зростання і творчий розвиток.

Практичний компонент підготовки, що є процесом оволодіння конкретними методами і методиками психокорекції.

Особистісний компонент готовності передбачає наявність в дорослого потреби іти не від себе, а від клієнта і його проблем[28; 34; 49; 52].

Далі сконцентруємося на аналізі джерел психокорекційного змісту, що орієнтовані на рекомендації з роботи з клієнтом, який переживає стадію загострення почуття провини. Так, головним завданням в роботі з надмірним почуттям провини є те, щоб не допустити його наростання до депресивного стану та суїцидальних дій, знизити інтенсивність переживання та пошук альтернативних варіантів бачення оточуючого середовища й себе в ньому. Є таке вироблене закономірне правило – якщо клієнту напряду казати про те, що він не винен, навіть якщо для більшості це є очевидним та раціональним, то це не дає ніяких результатів, так як почуття провини не є сферою почуттів і тому закони логіки тут не діють[28; 32]. Тому, найбільш важливим принципом роботи з провинною є те, щоб працювати з почуттям провини опосередковано через запитання. Й тут один з підходів по роботі з надмірним почуттям провини полягає в формуванні орієнтованих запитань, що допомагають розширити бачення ситуації, зменшують інтенсивність

переживання та інтеграція набутого в цьому процесі досвіду в майбутнє клієнта.

В наукових публікаціях [29; 32; 42; 49] пропонується реалізувати наступний алгоритм запитань:

1. Що трапилося ? (Хто щось зробив або не зробив, з добрим або злим наміром/результатом?), що потенційно здатне зініціювати прояснення та розширити бачення ситуації у клієнта.
2. Чому так сталося? (Чиясь навмисна дія, доля, або через мене?). Це може допомогти побачити причини становища.
3. Чому так себе поведив? Це пояснює клієнтові його дії.
4. Чи завжди мислиш розумно і раціонально, без винятків?
5. Чи завжди бачиш всі можливості варіантів вибору?
6. Які можливості дій в тій ситуації зараз?
7. Чи існував кращий вибір ніж той, що колись був обраний і реалізований?
8. Чи відбувалося вже раніше в подібній ситуації?
9. Чи існував якийсь шлях чи спосіб, щоб розпізнати, які були б кращі дії в тій ситуації?
10. Чи знав наслідки кожного можливого вибору, якби вчинив інакше?
11. Які б то були дії і наслідки?
12. Чи існував найкращий вибір дій?
13. Чи усвідомлював той найкращий вибір дій увесь час?
14. Чи бракувало якоїсь інформації, щоб зробити кращий вибір щодо власної поведінки?
15. Чи мав час на обмірковування вибору дій?
16. Що ускладнювало прийняття рішення?
17. Яка була мета дій (вчинку)?
18. Чи мав намір комусь зашкодити?

Важливо пам'ятати, що кожен клієнт є унікальним, тому даний підхід може спрацювати не для всіх. Проте є ще ряд методів по роботі з

провиною в великому переліку підходів психокорекції, а також психотерапії [49], що дозволяє працювати опосередковано з даними переживаннями.

Ненасильницьке спілкування підходом до процесу та результату спілкування, який створив психолог М. Розенберг [34; 49; 50]. Так, часто конфлікти виникають через непорозуміння, а мова ненасильницького спілкування є мистецтвом розуміти, що потрібно й чого хоче особистість від іншої людини, а також висловлення своїх потреби в безпечній формі. Ця мова є розслабленою, яка вчить говорити про те, що є всередині й яким чином почути себе та прокомунікувати з своїм внутрішнім «Я». М. Розенберг пише, що нас навчили думати категоріями «правильно-неправильно» з огляду на наявність ворога. І коли ми дивимося на іншу людину як на ворога, то починаємо використовувати мову суджень. А М. Розенберг запропонував таку метафору: мова суджень є мовою шакала, а ненасильницьке спілкування є мовою жирафа. Суть ненасильницької комунікації за М. Розенбергом не тільки в тому, щоб вміти говорити мовою жирафа (екологічно висловлювати свої потреби та почуття), а й у тому, щоб вміти перекладати мову шакала на мову жирафа. Тобто побачити за неприємними словами іншої людини потребу [50].

М. Розенбергом виділено 4 кроки ненасильницького спілкування:

Крок 1: озвучити спостереження, при якому важливо відрізнити спостереження від оцінок. Коли вони поєднуються, люди швидше почують критику і починають противитися тому, що їм кажуть. Ідея в тому, щоб озвучувати те, що могла б зняти камера, ніби факти без оцінювання.

Крок 2: висловлення своїх почуттів. Потрібно сказати, що люди відчують стосовно спостереження. Вираження почуттів має відбуватися через конкретні емоції, а не «мені погано чи мені добре». Формулювання «мені сумно, мені радісно» будуть більш зрозумілими іншій людині та здатні з більшою ймовірністю викликати її співпереживання.

Крок 3: прив'язання почуттів до потреб. Тут необхідно пояснення щодо того, чому в виникають ті чи інші емоції.

Крок 4: висловлювання прохання, яке має виражати конкретну дію, а не бути абстрактним. Головним елементом четвертого кроку є готовність почути «ні». Прохання не має бути вимогою. Коли від людини починають чогось вимагати, вона одразу чинить опір[50].

### **3.2. Визначення особливостей надання психологічної допомоги клієнту з почуттям провини.**

Реалізація програми психокорекції переживання клієнтом почуття провини передбачала низку організаційних заходів. Так, вибірка дослідження сприяла тому, щоб достатньо достовірно визначити ефективність застосованої психокорекції.

Спочатку щодо методу психокорекції. В основу реалізованої психокорекції ліг метод М. Розенберга «Ненасильницьке спілкування». Відповідно до його ідеї клієнти можуть пропрацьовувати свої накопичені емоції через поєднання певних слів, що утворюють два блоки, з яких одні характеризують емоції, а інші найбільш типові життєві ситуації. Механізм корекції в даному методі працює через «пропрацювання» якоїсь життєвої ситуації з досвіду клієнта шляхом стимулювання проговорювання ним основних емоцій. Таким чином, задіюється й катарис, й розкриття, й набуття досвіду інших клієнтів (в разі проведення психокорекції в груповій формі). Процес проведення психокорекції за цим методом передбачав послідовне застосування 18 питань, що наведені в пункті 1 даного розділу. Зважаючи на брак часу з експериментальною групою впродовж 1,5 місяців було проведено 6 зустрічей, на кожній з яких пропрацьовувалося в 3 питання з переліку.

Далі обґрунтуємо та коротко охарактеризуємо вибірку цього етапу експерименту. Так, учасникам констатуючого етапу дослідження, яких було 32 особи, за їх бажанням надано консультацію щодо їх результатів психодіагностики. Дали згоду на участь в формуючому етапі експерименту 25 осіб з першого етапу. Оскільки кількість потенційних учасників в

формуючому експерименті була достатньою для того, щоб окремо проводити обчислення для двох груп – була реалізована спроба проведення експерименту з використанням експериментальної та контрольної груп. При цьому, було обіцяно учасникам контрольної групи провести з ними психокорекцію за застосованим до експериментальної групи методом (Метод ненасильницького спілкування М. Розенберга). Формування експериментальної та контрольної груп відбувалося шляхом застосування методу парного розподілу за критерієм показника за шкалою почуття провини з опитувальника «Діагностики агресивних та ворожих реакцій людини» Баса-Дарки, передбачено у відповідних джерелах [45; 66]. Таким чином, до експериментальної групи потрапило 13 осіб, а до контрольної 12. Характеристика зазначених груп продемонстрована в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

**Характеристика вибірки формуючого етапу експериментального дослідження**

| Критерій<br>характери-<br>стики<br>вибірки                                       | Категорія за<br>критерієм<br>вибірки | Стать    |        | Вік              |                  |                   |
|--|--------------------------------------|----------|--------|------------------|------------------|-------------------|
|  |                                      | чоловіча | Жіноча | 21 – 25<br>років | 26 – 30<br>років | Понад<br>30 років |
| Експериментальна група, 13 осіб, показник почуття провини складає $7,46 \pm 0,7$ |                                      |          |        |                  |                  |                   |
| Рівень<br>посади   | Рядовий                              | 10       | 2      | 7                | 4                | 1                 |
|  | Начальницький                        | 0        | 1      | 0                | 1                | 0                 |
| Досвід<br>участі в<br>бойових<br>діях  | Без досвіду                          | 3        | 1      | 4                | 0                | 0                 |
|  | До 3 місяців                         | 5        | 1      | 4                | 1                | 1                 |
|  | Від 3 до 6<br>місяців                | 2        | 1      | 0                | 2                | 1                 |
|  | Від 6 місяців до<br>року             | 2        | 0      | 1                | 1                | 0                 |
|  | Понад 1 рік                          | 1        | 0      | 0                | 1                | 0                 |

| Контрольна група, 12 осіб, показник почуття провини складає $7,49 \pm 0,9$ |                          |    |   |   |   |   |
|--|--------------------------|----|---|---|---|---|
| Рівень<br>посади   | Рядовий                  | 10 | 1 | 8 | 2 | 1 |
|  | Начальницький            | 1  | 0 | 0 | 1 | 0 |
| Досвід<br>участі в<br>бойових<br>діях                                      | Без досвіду              | 3  | 1 | 3 | 1 | 0 |
|  | До 3 місяців             | 4  | 0 | 4 | 0 | 0 |
|  | Від 3 до 6<br>місяців    | 2  | 0 | 1 | 0 | 1 |
|  | Від 6 місяців до<br>року | 1  | 0 | 0 | 1 | 0 |
|  | Понад 1 рік              | 1  | 0 | 0 | 1 | 0 |

При цьому з обома групами для досягнута домовленість про те, що вони будуть уникати обговорень того, що відбувається на груповій психокорекційній роботі з експериментальною групою. Це було пояснено процесуальними вимогами експериментальної психології щодо чистоти експерименту, який домінують впливає на валідність завершального етапу дослідження. Таким чином, можна було розраховувати на те, що учасники дослідження виконають свою обіцянку й хоча б на задовільному рівні буде досягнуто чистоту даного етапу експерименту.

Після 6 зустрічей з експериментальною групою проведено повторне психодіагностичне дослідження за обраними психодіагностичними методиками, а саме:

- 1) «Методика Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS) С. Хобфолл»;
- 2) «Опитувальник РСК»;
- 3) «Опитувальник діагностики агресивних та ворожих реакцій людини Баса-Дарки».

Розроблену анкету не вважаємо доцільним застосовувати на цьому етапі.

Далі, вимагає обґрунтування доцільності застосування критерію за математичним обчисленням зсувів після експериментального впливу. Так, аналіз засвідчує, що непараметричний t – критерій Вілкоксона, призначений для того, щоб з'ясувати наявність відмінностей між оцінками, що отримані при використанні одного і того самого емпіричного методу двох груп, що сформовані з різних людей. Можуть бути різностатеві, різнонаціональні вибірки, а також підвибірки в досліджуваних вибірках, що виокремлені за певною ознакою [9; 45; 66]. Вказане підтверджує доцільність застосування щодо отриманих емпіричних даних після формуючого впливу застосування t-критерію Вілкоксона для залежних вибірок. Обчислення здійснювалося за допомогою програмного забезпечення SPSS-20 за методичними вказівками Наследова [41]. Критерій Вілкоксона можна вважати таким, що є найбільш універсальним та придатним для застосування у ситуаціях розподілу емпіричних даних, що відрізняється від нормального. Його особливою характеристикою є вимірювання та вказання показника статистичної достовірності, що може слугувати додатковим засобом контролю й підтвердження валідності ортиманих результатів. Далі, був здійснений за вказаним критерієм порівняльний аналіз, результати якого показано у таблиці 3.2. В зазначеній таблиці виділено жирним шрифтом такі показники змін, що відповідають мінімально прийнятому рівню статистичної достовірності, а саме  $p \leq 0,05$ .

Таблиця 3.2

**Порівняльний аналіз (за t-критерієм Вілкоксона) змін після психокорекційної роботи**

| Шкала дослідження          | ЕГ    | КГ    |
|----------------------------|-------|-------|
| Асертивні дії              | 0,145 | 0,126 |
| Вступ у соціальний контакт | 0,19  | 0,10  |
| Пошук соціальної підтримки | 0,42  | 0,36  |
| Обережні дії               | 0,16  | 0,23  |



|                                  |               |       |
|----------------------------------|---------------|-------|
| Імпульсивні дії                  | 0,74          | 0,42  |
| Уникнення                        | <b>-0,573</b> | -0,51 |
| Непрямі дії                      | 0,26          | 0,12  |
| Асоціальні дії                   | 0,431         | 0,422 |
| Агресивні дії                    | 0,032         | 0,08  |
| Фізична агресія                  | 0,23          | 0,19  |
| Непряма агресія                  | 0,42          | 0,42  |
| Роздратування                    | <b>-1,126</b> | 0,16  |
| Негативізм                       | 0,10          | 0,126 |
| Образа                           | <b>-1,1</b>   | 0,10  |
| Підозрілість                     | 0,23          | 0,36  |
| Вербальна агресія                | 0,42          | 0,23  |
| Почуття провини                  | -0,51         | -0,42 |
| Загальна інтернальність          | 0,12          | -0,61 |
| Інтернал. в досягненнях          | 0,16          | 0,08  |
| Інтернал. в обл. невдач          | 0,10          | 0,19  |
| Інтернал. в сім. стосунках       | 0,36          | 0,42  |
| Інтернал. обл. продукт. відносин | 0,431         | 0,16  |
| Інтернал. в здор. і хворобі      | 0,032         | 0,126 |

Таким чином, результати порівняльного аналізу після психокорекційного впливу засвідчили окремі статистично достовірні зміни лише в експериментальній групі й щодо зниження стратегії вирішення проблем «уникнення» при кризових життєвих ситуаціях, роздратування та образи за шкалами, що характеризують агресивність особистості. За інтернальністю – жодних статистично достовірних змін не виявлено в обох групах. Бачимо незначні достовірні зміни, що може бути не лише за причини низької ефективності застосованого методу, а й за причини браку часу для того, щоб це спричинило зрушення в особистісній сфері, яка в дорослої особистості не здатна швидко змінюватися.

### **Висновки до третього розділу.**

В даному розділі відображено процес та результат формуючого етапу даного експериментального дослідження. Було прийнято рішення про те, що буде застосовано психокорекційний підхід. Окрім цього, головними висновками за цим розділом виступає наступне:

1. В умовах даного дослідження доцільно застосувати симптоматичну психокорекцію, що орієнтована на афективно-вольову сферу особистості в груповій формі проведення, яка за наявності та ступенем розробки програми реалізації психокорекції в конкретних умовах є змішаною, недирективною, тривалою та загальною за масштабом вирішуваних завдань. Окрім цього, конкретною технікою реалізації психокорекції є задавання групі впродовж зустрічі 3 питань з переліку, які мають бути пропрацьовано кожним учасником психокорекції через застосування методу ненасильницького спілкування, який створив психолог М. Розенберг.

2. Формування експериментальної та контрольної груп відбувалося шляхом застосування методу парного розподілу за критерієм показника за шкалою почуття провини з опитувальника «Діагностики агресивних та ворожих реакцій людини» Баса-Дарки. Таким чином, до експериментальної групи потрапило 13 осіб, а до контрольної 12.

3. Результати формуючого етапу психологічного експерименту з визначення особливостей надання психологічної допомоги клієнту з почуттям провини мають певні головні аспекти. Так, можна засвідчити результати після 6 зустрічей з експериментальною групою щодо проведеного повторного психодіагностичного дослідження за обраними психодіагностичними методиками з наступним застосуванням для порівняльного аналізу непараметричного  $t$  – критерію Вілкоксона. Встановлено наявність окремих статистично достовірних змін лише в експериментальній групі щодо зниження стратегії вирішення проблем

«уникнення» при кризових життєвих ситуаціях, роздратування та образи за шкалами, що характеризують агресивність особистості. Таким чином, зафіксовані незначні достовірні зміни, можуть бути не лише за причини низької ефективності застосованого методу, а й за причини браку часу для того, щоб це спричинило зрушення в особистісній сфері, яка в дорослої нормальної особистості не здатна швидко та достатньо якісно змінюватися.

## ВИСНОВКИ

Проведене дослідження може бути охарактеризоване такими основними висновками:

1. Почуття провини має еволюційний, соціальний та особистісно-психологічний фактори формування. Всіх їх об'єднує спрямованість індивіда на соціальне оточення, залежність від нього, що сформоване генетичною схильністю людини хоча б на задовільному рівні розуміти очікування соціального оточення, мати зворотній зв'язок щодо власної поведінки й таким чином ефективно соціалізуватися. Тому, почуття провини має ознаки інстинкту виживання. Однак, надмірне переживання почуття провини має достатньо ознак глибокої особистісно-психологічної кризи, що може мати вкрай негативні наслідки. Тому, психологічна робота з особистістю, що переживає кризу, яка виникла через глибоке почуття провини є необхідною та першочерговою діяльністю з метою попередження непоправного з наступним виходом особистості на більш оптимальний рівень функціонування.

2. Психологічна допомога є основною формою професійної діяльності психологів з клієнтами, що призначена для рекомендації їм до застосування найбільш доцільних психологічних інструментів вирішення проблем різного рівня складності в життєдіяльності. Основною ознакою потреби в психологічній допомозі є наявність в особистості чи в соціальній, а також професійній групі психологічних та соціально-психологічних проблем, що самостійно й достатньо якісно вирішити неможливо. Ефективність надання психологічної допомоги залежить від дуже багатьох факторів, які психолог має врахувати при плануванні й коригувати в процесі реалізації. Все ж можна з великою впевненістю стверджувати те, що ключовим фактором все ж є професіоналізм психолога, який створює основу здатності вирішити якщо не всі, так абсолютну кількість психологічних чи соціально-психологічних проблем клієнта (групи).

3. Дослідження доцільно реалізувати шляхом проведення в ньому двоетапного експерименту, що спочатку має констатуючу, а далі формуючу стадії. Аналіз доступних для застосування емпіричних методів дав змогу зосередитися методах психодіагностики та анкетування, що спричинено їх більшою доцільністю та оптимальністю стосовно даного дослідження. Тому, було прийнято рішення щодо того, що при проведенні констатуючого етапу даного дослідження можуть бути використані наступні методики: «Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS)» в авторстві С. Хобфолла; «Рівень суб'єктивного контролю»; опитувальник Ч. Спілбергера щодо реактивної та особистісної тривожності; «Діагностика агресивних та ворожих реакцій людини Баса-Дарки» й саме в даній методиці передбачено шкалу «почуття провини», яка й планується до застосування в дослідженні в якості залежної основної змінної; авторська «Анкета з ретроспективного дослідження особливостей ставлення батьків до дитини».

4. В констатуючій стадії експерименту згодилося прийняти участь 32 військовослужбовці, з яких 83% чоловічої статі (27 персон) і 17% жіночої (5 осіб) віковим діапазоном від 21 до 34 років. Внаслідок реалізації констатуючого етапу експериментально-психологічного дослідження встановлено те, що «почуття провини» має високий показник й перебуває на другому місці після шкали «вербальної агресії» за середнім балом зі всіх базових шкал. Найвищим за середнім значенням за методикою «Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS)» отримала стратегія «пошук соціальної підтримки». Локус контролю серед учасників дослідження є найбільшим в сфері невдач й він на 1,2 є більшим у порівнянні з найбільшою наступною інтернальністю в досягненнях. Й саме щодо інтернальності в невдачах досліджувані в цілому за групу мають такий ефект. За методикою Ч. Спілбергера показник щодо реактивної тривожності склав  $14.2 \pm 1,6$ , а щодо особистісного типу -  $10.1 \pm 1,3$ . Результати за розробленою анкетой свідчать про те, що чітко помічаємо більш деформоване ставлення до своєї дитини саме від батька. Особливий контраст помічається за типом «повна

безконтрольність». Але, потенційно впливовим можна вважати тип «безумовного неприйняття дитини».

5. Обчислення математичними методами емпіричних даних констатуючого етапу дослідження та інтерпретація отриманих результатів вказує на те, що зв'язок з показником 0,457 між почуттям провини та шкалою «пошук соціальної підтримки» з методики SACS створює значну ймовірність того, що провинна має в якості джерела походження внутрішню психічну особистості, яке все ж містить елемент засвоєних зовнішніх соціальних впливів. Також, надмірна інтернальність в особистості спричиняє негативний вплив й виступає як один з факторів формування почуття провини. Зафіксовано прямі зв'язки між почуттям провини та такими шкалами розробленої анкети як безумовне неприйняття дитини, що викликане батьком (0,33) та мамою (0,31), а також «крижане» мовчання від мами (0,397). Тому, висунуте припущення про те, що безумовне неприйняття дитини обома батьками спроможне спричинити вже на початках онтогенезу особистості схильність до формування почуття провини, отримало своє підтвердження.

6. Формуючий етап даного експерименту реалізовано через застосування психокорекційного методу. В умовах даного дослідження доцільно застосувати симптоматичну психокорекцію, орієнтована на афективно-вольову сферу особистості в груповій формі проведення, яка за наявності та ступенем розробки програми реалізації психокорекції в конкретних умовах є змішаною, недирективною, тривалою та загальною за масштабом вирішуваних завдань. Технікою реалізації психокорекції є задавання групі впродовж зустрічі 3 питань з переліку, які мають бути пропрацьовані кожним учасником психокорекції через застосування методу ненасильницького спілкування, який створив психолог М. Розенберг.

Таким чином перша гіпотеза, що обумовлюється ефективним методом надання психологічної допомоги клієнтам з почуттям провини методом ненасильницького спілкування М.Розенберга є підтверджена.

7. За констатуючим етапом можемо казати про те, що почуття провини структурно та процесуально є тривалим та багатокомпонентним явищем, що поступово виробляє в особистості готовність до загострення за певних умов. Проведене дослідження вказує на те, що почуття провини в особистості накопичується, вкорінюється та закріплюється. Сформоване почуття провини не існує постійно, а здатне існувати, хоча краще сказати ініціюватися в особистості за «сприятливих» обставин. А коріння цієї схильності йде ще в глибоке дитинство. Отже, друга гіпотеза що припускає, особливості надання психологічної допомоги клієнтам з загостреним почуттям провини детерміновані причиною і часом виникнення цього почуття є підтвердженою.

8. Формування експериментальної та контрольної груп відбувалося шляхом застосування методу парного розподілу за критерієм показника за шкалою почуття провини з опитувальника «Діагностики агресивних та ворожих реакцій людини» Баса-Дарки. До експериментальної групи потрапило 13 осіб, а до контрольної 12. Результати цього етапу засвідчили те, що після 6 зустрічей з експериментальною групою проведене повторне психодіагностичне дослідження за обраними психодіагностичними методиками з порівняльним аналізом за непараметричним  $t$  – критерієм Вілкоксона лише в експериментальній групі фіксоване зниження стратегії вирішення проблем «уникнення» при кризових життєвих ситуаціях, роздратування та образи за шкалами, що характеризують агресивність особистості. Вважаємо, що незначні достовірні зміни можуть бути за причини недостатньої ефективності застосованого методу, а таж за причини браку часу для того, щоб це спричинило зрушення в особистісній сфері. Все ж, особливостями надання психологічної допомоги клієнтам, в яких відбувається загострення почуння провини можна вважати те, що доцільно враховувати весь онтогенез даної особистості, що може виявися потужним

ресурсом подолання або хоча б зниження даного кризового стану. Окрім цього, доцільно враховувати ту обставину, що загострення формувалося значний час й тому на досягнення хоча б задовільного результату при наданні психологічної допомоги треба витратити значну кількість часу. Так, особистість має зазнати значних трансформацій, а це відбувається довго та наполегливо.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алешина Ю. Е. и др. Спецпрактикум по социальной психологии: опрос, семейное и индивидуальное консультирование. М.: МГУ, 1989. 89 с.
2. Анциферова Л.И. Психологія кожного дня: життєвий світ особистості "техніки" її буття / Л.И. Анциферова // Психологічний журнал. 1993. Т. 12, №2. С. 3-16.
3. Балл Г.А. Психологическое содержание личностной свободы: сущность и составляющие // Псих. журнал. 1997. том 18, №5. С.23-30.
4. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. Спб. Прам Еврознак. 2015. 1251 с.
5. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. Изд. 3-е, испр. и доп. М.: Независимая фирма "Класс", 2001. 336 с.
6. Братусь Б. С. Аномалии личности. М.: Мысль, 1988. 301 с.
7. Бурно М. Е. Клиническая психотерапия. М.: Академический проект, 2000. 719 с.
8. Бьюль А., Цёфель П. SPSS: искусство обработки информации. Анализ статистических данных и восстановление скрытых закономерностей: Пер. с нем / Бьюль А., Цёфель П. СПб. : ДиаСофтЮП, 2005. 608 с.
9. Бьюдженталь Дж. Наука быть живым : диалоги между терапевтом и пациентом в гуманистической терапии / Дж. Бьюдженталь. М. : «Класс», 1998. 336 с.
10. Василюк Ф.Є. Життєвий світ і криза: типологічний аналіз життєвих ситуацій// Журнал практичної психології і психоаналізу 2001. №4. С. 12-20.
11. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: МГУ, 1984. 200 с.
12. Василюк Ф. Е. От психологической практики к психотехнической теории // Моск. психотерапевт. журнал, 1992, №1. С. 15-32.
13. Дубровина И. В. Школьная психологическая служба. М.: Педагогика, 1991. 232 с.

14. Емельянов Ю. Н. Активное социальное психологическое обучение. Л.: Издво ЛГУ, 1985. 168 с.
15. Ермолаев О. Ю. Математическая статистика для психологов. Учебник / Ермолаев О. Ю. 2-е изд. испр. М. : Московский психолого-социальный институт Флинта, 2003. 336 с. (Библиотека психолога).
16. Займіться собою: Посібник із саморегуляції і самовдосконалення. М.: «Видавничий Дім МСП», 1996. 534 с.
17. Иванова В. В. Эмоция вины как предпосылка формирования нравственного идеала правды / В. В. Иванова // Гуманитарные исследования : Межвуз. сб. науч. тр. : Ежегодник. Омск, 2002. Вып. 7. С. 52-57.
18. Игнатъева А. А. Понятие о нравственных чувствах альтруизма, эгоизма, стыда и вины как устойчивых эмоциональных отношениях / А. А. Игнатъева // Научные труды Вятского социально-экономического института. Киров, 2002. Вып. 1. С.178-191.
19. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. СПб. : Питер, 2002. 464 с.
20. Изард К.Л. Эмоции человека. М., 1980. 440 с.
21. Ильин Е. П. Эмоции и чувства : уч. пособие / Е. П. Ильин. СПб. : Питер, 2001. 749 с.
22. Канке В. А. Философия. Исторический и систематический курс / В. А. Канке. М. : «Логос», 2001. 344 с.
23. Карелин А. М. Большая энциклопедия психологических тестов / Карелин А. М. М. : Эксмо, 2006. 416 с.
24. Кирилина Т. Ю. Совесть и ее роль в нравственном развитии личности / Т. Ю. Кирилина. М. : Моск. гос. ун-т, 2001. 126 с.
25. Климова Н.А. Формирование коллективных взаимоотношений у детей старшего дошкольного возраста. М., 1968. 453 с.
26. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Основи психологічних знань про психічні розлади для військового психолога. Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2018. 310 с.

27. Коротяева Л.М. Теоретичні засади відчуття провини як психологічного феномену. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2011. Вип.9. с. 120-128.
28. Коттлер Дж. Психотерапевтическое консультирование / Коттлер Дж., Браун Р. СПб. : Питер, 2001. 464 с.
29. Кривоніс Т.Г. Основи особистісної психотерапії. Навчально-методичний посібник. К.: Видавничий дім „Слово”, 2011. 192 с.
30. Куликов В. Н., Ковалев А. Г. Эмоции и чувства в жизни человека / В. Н. Куликов, А. Г. Ковалев. Иваново : Иван. гос. ун-т, 1997. 152 с.
31. Куликов Л. В. Психология настроения / Л. В. Куликов. СПб. : Из-во С.Петербур. Гос. Ун-та, 1997. 226 с.
32. Куницына В. Н. Трудности межличностного общения / В. Н. Куницына : дисс. на соискание ученой степени док. психол. наук. СПб, 1991.
33. Курпатов А. В. Как избавиться от тревожности, депрессии и раздражительности / Курпатов А. В. СПб. : Нева; М. : ОЛМА-ПРЕСС Образование, 2002. 256 с.
34. Мадци С. Р. Теории личности: сравнительный анализ / С. Р. Мадци. СПб. : «Речь», 2002. 539 с.
35. Макаров В. В. Психотерапия нового века / Макаров В. В. М. : Академический проект, 2001. 496 с.
36. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. М.: Эксмо, 2005. 960 с.
37. Маслоу А. Психология бытия / А. Маслоу. М. : Рефл-бук, 1997. 254 с.
38. Матюшин Г. Г. Стыд и совесть как формы моральной самооценки / Г. Г. Матюшин. М. : Изд- во МГОПУ : НОУ, 1998. 233 с
39. Муздыбаев К. Переживание вины и стыда / К. Муздыбаев. СПб. : С. Петерб. фил. Ин-та социологии, 1995. 39 с.

40. Муздыбаев К. Г. Психология ответственности / Муздыбаев К. Г. под. ред. В. Е. Семенова. Л. : Наука, 1983. 240 с.
41. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье / Р. Мэй. М. : Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. 256 с.
42. Наследов А. Д. SPSS: Компьютерный анализ данных в психологии и социальных науках / Наследов А. Д. СПб. : Питер, 2007. 416 с.
43. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования / Нельсон-Джоунс Р. СПб. : Питер, 2002. 464 с.
44. Непомнящая Н. И. Психодиагностика личности: Теория и практика : учеб. пособ. для студ. высш. учеб. заведений / Непомнящая Н. И. М. : ВЛАДОС, 2003. 192 с.
45. Никандров В. В. Метод моделирования в психологии: Практикум по психодиагностике / Никандров В. В. М. : Речь, 2003. 55 с.
46. Никандров В. В. Экспериментальная психология. Учебное пособие / Никандров В. В. СПб. : Речь, 2003. 480 с.
47. Нойман Э. Глубинная психология и новая этика. СПб.: Академический проект, 1999. 206с.
48. Осипова А. А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях / Осипова А. А. Ростов на Дону : Феникс, 2005. 315, [1] с. (Справочник).
49. Психологічні особливості базових копінг-стратегій та особистісних копінг-ресурсів працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України: Монографія. Назаров О.О., Оніщенко Н.В., Садковий В.П., Садковий О.В., Склень О.І., Тімченко О.В. Х.: УЦЗУ, 2008. 184 с.
50. Психологическая помощь мигрантам: травма, смена культуры, кризис идентичности / Под ред. Г. У. Солдатовой. М. : Смысл, 2002. 479 с
51. Психотерапевтическая энциклопедия / Под редакцией Б. Д. Карвасарского. СПб. : Питер, 1999. 752 с.

52. Розенберг М. Ненасильственное общение. Язык жизни. Харьков:К. : София. 2020. 288 с.
53. Скребец В. А. Психологическая диагностика: Учеб. пособие / Скребец В. А. К. : МАУП, 2001.152 с.
54. Собчик Л. Н. Введение в психологию индивидуальности. Теория и практика психодиагностического исследования / Собчик Л. Н. М. : ИПП, 1999. 512 с.
55. Татенко В.А. Психология в субъектном измерении, с.120-128.
56. Тимощук І. Г. Формування моральної відповідальності майбутнього практичного психолога / Тимощук І. Г. // Педагогічний процес: теорія і практика. К. : Екмо. 2003. вип.1. С. 233-242 .
57. Франкл В. Человек в поисках смысла / Франкл В. СПб. : Питер Ком, 1999. 244 с.
58. Фрейд З.Недовольство культурой / З. Фрейд. М. : Фолио, 2013. 47 с.
59. Фрейд З. Я и Оно / З. Фрейд. М. : ЭКСМО-ПРЕСС, 1998. 104 с.
60. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. М.: ООО АСТ ЛТД, 1998. 672с.
61. Фромм Э. Психоанализ и этика. М.: ООО АСТ - ЛТД, 1998. 568с.
62. Харрис Т. Я окей, ты окей. М. : Академический проект. 2006. 211 с.
63. Хикс Ч. Основне принципы планирования эксперимента. М., 1978. 218 с.
64. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. М. 2015. 168 с.
65. Царькова О.В. Почуття провини як один аспектів розвитку особистості та її соціальної взаємодії / О.В. Царькова // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки: збірник наукових праць 2014. Т.2, Вип.1 С. 79-84.
66. Царькова О. В. Психологія почуття провини у батьків дітей з обмеженими можливостями здоров'я / Царькова Ольга Вікторівна / дисертація на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук. 19.00.04 медична психологія. К. : інститут психології імені Г.С. Костюка. 2017. 361 с.

67. Экспериментальная психология./ Ред. Поль Фресс и Ж. Паже. Винцек I и II.М.: Прогресс, 1996. 428 с.
68. Юнг. К. Проблемы души нашего времени. М.: Прогресс, 1994. 336 с.
69. Юрьева Л. Н. Кризисные состояния / Юрьева Л. Н. Днепропетровск: Арт-пресс, 1999. 34 с.
70. Vexton, W.H. Effectsofdecrasedvariationinthesensoryenvironment. Oxford University Press. 2007., с. 36-58.
71. MeadeM. Someanthropogicalconsiderationsconcerningguild/Paul G. J. Abnorm. Psychol. 1978., 372 с.
72. Yalom I. D. The theory and practice of group psychotherapy. N. Y., 1975. Wirching M . Krebs im Context. Patient, Familie und Behaldungssystem. Klett-Cota, 1988.

## Додаток А

## МЕТОДИКА «SACS»

Призначення методу. Особистісний опитувальник «SACS» призначений для вивчення стратегій і моделей копінг-поведінки (стрес-долаючої поведінки) як типів реакцій особистості людини у подоланні стресових ситуацій. Опитувальник містить у собі 54 твердження, кожне з яких обстежуваний оцінює за 5-бальною шкалою. Відповідно до ключа підраховується сума балів за кожним рядом. Сума балів відбиває ступінь переваги тієї або іншої моделі поведінки у складній (стресогенній) ситуації. Опитувальник містить дев'ять моделей копінг-поведінки: асертивні дії; вступ до соціального контакту; пошук соціальної підтримки; обережні дії; імпульсивні дії; уникання; маніпулятивні (непрямі) дії; асоціальні дії; агресивні дії.

Інструкція. Вам пропонуються 54 твердження відносно поведінки в напружених (стресових) ситуаціях. Оцініть, будь ласка, що Ви зазвичай робите (як Ви зазвичай поводитесь) в таких випадках. Для цього на листі відповідей поставте цифру від 1 до 5, яка найбільш відповідає Вашим діям. Якщо твердження цілком описує Ваші дії або почуття (переживання), то поруч з номером питання поставте 5 (відповідь «Так, цілком згоден»). Якщо твердження зовсім не підходить, тоді поставте 1 (відповідь – «Ні, це зовсім не так»).

Тестовий матеріал.

1. В любых сложных ситуациях вы не сдаётесь.
2. Объединяетесь с другими людьми, чтобы вместе разрешить ситуацию.
3. Советуетесь с друзьями или близкими о том, что бы они сделали, оказавшись в вашем положении.
4. Вы всегда очень тщательно взвешиваете возможные варианты решений (лучше быть осторожным, чем подвергать себя риску).
5. Вы полагаетесь на свою интуицию.

6. Как правило, вы откладываете решение возникшей проблемы в надежде, что она разрешится сама.
7. Стараетесь держать все под контролем, хотя и не показываете этого другим.
8. Вы полагаете, что иногда необходимо действовать столь быстро и решительно, чтобы застать других врасплох.
9. Решая неприятные проблемы, выходите из себя и можете «наломать немало дров».
10. Когда кто-либо из близких поступает с вами несправедливо, Вы пытаетесь вести себя так, чтобы они не почувствовали, что вы расстроены или обижены.
11. Стараетесь помочь другим при решении ваших общих проблем.
12. Не стесняетесь при необходимости обращаться к другим людям за помощью или поддержкой.
13. Без необходимости не «выкладываетесь» полностью, предпочитая экономить свои силы.
14. Вы часто удивляетесь, что наиболее правильным является то решение, которое первым пришло в голову.
15. Иногда предпочитаете заняться чем угодно, лишь бы забыть о неприятном деле, которое нужно делать.
16. Для достижения своих целей вам часто приходится «подыгрывать» другим или подстраиваться под других людей (несколько «кривить душой»).
17. В определенных ситуациях вы ставите свои личные интересы превыше всего, даже если это пойдет во вред другим.
18. Как правило, препятствия для решения ваших проблем или достижения желаемого сильно выводят вас из себя, можно сказать, что они просто бесят вас.
19. Вы считаете, что в сложной ситуации лучше действовать самому, чем ждать, когда ее будут решать другие.



20. Находясь в трудной ситуации, вы раздумываете о том, как поступили бы в этом случае другие люди.
21. В трудные минуты для вас очень важна эмоциональная поддержка близких людей.
22. Считаете, что во всех случаях лучше «семь и более раз отмерить, прежде чем отрезать».
23. Вы часто проигрываете из-за того, что не полагаетесь на свои предчувствия.
24. Вы не тратите свою энергию на разрешение того, что, возможно, само по себе рассеется.
25. Позволяете другим людям думать, что они могут повлиять на вас, но на самом деле вы - крепкий орешек и никому не позволяете манипулировать собой.
26. Считаете, что полезно демонстрировать свою власть и превосходство для укрепления собственного авторитета.
27. Вас можно назвать вспыльчивым человеком.
28. Вам бывает достаточно трудно ответить отказом на чьи-либо требования или просьбы.
29. Вы полагаете, что в критических ситуациях лучше действовать сообща с другими.
30. Вы считаете, что на душе может стать легче, если поделиться с другими своими переживаниями.
31. Ничего не принимаете на веру, так как полагаете, что в любой ситуации могут быть «подводные камни».
32. Ваша интуиция вас никогда не подводит.
33. В конфликтной ситуации убеждаете себя и других, что проблема «не стоит и выеденного яйца».
34. Иногда вам приходится немного манипулировать людьми (решать свои проблемы, невзирая на интересы других).

35. Бывает очень выгодно поставить другого человека в неловкое и зависимое положение.

36. Вы считаете, что лучше решительно и быстро дать отпор тем, кто не согласен с вашим мнением, чем «тянуть кота за хвост».

37. Вы легко и спокойно можете защитить себя от несправедливых действий со стороны других, в случае необходимости сказать «нет» в ситуации эмоционального давления.

38. Вы считаете, что общение с другими людьми обогатит ваш жизненный опыт.

39. Вы полагаете, что поддержка других людей очень помогает Вам в трудных ситуациях.

40. В трудных ситуациях вы долго готовитесь и предпочитаете сначала успокоиться, а потом уже действовать.

41. В сложных ситуациях лучше следовать первому импульсу, чем долго взвешивать возможные варианты.

42. По возможности избегаете решительных действий, требующих большой напряженности и ответственности за последствия.

43. Для достижения своих заветных целей не грех и немного полукавить.

44. Ищете слабости других людей и используете их со своей выгодой.

45. Грубость и глупость других людей часто приводят вас в ярость (выводят вас из себя).

46. Вы испытываете неловкость, когда вас хвалят или говорят комплименты.

47. Считаете, что совместные усилия с другими принесут больше пользы в любых ситуациях (при решении любых задач).

48. Вы уверены, что в трудных ситуациях вы всегда найдете понимание и сочувствие со стороны близких людей.

49. Вы полагаете, что во всех случаях нужно следовать принципу «тише едешь, дальше будешь».

50. Действие под влиянием первого порыва всегда хуже, чем трезвый расчет.

51. В конфликтных ситуациях предпочитаете найти какие-либо важные и неотложные дела, позволяя другим заняться решением проблемы или надеясь, что время все расставит на свои места.

52. Вы полагаете, что хитростью можно добиться порою больше, чем действуя напрямую.

53. Цель оправдывает средство.

54. В значимых и конфликтных ситуациях вы бываете агрессивным.

#### Обробка й інтерпретація результатів

За ключем підсумовуються бали за кожним рядком, що відображає ступінь обрання тієї чи іншої моделі поведінки у складній (стресогенній) ситуації.

| «КЛЮЧ»                     |                         |
|----------------------------|-------------------------|
| Субшкала                   | Номери тверджень        |
| Асертивні дії              | 1, 10, 19, 28*, 37, 46* |
| Вступ в соціальний контакт | 2, 11, 20, 29, 38, 47   |
| Пошук соціальної підтримки | 3, 12, 21, 30, 39, 48   |
| Обережні дії               | 4, 13, 22, 31, 40, 49   |
| Імпульсивні дії            | 5, 14, 23, 32, 41, 50*  |
| Уникання                   | 6, 15, 24, 33, 42, 51   |
| Непрямі дії                | 7, 16, 25, 34, 43, 52   |
| Асоціальні дії             | 8, 17, 26, 35, 44, 53   |
| Агресивні дії              | 9, 18, 27, 36, 45, 54   |

Примітка: \* - підраховується у зворотному порядку.

Аналіз результатів проводиться на підставі зіставлення даних конкретної людини за кожною із субшкал із середніми значеннями моделей подолання в досліджуваних (професійній, віковій й ін.) групі. У результаті порівняння індивідуальних і середньогрупових показників робиться висновок про

подібність або розходження у копінг-поведінці даного індивіда щодо досліджуваної категорії людей. Для інтерпретації індивідуальних особливостей переборюючої поведінки дані конкретного реципієнта можуть зіставлятись з даними, представленими в таблиці 1.

Інший спосіб інтерпретації індивідуальних даних ґрунтується на аналізі індивідуального «портрета» моделей копінг-поведінки. Для цього (для наочності) може бути побудована кругова діаграма, що відображає ступінь виразності (переважання) кожної з 9 моделей поведінки у конкретної особи.

За її індивідуальними даними розраховується частка (у %) кожної з моделей поведінки щодо всіх 9 субшкал за формулою:  $Mn (\%) = (Nn \times 100) : S$ , де  $Nn$  - числове значення, отримане за кожною із субшкал ( $n=1...9$ ),  $S$  - сума показників всіх 9 субшкал.

Таблиця 1 - Показники стратегій копінг-поведінки

| № з/п | Стратегії подолання | Модель поведінки (дії)     | Ступінь виразності копінг-моделей |         |        |
|-------|---------------------|----------------------------|-----------------------------------|---------|--------|
|       |                     |                            | Низька                            | Середня | Висока |
| 1     | Активна             | Асертивні дії              | 6-17                              | 18-22   | 23-30  |
| 2-3   | Просоціальна        | Вступ у соціальний контакт | 6-21                              | 22-25   | 26-30  |
|       |                     | Пошук соціальної підтримки | 6-20                              | 21-24   | 25-30  |
| 4-5   | Пасивна пряма       | Обережні дії               | 6-17                              | 18-23   | 24-30  |
|       |                     | Імпульсивні дії            | 6-17                              | 16-19   | 20-30  |
| 6-7   | Пасивна непряма     | Уникання                   | 6-13                              | 14-17   | 18-30  |
|       |                     | Маніпулятивні дії          | 6-16                              | 18-23   | 24-30  |
| 8-9   | Асоціальна          | Асоціальні дії             | 6-14                              | 15-19   | 20-30  |
|       |                     | Агресивні дії              | 6-13                              | 14-18   | 19-30  |

Відповідно до концепції Хобфолла, дані моделі характеризують три пересічені координатні осі (напрямки й індивідуальну активність) копінг-поведінки особистості.

Стратегічний напрямок копінг-поведінки у змістовному плані повинен описуватися за допомогою мінімум трьох координат: вісь просоціальної-асоціальної стратегії, вісь активності-пасивності, вісь пряма - непряма (маніпулятивна) поведінка.

Залежно від ступеня конструктивності, стратегії й моделі поведінки можуть сприяти або перешкоджати успішності подолання професійних стресів.

## Додаток Б

## Опитувальник «Рівень суб'єктивного контролю» (РСК)

## Тест

РСК виявляє екстернальний або інтернальний тип поведінки. У першому випадку людина вважає, що події, які з нею відбуваються, — результат дії зовнішніх сил — випадку, інших людей тощо. У другому випадку людина інтерпретує значущі події як результат своєї діяльності.

Локус контролю, характерний для індивіда, універсальний щодо будь-яких подій та ситуацій, з якими йому доведеться постати. Той самий тип контролю характеризує поведінку цієї особистості і при невдачах, і при досягненнях, причому це стосується різних галузей соціального життя.

Конформна та поступлива поведінка більш властива людям із екстернальним локусом. Інтернали, на відміну від екстернатів, менш схильні підпорядковуватись тиску інших, чинять спротив, коли відчувають, що ними маніпулюють, реагують сильніше ніж екстернали на втрату особистої свободи.

Люди з інтернальними локусами контролю краше працюють наодинці, ніж під наглядом або при відеозаписі. Для екстернатів характерне прагнення до постійного спілкування.

Екстернальність корелює з тривожністю та депресією.

Інтернали надають перевагу недирективним методам психокорекції, екстернали суб'єктивно більш орієнтовані на зовнішній контроль.

Опитувальник РСК складається з 44 пунктів. Він містить пункти, які вимірюють екстернальність-інтернальність у міжособистісних та сімейних стосунках, а також пункти, які вимірюють РСК щодо хвороб і здоров'я.

Для збільшення спектра можливих застосувань опитувальник сконструйований у двох варіантах, які відрізняються форматом відповідей досліджуваних. Варіант А використовують для дослідження. Він потребує відповіді за 6-ти бальною шкалою (-3, -2, -1, +1, +2, +3), в якій відповідь «+3» означає «повністю згоден», «-3» — «зовсім не згоден» із цим пунктом.

Варіант Б призначений для психодіагностики. Він потребує відповіді за бінарною шкалою «зго-ден-не згоден».

Текст опитувальника

1. Просування по службі більше залежить від вдалого збігу обставин, ніж від здібностей та зу-силь людини.
2. Більшість розлучень відбувається через те, що люди не захотіли пристосуватись один до одного.
3. Хвороба — справа випадку; якщо судилося захворіти, то нічого не вдієш.
4. Люди залишаються самотніми, тому що самі не виявляють зацікавленості та дружелюбності до оточуючих.
5. Здійснення моїх бажань часто залежить від сприятливих обставин.
6. Недоцільно витратити зусилля на завоювання симпатії інших людей.
7. Зовнішні обставини — батьки та добробут — впливають на сімейне щастя не менше, ніж сто-сунки подружжя.
8. Я часто відчуваю, що мало впливаю на те, що відбувається зі мною.
9. Як правило, керівництво виявляється ефек-тивнішим, коли повністю контролює дії підлег-лих, а не покладається на їх самостійність.
10. Мої оцінки в школі частіше залежали від ви-падкових обставин (наприклад, від настрою вчи-теля), ніж від моїх власних зусиль.
11. Коли я планую, то вірю, що зможу здійснити їх.
12. Те, що багато людей вважає вдачею, насправ-ді результат довгих 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 яких би зусиль вони не докладали б, налагодити сімейне життя вони все ж не зможуть.
15. Те хороше, що я роблю, зазвичай правильно оцінюють інші.

16. Діти виростають такими, якими їх виховують батьки.
17. Гадаю, що випадок або доля не відіграють важливої ролі в моєму житті.
18. Я намагаюсь не планувати заздалегіть, тому що багато залежить від того, як складуться обставини.
19. Мої оцінки в школі найперше залежали від моїх зусиль та рівня підготовки.
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 в жодному разі не є причиною моїх хвороб.
24. Як правило, саме невдалий збіг обставин заважає людям досягти успіхів.
25. За погане управління організацією відповідальні самі люди, які в ній працюють.
26. Я часто відчуваю, що нічого не можу змінити у стосунках в сім'ї, які склалися.
27. Якщо я дуже захочу, то зможу завоювати симпатії до себе будь-кого.
28. На молоде покоління впливає так багато різних обставин, що зусилля батьків у їхньому вихованні часто марні.
29. Те, що зі мною трапляється, — результат моїх зусиль.
30. Важко буває зрозуміти, чому керівники чинять так, а не по-іншому.
31. Людина, яка не змогла досягти успіху у своїй роботі, очевидно, не виявила достатньо зусиль.



32. Найчастіше я можу домогтися від членів моєї сім'ї того, чого хочу.
33. У неприємностях та невдачах, які були у моєму житті, частіше були винні інші люди, а не я сам.
34. Дитину завжди можна вберегти від застуди, якщо за нею стежити та правильно одягати.
35. У складних обставинах я схильний почекати, поки проблеми вирішаться самі.
36. Успіх — результат наполегливої праці і мало залежить від випадку або везіння.
37. Я відчуваю, що саме від мене залежить щас-тя моєї родини.
38. Мені завжди було важко зрозуміти, чому я одним людям подобаюсь, а іншим — ні.
39. Я завжди схильний приймати рішення та ді-яти самостійно, а не сподіватись на допомогу ін-ших або на долю.
40. На жаль, заслуги людини часто залишаються невизнаними, попри всі її старання.
41. У сімейному житті бувають такі ситуації, які неможливо вирішити, навіть при найсильнішому бажанні.
42. Здібні люди, які не зуміли реалізувати своїх можливостей, повинні звинувачувати в цьому тільки себе.
43. Багато моїх успіхів були можливі тільки зав-дяки допомозі інших людей.
44. Більшість невдач у моєму житті відбувалося від невміння, незнання або лінощів і мало залежа-ли від удачі.

Обробку заповнених відповідей слід проводити за зазначеним нижче ключем, підсумовуючи від-повіді на пункти у стовпчиках «+» зі своїм знаком і відповіді на пункти у стовпчиках «-» із зворот-ним знаком.

Показники опитувальника РСК організовані відповідно до принципу ієрархічної структури системи регуляції діяльності.

| 1. ІО |    | 2. ІД |    | 3. ІП |    | 4. ІС |    | 5. ІП |    | 6. ІМ |    | 7. ІЗ |    |
|-------|----|-------|----|-------|----|-------|----|-------|----|-------|----|-------|----|
| +     | —  | +     | —  | +     | —  | +     | —  | +     | —  | +     | —  | +     | —  |
| 2     | 1  | 12    | 1  | 2     | 7  | 2     | 7  | 19    | 1  | 4     | 6  | 13    | 3  |
| 4     | 3  | 15    | 5  | 4     | 24 | 16    | 14 | 22    | 9  | 27    | 38 | 34    | 23 |
| 11    | 5  | 27    | 6  | 20    | 33 | 20    | 26 | 25    | 10 |       |    |       |    |
| 12    | 6  | 32    | 14 | 31    | 38 | 32    | 28 | 42    | 30 |       |    |       |    |
| 13    | 7  | 36    | 26 | 42    | 40 | 37    | 41 | 36    | 26 |       |    |       |    |
| 15    | 8  | 37    | 43 | 44    | 41 |       |    | 37    | 43 |       |    |       |    |
| 16    | 9  |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 17    | 10 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 19    | 14 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 20    | 18 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 22    | 21 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 25    | 23 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 27    | 24 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 29    | 26 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 31    | 28 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 32    | 30 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 34    | 33 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 36    | 35 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 37    | 38 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 39    | 40 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 42    | 41 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
| 44    | 43 |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |

1. Шкала загальної інтернальності (Із). Високий показник за цією шкалою відповідає високому рівню суб'єктивного контролю над будь-якими значущими ситуаціями. Такі люди вважають, що більшість важливих подій у їхньому житті були результатом їхніх дій. Таким чином, вони відчувають власну відповідальність за ці події і за те, як складається їхнє життя в цілому. Низький показник за шкалою Із відповідає низькому рівню суб'єктивного контролю. Такі досліджувані не бачать зв'язку між своїми діями та значущими для них подіями в житті, не вважають себе здатними контролювати їх розвиток та вважають, що більшість їх — результат випадку або дій інших людей.

2. Шкала інтернальності в галузі досягнень (Ід). Високі показники за цією шкалою відповідають високому рівню суб'єктивного контролю над емоційно позитивними подіями та ситуаціями. Такі люди вважають, що вони самі досягли всього того, що було і є у їхньому житті, і що вони здатні успішно досягати своєї мети в майбутньому. Низькі показники за шкалою Ід

свідчать про те, що людина приписує свої успіхи, досягнення та радощі зовнішнім обставинам — везінню, щасливій долі або допомозі інших людей.

3. Шкала інтернальності в галузі невдач (Ін). Високі показники за цією шкалою свідчать про розвинене відчуття суб'єктивного контролю стосовно негативних подій та ситуацій, які виявляються у схильності звинувачувати самого себе у різноманітних неприємностях та стражданнях. Низькі показники Ін доводять, що досліджуваний схильний приписувати відповідальність іншим людям або вважати їх результатом невезіння.

4. Шкала інтернальності у сімейних стосунках (Іс). Високі показники Іс означають, що людина вважає себе відповідальною за події, які відбуваються в її подружньому житті. Низькі Іс вказують на те, що суб'єкт вважає не себе, а своїх партнерів причиною значущих ситуацій, які виникають у його сім'ї.

5. Шкала інтернальності в галузі виробничих відносин (Ів). Високий Ів підтверджує те, що людина вважає свої дії важливим фактором організації власної виробничої діяльності, в стосунках у колективі, у своєму просуванні тощо. Низький Ів вказує на те, що досліджуваний схильний приписувати важливіше значення зовнішнім обставинам — керівництву, співробітникам, везінню-невезінню.

6. Шкала інтернальності стосовно здоров'я і хвороб (Іх). Високі показники Іх свідчать про те, що досліджуваний вважає себе відповідальним за своє здоров'я: якщо він хворий, то звинувачує в цьому самого себе і вважає, що одужання багато в чому залежить від його дій. Людина з низьким Іх вважає здоров'я та хворобу результатом випадку і сподівається на те, що одужання прийде внаслідок дій інших людей, насамперед лікарів.

## Дотаток В

Тест «Шкала реактивної і особистісної тривожності» Спілбергера - Ханіна (ШРОТ)

Група особистісних опитувальників, розроблена Ч.Д. Спілбергера в 1966-1973 рр. Являє собою широко поширену шкалу STAI (State-Trait Anxiety-Inventory). Отримав широке поширення російськомовний варіант STAI, який відомий як шкала реактивної та особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна. Бланк шкал самооцінки включає інструкцію і 40 питань-суджень, 20 з яких призначені для оцінки рівня ситуативної тривожності (СТ) і 20 - для оцінки рівня особистісної тривожності (ЛТ). Ю.Л. Ханін адаптував, модифікував і стандартизував методику, а також отримав орієнтовні нормативи рівневої вираженості тривожності: від 20 до 34 балів - низький рівень тривожності; від 35 до 44 балів - середній рівень тривожності; вище 46 балів - високий рівень тривожності. Опитувальник допускає індивідуальне та групове використання. Текст методики ШРОТ Інструкція до першої групи суджень про самопочуття. Залежно від самопочуття в момент закресліть найвдалішу вам цифру: «1» – немає, це не так так; «2» – мабуть, так; «3» – вірно; «4» – цілком правильно.

1. Ви спокійні 1 2 3 4;
2. Вам ніщо не загрожує 1 2 3 4 ;
3. Ви перебуваєте у напрузі 1 2 3 4;
4. Ви відчуваєте жаль 1 2 3 4;
5. Ви почуваетесь вільно 1 2 3 4;
6. Ви засмучені 1 2 3 4;
7. Вас хвилюють можливі невдачі 1 2 3 4;
8. Ви почуваетесь відпочилим людиною 1 2 3 4;
9. Ви стурбовані 1 2 3 4;
10. Ви відчуваєте почуття внутрішнього задоволення 1 2 3 4;
11. Ви абсолютно впевнені у собі 1 2 3 4 ;
12. Ви нервуєте 1 2 3 4 ;

13. Ви вважаєте собі місця 1 2 3 4;
14. Ви роздуті 1 2 3 4 ;
15. Ви відчуваєте скутості і напруження 1 2 3 4;
16. Ви задоволені 1 2 3 4 ;
17. Ви стурбовані 1 2 3 4 ;
18. Ви занадто порушено і вас на собі 1 2 3 4;
19. Вам радісно 1 2 3 4 ;
20. Вам приємно 1 2 3 4 .

Ситуативная тривожність (СТ) визначається за ключем:  $(СТ) = (3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18) - (1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20) + 50$  116 Інструкція до другої групи суджень про самопочуття. Прочитайте (прослухайте) уважно кожна з наведених нижче пропозицій і закресліть (запишіть) підходящу вам цифру справа залежно від цього, як ви себе відчуваєте зазвичай. Цифри справа означають: «1» – що ніколи; «2» – іноді; «3» – часто; «4» – майже завжди.

1. Ви відчуваєте задоволення 1 2 3 4
2. Ви швидко втомлюєтеся 1 2 3 4
3. Ви легко можете заплакати 1 2 3 4
4. ви хотіли бути настільки ж щасливим людиною, як та інші 1 2 3 4
5. Буває, що програєте тому, що недостатньо швидко приймаєте рішення 1 2 3 4
6. Ви почуваетесь бадьорим людиною 1 2 3 4
7. Ви спокійні, хладнокровні і зібрані 1 2 3 4
8. Чекання труднощів дуже турбує вас 1 2 3 4
9. Ви занадто переживаєте через дрібниці 1 2 3 4
10. Ви буваєте цілком щасливі 1 2 3 4
11. Ви приймаєте обходитися без близько до серця 1 2 3 4
12. Вам бракує впевненості у собі 1 2 3 4
13. Ви почуваетесь безпечно 1 2 3 4
14. Ви намагаєтеся уникати критичних ситуацій і труднощів 1 2 3 4
15. Вам буває хандра, туга 1 2 3 4
16. Ви буваєте задоволені 1 2 3 4
17. всякі дрібниці відволікають вас 1 2 3 4
18. Ви так переживаєте розчарування, що потім він довго не можете про неї забути 1 2 3 4
19. Ви урівноважений людина 1 2 3 4
20. Вас охоплює сильне занепокоєння, як ви думки про свої добрі справи і турботах 1 2 3 4

Особистісна тривожність (ОТ) визначається по ключу:  $(ОТ) = (2, 3, 4, 5, 8, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 20) - (1, 6, 7, 10, 13, 16, 19) + 35$  Результати оцінюються зазвичай, у градаціях: До

30 балів – низька; 31 – 45 балів – середня; 46 балів і більше – висока тривожність.

## Додаток Г

## Опитувальник діагностики агресивних та ворожих реакцій людини Басса-Дарки

Опитувальник Басса-Дарки (Buss-Durkey Inventory) розроблений А. Басс і А. Дарки в 1957 р і призначений для діагностики агресивних і ворожих реакцій. Під агресивністю розуміється властивість особистості, що характеризується наявністю деструктивних тенденцій, в основному в області суб`єктно-об`єктних відносин. Ворожість розуміється як реакція, що розвиває негативні почуття і негативні оцінки людей і подій. Створюючи свій опитувальник, диференціює прояви агресії і ворожості, А. Басс і А. Дарки виділили такі види реакцій:

1. Фізична агресія - використання фізичної сили проти іншої особи.
2. Непряма - агресія, обхідним шляхом спрямована на іншу особу або ні на кого не спрямована.
3. Роздратування - готовність до прояву негативних почуттів при найменшому порушенні (запальність, грубість).
4. Негативізм - опозиційна манера в поведінці від пасивного опору до активної боротьби проти встановлених звичаїв і законів.
5. Образа - заздрість і ненависть до оточуючих за дійсні і вигадані дії.
6. Підозрілість - в діапазоні від недовіри і обережності по відношенню до людей до переконання в тому, що інші люди планують і приносять шкоду.
7. Вербальна агресія - вираз негативних почуттів як через форму (крик, вереск), так і через зміст словесних відповідей (прокляття, погрози).
8. Почуття провини - висловлює можливе переконання суб`єкта в тому, що він є поганою людиною, що надходить зло, а також відчуються їм докори сумління.

Інструкція. Уважно прочитайте кожне висловлювання. Якщо воно підходить вам, поставте поруч знак "+", якщо не підходить, то "-".

1. Часом я не здатен перебороти бажання заподіяти іншим шкоду.
2. Іноді пліткую про людей, яких не люблю.

3. Я легко дратуюсь, але швидко заспокоююсь.
4. Якщо мене ласкаво не попросять, я не виконаю прохання.
5. Я не завжди отримую те, що мені призначено.
6. Я знаю, що люди говорять про мене за мою спиною.
7. Якщо я не схвалюю поведінку друзів, я даю їм це відчути.
8. Коли мені доводилося обдурювати кого-небудь, я відчував нестерпні докори сумління.
9. Мені здається, що я не здатен вдарити людину.
10. Я ніколи не дратуюся настільки, щоби розкидатися речами.
11. Я завжди поблажливий до чужих недоліків.
12. Якщо мені не подобається встановлене правило, у мене виникає бажання порушити його.
13. Інші вміють майже завжди користуватися сприятливими обставинами.
14. Я тримаюся насторожі з людьми, які ставляться до мене дещо ліпше, ніж я очікував.
15. Я часто не погоджуюся з людьми.
16. Іноді мене обтяжують думки, яких я соромлюсь.
17. Якщо хтось першим ударить мене, я не відповім йому.
18. Коли я дратуюся, грюкаю дверима.
19. Я куди дратівливіший, ніж здається оточуючим.
20. Якщо хтось вдає із себе начальника, я завжди роблю йому наперекір.
21. Мене трохи засмучує моя доля.
22. Я гадаю, що багато людей мене не люблять.
23. Я не зможу втриматися від суперечки, якщо люди не згодні зі мною.
24. Люди, що ухиляються від роботи, мусять почувати провину.
25. Той, хто ображає мене і мою сім'ю, напрошується на бійку.



26. Я не здатний на брутальні жарти.
27. Розлютовуюся, коли з мене насміхаються.
28. Коли люди вдають із себе начальників, я роблю все, щоби вони не зазнавалися.
29. Майже кожен тиждень я бачу когось, хто мені не до вподоби.
30. Досить багато людей заздрять мені.
31. Я вимагаю, щоб люди поважали мене.
32. Мене пригнічує те, що мало роблю для своїх батьків.
33. Люди, які постійно знущаються з нас, варті того, щоб їх поставили на місце.
34. Я ніколи не буваю похмурим від злості.
35. Якщо до мене ставляться гірше, ніж я на те заслуговую, я не засмучуюсь.
36. Якщо хтось дратує мене, я не звертаю уваги.
37. Хоч я ніколи не показую цього, але мене іноді гризе заздрість.
38. Іноді мені здається, що з мене насміхаються.
39. Навіть якщо я гніваюся, то не вдаюся до лайки.
40. Мені хочеться, щоб мої гріхи пробачили.
41. Я рідко даю здачі, навіть якщо хтось і вдарить мене.
42. Коли виходить не по-моєму, я іноді ображаюсь.
43. Іноді люди дратують мене однією своєю присутністю.
44. Немає людей, яких би я по-справжньому ненавидів.
45. Мій принцип: “Ніколи не довіряти чужакам”.
46. Якщо хтось дратує мене, я готовий висловити все, що про нього думаю.
47. Я роблю багато такого, про що потім шкодую.
48. Якщо я роздратуюсь, я можу вдарити когось.

49. Із дитинства я ніколи не виявляв спалахів гніву.
50. Часто почуваю себе, мов діжка з порохом, що ось-ось вибухне.
51. Якби всі знали, що я відчуваю, мене б вважали людиною, з якою нелегко ладнати.
52. Я завжди розмірковую про те, які потаємні причини змушують людей робити приємне мені.
53. Коли на мене кричать, відповідаю тим самим.
54. Невдачі засмучують мене.
55. Я відчуваю страх не рідше й не частіше за інших.
56. Я можу пригадати випадки, коли я був настільки злий, що хапав першу-ліпшу річ.
57. Іноді я відчуваю, що готовий першим кинутись у бійку.
58. Іноді я відчуваю, що життя поводить ся зі мною несправедливо.
59. Раніше я думав, що більшість людей говорить правду, але зараз я не вірю в це.
60. Я лаюся тільки через злість.
61. Коли я роблю щось неправильно, то відчуваю докори сумління.
62. Якщо для захисту своїх прав мені слід використати фізичну силу, я вдаюся до неї.
63. Іноді я виражаю свій гнів тим, що грюкаю кулаком по столу.
64. Я буваю грубий з людьми, які мені не подобаються.
65. У мене немає ворогів, що хотіли б мені нашкодити.
66. Я не вмію поставити людину на місце, навіть якщо вона на це заслуговує.
67. Я часто думаю, що жив неправильно.
68. Я знаю людей, які здатні довести мене до бійки.
69. Я не засмучуюсь через дрібниці.

70. Мені рідко спадає на думку, що люди намагаються розлютити чи скривдити мене.

71. Я часто тільки вдаюся до погроз, а не збираюся їх реалізувати.

72. Останнім часом я став занудою.

73. Під час суперечки я часто підвищую голос.

74. Здебільшого я намагаюся приховувати своє негативне ставлення до людей.

75. Я ліпше поступлюся своїми принципами, ніж сперечатимусь.

Ключ до опитувальника:

Фізична агресія: «Так»: 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68. «Ні»: 9, 17, 41. Непряма агресія: «Так»: 2, 18, 34, 42, 56, 63. «Ні»: 10, 26, 49. Роздратування: «Так»: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72. «Ні»: 11, 35, 69. Негативізм: «Так»: 4, 12, 20, 23. «Ні»: 36.

Образ: «Так»: 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58. «Ні»: 44.

Підозрілість: «Так»: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59. «Ні»: 65, 70. Вербальна агресія: «Так»: 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73. «Ні»: 39, 66, 74, 75.

Почуття провини.: «Так»: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67.

Індекс ворожості: сума балів за шкалами «образ» і «підозрілість». Індекс агресивності: сума балів за шкалами «фізична агресія», «роздратування» і «вербальна агресія».

Індекс агресивності включає в себе 1, 2 і 3 шкалу - індекс ворожості включає в себе 6 і 7 шкалу.

Нормою агресивності є величина її індексу, що дорівнює  $21 \pm 4$ , а ворожості -  $6-7 \pm 3$ . При цьому звертається увага на можливість досягнення певної величини, що показує ступінь прояву агресивності.

Користуючись цією методикою, необхідно пам'ятати, що агресивність, як властивість особистості, і агресія, як акт поведінки, можуть бути зрозумілі в контексті психологічного аналізу мотиваційно-потребностной сфери особистості.

## Додаток Г

Витяг з кореляційної матриці щодо копінг-стратегій та видів агресивної поведінки

|                     |   | Асертивні дії | Вступ у соц. | Пошук соц. | Обережні дії | Імпульсивні дії | Уникнення | Непрямі дії | Асоціальні дії | Агресивні дії |
|---------------------|---|---------------|--------------|------------|--------------|-----------------|-----------|-------------|----------------|---------------|
| Фізична агресія     | р | ,042          | ,208         | ,082       | ,270         | ,093            | ,265      | ,233        | ,453           | ,153          |
|                     | т | ,772          | ,149         | ,576       | ,062         | ,519            | ,068      | ,105        | ,002           | ,287          |
| Непряма агресія     | р | ,021          | ,234         | ,279       | ,147         | ,147            | ,106      | ,163        | ,315           | ,156          |
|                     | т | ,892          | ,119         | ,069       | ,331         | ,331            | ,483      | ,279        | ,036           | ,300          |
| Роздратування       | р | ,122          | ,285         | ,004       | ,031         | ,083            | ,028      | ,069        | ,353           | ,034          |
|                     | т | ,425          | ,059         | ,982       | ,838         | ,585            | ,855      | ,650        | ,019           | ,820          |
| Негативізм          | р | ,175          | ,040         | ,127       | ,214         | ,241            | ,003      | ,083        | ,189           | ,272          |
|                     | т | ,242          | ,788         | ,402       | ,150         | ,105            | ,982      | ,574        | ,200           | ,066          |
| Образа              | р | ,025          | ,014         | ,357       | ,229         | ,215            | ,142      | ,098        | ,003           | ,195          |
|                     | т | ,873          | ,927         | ,023       | ,137         | ,162            | ,359      | ,522        | ,982           | ,201          |
| Підозрілість        | р | ,250          | ,037         | ,473       | ,224         | ,140            | ,003      | ,129        | ,044           | ,189          |
|                     | т | ,099          | ,804         | ,002       | ,137         | ,355            | ,982      | ,392        | ,770           | ,208          |
| Вербальна агресія   | р | ,049          | ,062         | ,099       | ,028         | ,159            | ,056      | ,378        | ,106           | ,038          |
|                     | т | ,751          | ,684         | ,523       | ,856         | ,297            | ,717      | ,013        | ,483           | ,804          |
| Почуття провини     | р | ,070          | ,076         | ,012       | ,132         | ,129            | ,290      | ,099        | ,46            | ,020          |
|                     | т | ,638          | ,607         | ,457       | ,371         | ,382            | ,051      | ,502        | ,754           | ,573          |
| Індекс ворожості    | р | ,061          | ,063         | ,246       | ,092         | ,138            | ,032      | ,106        | ,281           | ,172          |
|                     | т | ,696          | ,680         | ,116       | ,551         | ,370            | ,836      | ,491        | ,067           | ,262          |
| Індекс агресивності | р | ,036          | ,094         | ,269       | ,107         | ,013            | ,134      | ,110        | ,074           | ,174          |
|                     | т | ,806          | ,519         | ,069       | ,463         | ,929            | ,360      | ,449        | ,609           | ,230          |

|                 |   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
|-----------------|---|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Аутоагре<br>сія | р | ,078 | ,068 | ,030 | ,204 | ,058 | ,163 | ,080 | ,042 | ,298 |
|                 | т | ,593 | ,641 | ,840 | ,161 | ,688 | ,265 | ,578 | ,773 | ,039 |

## Додаток Д

|                         |   | Почуття провини | Фізична агресія | Непряма агресія | Роздратування | Негативізм | Образа | Підозрілість | Вербальна агресія |
|-------------------------|---|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|------------|--------|--------------|-------------------|
| Загал.інтернальність    | р | ,026            | ,040            | ,154            | ,040          | ,213       | ,029   | ,113         | ,160              |
|                         | т | ,867            | ,793            | ,324            | ,793          | ,166       | ,849   | ,460         | ,294              |
| Інтернал.в досягненні   | р | ,368            | ,150            | ,097            | ,105          | ,117       | -,301  | ,026         | ,176              |
|                         | т | ,015            | ,318            | ,528            | ,484          | ,438       | ,046   | ,861         | ,240              |
| Інтернал.в невдачах     | р | ,353            | ,061            | ,206            | ,073          | ,004       | ,277   | ,084         | ,142              |
|                         | т | ,022            | ,688            | ,187            | ,633          | ,980       | ,071   | ,581         | ,353              |
| Інтернал.в сім.стос.    | р | ,290            | ,080            | ,028            | ,245          | ,365       | ,165   | ,160         | ,210              |
|                         | т | ,060            | ,599            | ,859            | ,109          | ,017       | ,281   | ,292         | ,168              |
| Інтернал.в прод.стос.   | р | ,384            | ,139            | ,176            | ,019          | ,062       | ,214   | ,135         | ,159              |
|                         | т | ,014            | ,365            | ,264            | ,900          | ,687       | ,166   | ,379         | ,302              |
| Інтернал.в здоров'ї     | р | ,180            | ,062            | ,183            | ,213          | ,012       | ,190   | ,139         | ,019              |
|                         | т | ,247            | ,688            | ,243            | ,167          | ,940       | ,218   | ,366         | ,900              |
| Реактивна тривожність   | р | ,365            | ,165            | ,160            | ,210          | ,139       | ,176   | ,019         | ,062              |
|                         | т | ,017            | ,281            | ,292            | ,168          | ,365       | ,264   | ,900         | ,687              |
| Особистісна тривожність | р | ,042            | ,214            | ,135            | ,159          | ,062       | ,183   | ,213         | ,012              |
|                         | т | ,268            | ,166            | ,379            | ,302          | ,688       | ,243   | ,167         | ,940              |