

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

**ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У
ПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

Кваліфікаційна робота (проект)

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

Виконав: студент 4 курсу 07-431 групи

Спеціальності 053 Психологія

Освітньо-професійної програми «Психологія»

Тетяна ТИШКОВЕЦЬ

Керівник: кандидат психол. наук,

Іван КРУПНИК

Рецензент: к. психол. н., доцент,

доцент кафедри психології і туризму

Київського національного лінгвістичного університету

Світлана БАБАТІНА

Івано-Франківськ 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕРЕЖИВАННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У ПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	5
1.1. Визначення понять «почуття провини» як психологічної характеристики.....	5
1.2. Аналіз та характеристика підліткового та юнацького віку.....	10
1.3. Вивчення особливостей розвитку емоційної сфери у підлітковому та юнацькому вікових періодах.....	12
РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЯ ТА АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕРЕЖИВАННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У ПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	17
2.1. Опис методів дослідження та вибірки дослідження.....	17
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження переживань почуття провини серед підлітків та юнацтва.....	19
ВИСНОВКИ.....	39
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	41
ДОДАТКИ.....	44

ВСТУП

Актуальність дослідження почуття провини у підлітковому та юнацькому віці полягає в значному впливі цієї емоції на психологічний розвиток особистості, її поведінку та соціалізацію. Почуття провини відіграє важливу роль у формуванні моральної свідомості, емпатії, самоконтролю та відповідальності за власні дії. Розуміння особливостей переживання цього почуття в підлітковому та юнацькому віці є ключовим для розробки ефективних підходів до психологічної підтримки та виховання молоді.

Українські учені активно займаються вивченням цієї теми, розглядаючи її в різних аспектах психологічного життя підлітків та юнаків. З акцентуємо увагу на найбільш актуальних дослідженнях. Олена Белан досліджує вплив емоційного інтелекту на переживання почуття провини та сорому, вказуючи на важливість здатності розпізнавати та керувати власними емоціями. Вікторія Ковальчук зосереджена на механізмах психологічного захисту у підлітків, аналізуючи, як вони впливають на формування та компенсацію негативних емоцій. Анатолій Коваль вивчає роль сімейних відносин у розвитку почуття провини, підкреслюючи значення батьківського виховання. Людмила Карамушка досліджує взаємозв'язок між соціальною адаптацією та переживанням провини, що має велике значення для розробки програм підтримки та соціалізації молоді. Ці дослідження сприяють глибшому розумінню емоційного світу підлітків та юнаків, вказуючи на необхідність комплексного підходу до психологічної підтримки та виховання молодого покоління в Україні.

Метою наукової роботи є дослідження особливостей переживання почуття провини у підлітковому та юнацькому віці

Завдання дослідження:

1. Теоретичне тлумачення терміну «почуття провини».
2. Аналізування «почуття провини» у різних вікових періодах.

3. Проведення емпіричного дослідження особливостей переживання почуття провини у підлітковому та юнацькому віці.

Об'єктом дослідження – особливості переживання почуття провини.

Предметом дослідження – особливості переживання почуття провини у підлітковому та юнацькому віці.

Методи та методики: аналізування, синтезування, узагальнення та структуризація інформації та емпіричні методи, такі як методика «Вимірювання почуття провини та сорому» (Test of Self-Conscious Affect (TOSCA), Дж. П. Тангней), опитувальник міжособистісної провини (The Interpersonal Guilt Questionnaire – IGQ-67) в адаптації О. Белінської та «Опитувальник провини» (Guilt Inventory) автори К. Куглер та У. Джонс; коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона.

Структура роботи: наукова робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 26 джерел.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕРЕЖИВАННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У ПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

1.1. Визначення понять «почуття провини» як психологічної характеристики

Почуття провини — це складне емоційне становище, яке може виникати у людей у різних контекстах та з різних причин. Психоаналіз, як один із напрямків вивчення людської психіки, пропонує глибокий аналіз цього явища, розкриваючи його динаміку та вплив на особистість. Зигмунд Фрейд, один з основоположників психоаналітичної теорії, підкреслював значущість почуття провини в структурі людської психіки, визначаючи його як ключовий елемент у взаємовідносинах між Я, Над-Я та Це. Інші теоретики, такі як Еріх Фромм та Карен Хорні, розширили й уточнили цю концепцію, досліджуючи різні аспекти й вияви почуття провини в контексті культури, особистісного розвитку та невротичних розладів. Вони підкреслювали роль совісті, авторитету та самозвинувачення в формуванні цього почуття, а також вплив невротичної вини на поведінку та самопочуття людини. Таким чином, психоаналітичний підхід до почуття провини відкриває широкі перспективи для розуміння його природи та механізмів впливу на людську психіку.

Починаючи з психоаналізу, відзначимо, що психоаналітики виходять з того, що почуття провини може виникнути у людини як внаслідок здійснення ним злочинного чи протиморального діяння, так і внаслідок наявного у нього відповідного наміру. Клінічний психоаналіз має справу з невротичним почуттям провини, що виникає на ґрунті внутрішньопсихічних конфліктів, що розігруються в душі людини. З. Фрейд приділяв значну увагу розгляду питання походження почуття провини і свідомості провини. У роботі «Деякі

типи характерів із психоаналітичної практики» (1916) він показав, що почуття провини у людини може існувати до здійснення ним провини. Воно не виникає з провини. Навпаки, сама провинна відбувається тому, що людина до цього відчувала почуття провини [1]. У працях пізнього періоду З. Фрейд розвинув уявлення про почуття провини.

У роботі «Незадоволення культурою» (1930) він назвав свідомістю провини ту напругу, що виникає в психіці людини між Над-Я і Я. Як два джерела почуття провини їм розглядаються страх перед авторитетом і пізніший страх перед Над-Я (вимогами совісті). Страх перед авторитетом змушує людину відмовлятися від задоволення своїх потягів, внаслідок чого вона не залишається почуття провини. Відмова від потягів, зумовлених страхом перед Над-Я, не усуває почуття провини, оскільки від совісті неможливо приховати заборонені бажання. З психоаналітичного погляду, людина виявляється хіба що приреченим на «напружене свідомість винності» [25]. Вивчення неврозів сприяє розумінню відносин між почуттям провини та свідомістю провини. З погляду З. Фрейда, при неврозі нав'язливих станів почуття провини нав'язується свідомості і відіграє значну роль життя хворого. У разі інших неврозів воно залишається несвідомим, знаходить своє вираження у несвідомій потребі у покаранні. Найчастіше почуття провини відчувається як певна тривога, так як воно є різновидом страху.

Вивчаючи праці представників неофрейдистської школи, слід особливо відмітити Еріха Фромма, який розглядав почуття провини в контексті совісті. Фромм увів поняття «авторитарної совісті». Авторитарна совість - це голос інтерналізованого зовнішнього авторитету: батьків, держави або будь-якого іншого авторитету, що є таким у цій культурі. І почуття провини розглядалося Фроммом як породження почуття страху перед цим зовнішнім авторитетом [13]. У книзі «Гуманістичний психоаналіз» Фромм визначає виникнення почуття провини як наслідки висловлювання своєї волі. Коли людина не те щоб іде проти авторитету, а навіть просто чинить так, як сама по собі вважає за потрібне.

У дитячо-батьківських відносинах почуття провини трактується Фроммом як основне у розвиток неврозів як і підлітковому, і у дорослому віці. Фромм зазначав, що навіть здорова критика авторитету батьків спричиняє переживання провини. Вина за Фроммом використовується як інструмент підпорядкування дитини волі батька. Дорослі ж нерозривно пов'язані з переживанням почуття провини [23]. Карен Хорні, яка також є представницею неофрейдизму, у своїй книзі «Невротична особистість нашого часу» аналогічно характеризувала почуття провини як основне почуття у картині проявів неврозів [14]. Невротична особистість схильна до гострого переживання власної провини з приводу.

Особливо щодо покірності авторитетам. Тут простежується зв'язок із теорією колеги Хорні - Еріхом Фроммом. Хорні зазначає, що невротична особистість тим гостріше відчуває свою провину, що самостійнішою є. Теоретично К. Хорні за почуттям провини часто ховається або тривожність, або відчайдушний захист особи від цієї тривожності. Якщо повністю розглядати схему, яку наводить Хорні, то першопричиною почуття провини є страх несхвалення, який викликає тривожність і потім уже почуття провини [7]. Почуття провини та супроводжуючі його самозвинувачення не лише є результатом (а не причиною) страху несхвалення, але також є захистом від цього страху. Важливий момент Карен Хорні — це те, що самозвинувачення не дозволяють людині побачити необхідність змін і насправді служать заступником таких змін. Цей процес можна часто спостерігати у повсякденному житті. Якщо людина шкодує про те, що зробила чи не змогла чогось зробити, і тому хоче заповнити це або змінити своє ставлення, через яке так вийшло, вона не занурюватиметься в почуття провини. Якщо все-таки це відбувається, то вказує на його ухиляння від важкого завдання зміни себе. Насправді, набагато простіше займатися каяттям, ніж самозміною [4].

Ролло Мей у своїй книзі «Екзистенційна психологія», описав почуття провини, як почуття, що настає внаслідок невиконання індивідом свого потенціалу та усвідомлення цього. Однак варто зауважити, що він виділяв

провину онтологічну (тобто сутнісну, природну) та невротичну. Онтологічна вина виникає через те, що індивід сприймає себе як того, хто має вибір чинити так чи інакше, або відмовитися від цього вибору взагалі. Кожна розвинена людська істота мала цю онтологічну провину, хоча її зміст відрізнявся залежно від тієї чи іншої культури, яка має великий вплив. Невротична вина — наслідок витіснення провини Онтологічної. Якщо індивід неспроможна прийняти провину, це почуття його невротизує [5]. Представники і неофрейдистської школи, і екзистенційної психології помічали взаємозв'язок почуття провини у людини та її бажання дотримуватися якогось «авторитету». Виглядати перед «правильним» перед цим авторитетом, а також страх того, що чинячи тим чи іншим чином, ми ризикуємо накликати на себе невдоволення тих, кого схвалює потреба.

Почуття провини є важливим аспектом людської психіки, який впливає на багато сфер життя та поведінку особистості. Психоаналітичний підхід, представлений такими теоретиками як Зигмунд Фрейд, Еріх Фромм, Карен Хорні та іншими, вносить значний вклад у розуміння цього феномену [6]. Від ранніх робіт Фрейда до пізніших неофрейдистських і екзистенційних концепцій, психоаналіз розкриває складність почуття провини, його зв'язок із внутрішніми конфліктами, страхами, совістю та культурними нормами. Розуміння цих аспектів дозволяє краще оцінити вплив почуття провини на розвиток особистості, взаємодію з соціальним оточенням та формування невротичних розладів. Таким чином, психоаналітичне вивчення почуття провини не тільки сприяє глибшому розумінню людської психіки, але й відкриває шляхи для ефективніших підходів до психотерапії та особистісного зростання.

Дослідження почуття провини в українській психології охоплює різні аспекти та підходи. Наприклад, одне дослідження аналізує почуття провини як комплексний психологічний феномен, вивчаючи його емоційні, когнітивні та мотиваційні компоненти. Розглядається вплив дитячих переживань та

сімейного виховання на формування почуття провини, а також його роль як морального регулятора поведінки.

Окремо зазначено, що розвиток почуття провини може бути пов'язаний з конфліктом інстинктів і розуму, а також з потребою людини контролювати внутрішню агресію. Детально розглядається, як почуття провини може виникати через різні фактори, включно з порушенням соціальних норм, обмеженням власних потреб, а також через маніпуляції з боку інших.

Ці дослідження важливі для розуміння того, як почуття провини впливає на індивідуальну поведінку та ментальне здоров'я, підкреслюючи його значення як елемента психологічного саморегулювання та соціальної взаємодії.

В. Васютинський провів дослідження, що зосереджене на афективно-когнітивних складових переживання почуття провини в контексті колективної свідомості українців. Це дослідження детально аналізує, як українці відчують та визнають спільні історичні провини, досліджуючи вплив різних видів української ідентичності та емоційно-ціннісних позицій на готовність визнати цю провину.

Інше дослідження розглядає почуття провини як механізм, що формується в дитячому віці, як реакція на поведінку батьків. Дослідження висвітлює, як почуття провини може перетворитися на глибоко закорінений патерн, який впливає на поведінку та сприйняття людини на протязі всього її життя, а також розглядає різні форми вираження цього почуття, включно з агресією та тривожністю [8].

Висвітлені дослідження вносять важливий вклад у розуміння того, як почуття провини формується та впливає на людину, як на індивідуальному, так і на колективному рівнях.

1.2. Аналіз та характеристика підліткового та юнацького віку

Підлітковий та юнацький віки є періодами значних змін, які впливають на емоційний стан, соціальні взаємини та самоідентифікацію молоді

людини. Одним із важливих аспектів, що визначають емоційний досвід у цих періодах, є почуття провини. У підлітковому віці, коли особистість активно формується, а соціальні зв'язки стають більш складними та значущими, почуття провини може виникати як реакція на порушення соціальних норм або особистісних очікувань. Це відчуття часто пов'язане з процесом соціалізації, коли підліток вчиться відповідати очікуванням оточення та власним внутрішнім стандартам поведінки [12].

У цей час відбувається інтенсивне виховання совісті, що може спричинити виникнення провини за реальні або уявні проступки. Підлітки часто експериментують з різними формами поведінки, і коли ці дії суперечать внутрішнім цінностям або очікуванням оточуючих, може виникати почуття провини. Це відчуття може бути як адаптивним, так і деструктивним. З одного боку, воно допомагає розвивати емпатію та розуміння моральних норм, а з іншого — може призводити до самокритики та зниження самооцінки.

У юнацькому віці, коли особистість починає більше замислюватися про своє місце у суспільстві та свої майбутні ролі, почуття провини може набувати більш складних форм. Юнаки можуть переживати провину за невиконання очікувань, пов'язаних із професійним вибором, освітніми досягненнями або соціальними зобов'язаннями. В цей період почуття провини часто пов'язане зі спробами знайти баланс між особистими потребами та соціальними вимогами, а також із процесом становлення як незалежної особистості.

Важливою задачею для підлітків та юнаків є навчання конструктивно сприймати та обробляти почуття провини, використовуючи його як засіб саморозвитку та соціальної адаптації, а не як привід для самообмеження або самопокарання. Розвиток навичок самоприйняття, емпатії та вирішення конфліктів може допомогти молодим людям ефективніше справлятися з почуттям провини, перетворюючи його з внутрішнього критика на союзника у процесі особистісного зростання.

Цей процес вимагає від молодого людини розвитку самосвідомості та здатності до саморефлексії, що є ключовими аспектами психологічного зростання в підлітковому та юнацькому віці. Коли юні індивіди навчаються розуміти причини своїх дій та емоцій, вони краще справляються з почуттям провини, використовуючи його як мотивацію для позитивних змін, а не як джерело страждань або самозасудження [9].

Особливо важливим є роль батьків та освітян у процесі допомоги підліткам та юнакам управляти почуттям провини. Підтримка, заснована на розумінні та прийнятті, може допомогти молодим людям розглядати почуття провини як зворотний зв'язок про власні дії, а не як незмінний вирок. Важливо навчати їх, що помилки та невдачі є частиною навчального процесу, який сприяє особистісному розвитку та зростанню [10].

В контексті соціалізації, почуття провини може сприяти розвитку соціальної відповідальності та емпатії, дозволяючи підліткам та юнакам краще розуміти та враховувати почуття інших. Це, в свою чергу, може сприяти формуванню більш міцних і позитивних міжособистісних відносин [11].

На завершення, почуття провини в підлітковому та юнацькому віці є складним, але важливим аспектом емоційного та соціального розвитку. Здатність конструктивно сприймати та обробляти це почуття може значно вплинути на формування здорової самооцінки, стійкості та соціальної компетентності. Таким чином, почуття провини не слід сприймати виключно як негативне чи руйнівне відчуття. Замість цього, важливо визнати його потенціал як інструменту для саморозвитку та збагачення міжособистісних стосунків.

1.3. Вивчення особливостей розвитку емоційної сфери у підлітковому та юнацькому вікових періодах

Підлітковий вік – це проміжний етап між дитинством та дорослим життям, що характеризується високою інтенсивністю особистісного та

психічного розвитку. Раннім підлітковим віком визначається період від 10 до 12 років, а основний етап дорослішання припадає на 13–15 років. Організм дитини починає швидко перебудовуватися, поступово перетворюючись на організм дорослої людини. У підлітковому віці у людини формуються нові уявлення себе, зміцнюється самооцінка, актуалізуються особливості характеру. Особливості розвитку емоційної сфери підлітків базуються як на тлі гормональних і фізіологічних змін. Велику роль формуванні емоційної стабільності грає стиль виховання та особливості дитячо-батьківських відносин. Емоційний і психічний стан школяра підліткового віку вкрай уразливий, тому що більш напружені у підлітка відносини з батьками, то більша ймовірність виникнення несприятливих емоціогенних ситуацій. На найбільш гострі ситуації підліток буде реагувати особливо яскраво, закріплюючи негативний досвід в акцентуаціях свого характеру та особистості, що надалі може призвести до психопатії [2]. На думку В. Г. Казанської для підлітків характерне «застрягання» на своїх емоціях, як позитивних, так і негативних. Підліток стикається з різноманітним проявом емоцій, розрізняє більше відтінків і проживає їх глибше та яскравіше, ніж раніше [3].

Виникнення тих чи інших емоцій пов'язано здебільшого з провідним видом діяльності підлітків, саме з міжособистісною взаємодією. Підліток прагне зайняти своє місце в ієрархії колективу, починає відчувати потяг до представників протилежної статі, і при цьому часто відчуває тривогу з приводу своєї зовнішності та умовної популярності. Зовнішність підлітка постійно змінюється, тіло може зростати непропорційно, гормональні зміни викликають запалення на обличчі, і загалом підліткам часто не подобається, як вони виглядають. Це відбивається з їхньої самооцінки, впевненості у собі та настрої. Підлітки дуже критично ставляться до своєї зовнішності, що дає привід нових переживань. У підлітковому віці діти прагнуть самоствердження, особливо у суспільстві однолітків. Неприйняття колективом стає трагедією, а відсутність близьких дружніх стосунків змушує

переживати. Щоб справитися з переживаннями, підліток може йти зі свого власного світу — віртуальні друзі, комп'ютерні ігри, книги. Якщо ж підлітку вдається вибудувати близькі дружні стосунки, то він починає ставитися до такої дружби з особливим трепетом і глибиною, відкриваючи нові почуття — чуйність, чутливість, вірність, уміння розуміти і співпереживати. У міру дорослішання у підлітків відзначається значне розширення словника емоцій. Підлітки реагують на різні прояви навколишнього світу інтенсивніше, ніж дорослі та діти. Діаметрально протилежні емоційні стани у підлітків можуть швидко змінювати один одного. Сплеск в емоційному житті підлітків Т. Є. Круглова доводить поперемінною активацією нервових процесів збудження та гальмування. У підлітковому віці наростає загальне збудження, а процеси гальмування слабшають [26]. Емоції підлітка впливають на процес функціонування та становлення особистості та визначають його поведінку. Часто дорослі, у процесі взаємодії з підлітками відзначають підвищення агресивності, запальності та вразливості дітей. Це пов'язано з підвищеною емоційною збудливістю та низькою адаптивністю до різних ситуацій. Бажання виглядати дорослим, властиве підліткам, змушує їх чинити опір зайвому батьківському контролю та опіці [15]. Підліток може дуже активно чинити опір обмеженню його свободи, що часто і стає ґрунтом для виникнення конфліктів у дитячо-батьківських відносинах. Дорослі ще не бачать у своїй дитині здатності подбати про себе самостійно, тоді як підліток прагне самовираження. Для розвитку емоційного інтелекту підлітка необхідно навчити його розпізнавати власні та чужі емоції. Підліток повинен розуміти причини виникнення тих чи інших емоційних станів, вміти їх правильно називати. Далі необхідно обговорити з ним способи регулювання емоційних станів. Підліток повинен оцінювати наслідки прояву тих чи інших емоцій і самостійно переключати себе на безпечніший для себе та навколишній спосіб їх вираження. Ці навички дуже допоможуть у розвитку емоційної сфери підлітка [24]. Таким чином, можна зробити висновок про те, що емоційна сфера підлітків має свої особливості та відрізняється

підвищеною інтенсивністю та нестабільністю. Підліток переживає емоції дуже яскраво і не завжди здатний з ними впоратися, що створює додаткові труднощі при взаємодії з оточуючими.

З погляду психофізіології в цьому віці завершується процес статевого дозрівання молодих людей, а в соціальному плані відбувається розширення діапазону соціальних ролей, що освоюються і виконуються ними. Очевидно, що генетично запрограмовані процеси статевого дозрівання у сьогоденних старшокласників дещо випереджають процеси їхнього соціального дозрівання. Причому в осіб жіночої статі це значно раніше, ніж в осіб чоловічої статі того ж віку. Вікова специфіка цього етапу полягає у проміжності соціального становища і статусу індивіда, що, своєю чергою, визначає деякі психологічні особливості ранньої юності. Одним із важливих складових індивідуально-психічних характеристик юнаків та дівчат є новоутворення когнітивних процесів та інтелектуальних здібностей, пов'язаних із процесами навчання, причому зміни мають як кількісний, так і якісний аспект [16].

Кількісні зміни виражаються у збільшенні швидкості та ефективності вирішення інтелектуальних завдань, якісні — відбуваються у роботі розумових процесів. Зокрема, відбувається розвиток абстрактно-логічного мислення, що виявляється у абстрактному теоретизуванні та філософствуванні. Причому ті та інші зміни відбуваються на тлі розширення емоційного та соціального інтелектів, які тісно пов'язані із загальною спрямованістю особистості. З'являється цілеспрямований характер соціальної діяльності, який змінюється доцільною активністю. Відбуваються зміни та у творчій діяльності молодих людей. Розвиток творчих здібностей виявляється у прояві інтелектуальної ініціативи та створення чогось нового, заснованого на дивергентному мисленні [18]. Цікавою особливістю творчого мислення є той факт, що творчі досягнення старшокласника статистично не пов'язані з успішністю у школі, причому це стосується як наукової, так і художньої творчості. Інтелектуальний розвиток у ранній юності, крім

накопичення практичних умінь та зміни деяких властивостей інтелекту, полягає і у формуванні індивідуального стилю розумової діяльності. Стиль розумової діяльності включає в себе особливості мислення, шляхи набуття нових знань, способи накопичення, переробки та використання тієї чи іншої інформації [17]. Стиль мислення також залежить від типу нервової системи (інертна чи рухлива) та диктує індивідуальний підхід у навчанні з метою стимулювання самостійності та творчості учнів. У разі слабо розвиненої у процесі навчання потреби у самостійності у старшокласників може сформуватися звичка механічного запам'ятовування, яка негативно впливає розвиток смислової і образної пам'яті, що веде до недорозвитку емоційної сфери, яка також важлива повноцінного становлення особистості. Безумовно, деякі особливості емоційних процесів у ранній юності кореняться в гормональних і фізіологічних процесах, що відбуваються в цей віковий період. Понад те, на думку авторитетного вітчизняного фахівця з юнацької психіатрії А. Є. Личко, вік від 14 до 18 років є критичним у розвиток психопатичної особистості [21].

З погляду психологічної науки, емоційна поведінка старшокласників залежить також від індивідуально-типологічних відмінностей індивіда, соціальних факторів та умов його виховання. У цей віковий період підвищується емоційна чутливість, збільшується різноманітність та тривалість емоційних реакцій. Одночасно з цими процесами зростає можливість психологічного захисту та емоційна стійкість, відбувається підвищення рівня саморегуляції та самоконтролю. Більшість учнів старших класів поліпшується комунікативність, загальне емоційне самопочуття, полегшується управління власними емоційними реакціями, підвищується соціальна адаптивність. Тим не менш, у цьому віковому періоді досить часті так звані невмотивовані вчинки, які пов'язані із зовнішніми (соціальними) та внутрішніми конфліктами і на перший погляд не піддаються логічному аналізу [22].

Ще однією стороною дорослішання юнака чи дівчини є соціальне самовизначення та формування світогляду, включаючи моральну свідомість. Соціальне самовизначення, засноване на загальному рівні соціальних домагань, включає вибір сфери професійної діяльності та формування життєвої перспективи. Світогляд формується з урахуванням існуючої системи знань і кругозору, і навіть виявляється у ціннісних орієнтаціях і переконаннях індивіда [20]. Моральна свідомість або моральна автономія є наявність системи певних правил і принципів, якими керується молоді люди в прийнятті будь-яких рішень або в здійсненні різних видів діяльності. Всі перелічені індивідуально-особистісні зміни і психічні новоутворення у віці ранньої юності, що з'являються, відбуваються на тлі психосексуального розвитку, яке залежить не тільки від біологічних передумов статевого дозрівання, а й від соціального оточення [19]. Насамперед це особистісні установки індивіда та потреба у тісному емоційному контакті. Цілком очевидно, що у зазначеному віковому періоді особистісні характеристики підлітків ще мало стійкі і схильні до впливу ззовні. Відповідно, у майбутньому вони можуть бути змінені або скориговані під впливом різних життєвих ситуацій. Більше того, відзначається їхня внутрішня суперечливість, яка часто межує з юнацьким цинізмом та моральним нігілізмом. Таким чином, психологічні особливості ранньої юності мають свою яскраво виражену характеристику, яка з точки зору нормального розвитку індивіда визначається як складний і суперечливий процес формування особистості, що триває. Загалом цей процес протікає на тлі розвитку когнітивної та комунікативно-емоційної сфери, а також покращення соціально-психологічної адаптивності.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДОЛОГІЯ ТА АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕРЕЖИВАННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У ПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2.1. Опис методів дослідження та вибірки дослідження

Дослідження проводилось на базі Херсонського державного університету та Херсонський багатoproфільній гімназії №20, в ньому брали участь 20 студентів та 20 школярів. Для дослідження протікання та особливостей переживання почуття провини у підлітковому та юнацькому віці, нами було обрано такі методики:

Методика «Вимірювання почуття провини та сорому» (Test of Self-Conscious Affect (TOSCA), Дж. П. Тангней)

Мета: Методика TOSCA розроблена для вимірювання схильності індивіда до переживань почуття провини та сорому. Вона дозволяє оцінити, як людина реагує на конкретні ситуації, що потенційно можуть викликати ці емоції.

Завдання: Учасникам пропонується серія сценаріїв, кожен з яких містить потенційно конфліктну або незручну ситуацію. Після кожного сценарію надається кілька можливих реакцій на цю ситуацію. Респондентам необхідно визначити, наскільки ймовірно, що вони відповіли б так само у реальному житті.

Шкала: Використовується для оцінки схильності до почуття провини та сорому на основі вибору реакцій на сценарії. Результати можуть відображати, наскільки сильно респондент схильний до цих емоцій у повсякденному житті, та допомогти визначити, як ці схильності впливають на їхню поведінку та міжособистісні взаємини.

Опитувальник міжособистісної провини (The Interpersonal Guilt Questionnaire – IGQ-67) в адаптації О. Белінської

Мета: Ця методика призначена для детального вивчення різних аспектів почуття провини, зокрема міжособистісної провини, яка виникає у контексті взаємодії з іншими людьми. Вона дозволяє визначити, як почуття провини впливає на міжособистісні стосунки та які види провини є домінантними у респондента.

Структура: Опитувальник IGQ-67 містить 67 пунктів, які оцінюють чотири основні види міжособистісної провини:

1. Суворая провина – відчуття провини за те, що маєш більше, ніж інші, або за власне виживання.
2. Роздратована провина – провина, яка виникає через гнів або роздратування на інших.
3. Сепараційна провина – відчуття провини, пов'язане з бажанням бути незалежним або відокремленим від батьків чи значущих інших.
4. Самоідеалізуюча провина – відчуття провини через невідповідність власним ідеалам чи очікуванням.

Завдання та аналіз: Респондентам пропонується оцінити, наскільки кожен твердження відповідає їхнім власним переживанням, що дозволяє отримати комплексне уявлення про структуру та інтенсивність почуття провини. Результати можуть використовуватися для ідентифікації потенційних емоційних блоків або проблем у міжособистісних відносинах, що потребують подальшої психотерапевтичної роботи.

«Опитувальник провини» (Guilt Inventory) автори К. Куглер та У. Джонс

Мета: Методика розроблена для вимірювання вираженості різних типів провини в особистості. Вона дозволяє оцінити, як різні ситуації та внутрішні переживання впливають на формування почуття провини.

Структура: Опитувальник містить низку пунктів, кожен з яких описує конкретну ситуацію або внутрішнє переживання, пов'язане з провинною. Респондентам пропонується оцінити ступінь своєї згоди або не згоди з кожним твердженням.

Завдання та аналіз: Результати опитування дозволяють ідентифікувати домінуючі типи провини, їх інтенсивність та частоту в різних життєвих контекстах. Аналіз цих даних може бути корисним для розуміння механізмів саморегуляції особистості, впливу провини на поведінку та розробки стратегій психологічної допомоги для зменшення негативного впливу провини на життя індивіда.

2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження переживань почуття провини серед підлітків та юнацтва

Проаналізувавши результати опитування підлітків за методикою «Вимірювання почуття провини та сорому» (Test of Self-Conscious Affect, TOSCA), розробленої Джун Прайс Тангней, ми отримали такі результати (рис. 2.1):

Низький рівень почуття провини мають 17% підлітків. Ця група підлітків часто демонструє високий рівень самовпевненості та незалежності у своїх діях. Вони можуть бути менш схильні до самокритики та часто не відчувають сильної відповідальності за помилки або невдачі. Це може вказувати на певну стійкість до стресу та здатність швидко відновлюватися після невдач, але також може свідчити про потенційні труднощі у встановленні глибоких міжособистісних зв'язків, оскільки емпатія та відповідальність за інших є ключовими у формуванні міцних відносин. Водночас, низький рівень почуття провини може призводити до ігнорування соціальних норм та недооцінки наслідків власних дій для інших, що у деяких випадках може викликати конфлікти або непорозуміння з оточуючими. 83% підлітків мають високий рівень почуття провини. Ця група підлітків схильна визнавати свої помилки та шукати способи їх виправлення. Вони можуть бути більш схильними до самокритики, але також проявляють високу відповідальність за свої дії. Це може вказувати на розвинену здатність до емпатії та бажання покращувати свої взаємини з іншими. Водночас, постійне

переживання провини може бути ознакою підвищеної тривожності та низької самооцінки (див. рис. 2.1).

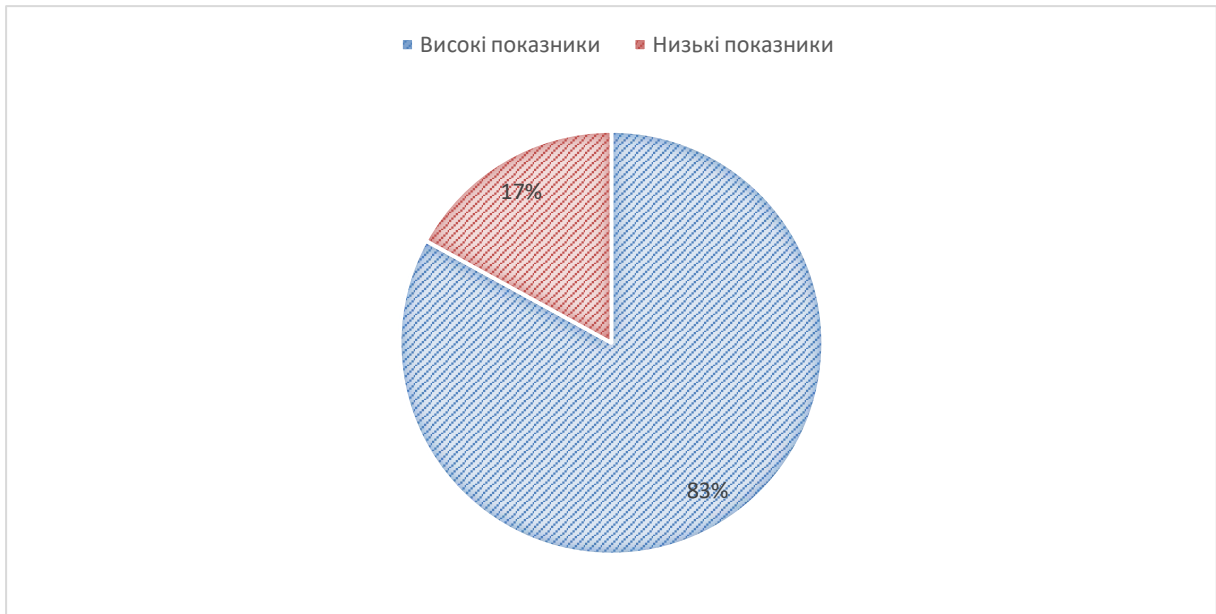


Рис. 2.1 Розподіл результатів дослідження підліткового віку за показником «Почуття провини» методики «Вимірювання почуття провини та сорому» (Test of Self-Conscious Affect, TOSCA) (Дж. П. Тангней)

Низький рівень почуття сорому мають 46% підлітків. Ця група може виявляти високу впевненість у собі та оптимізм щодо власних можливостей. Вони менше схильні до самокритики та можуть легше адаптуватися до нових умов. Однак, недостатнє переживання провини або сорому в деяких випадках може призвести до ігнорування соціальних норм та відповідальності за свої дії. Підлітки з високим рівнем почуття сорому (54% опитаних) схильні фокусуватися на своїх недоліках та сприймати себе як недостойних у випадку помилок або невдач. Вони можуть уникати ситуацій, які викликають сором, що обмежує їхні можливості для саморозвитку та соціалізації. Така поведінка може свідчити про потребу в психологічній підтримці та розвитку навичок самоприйняття (див. рис. 2.2).

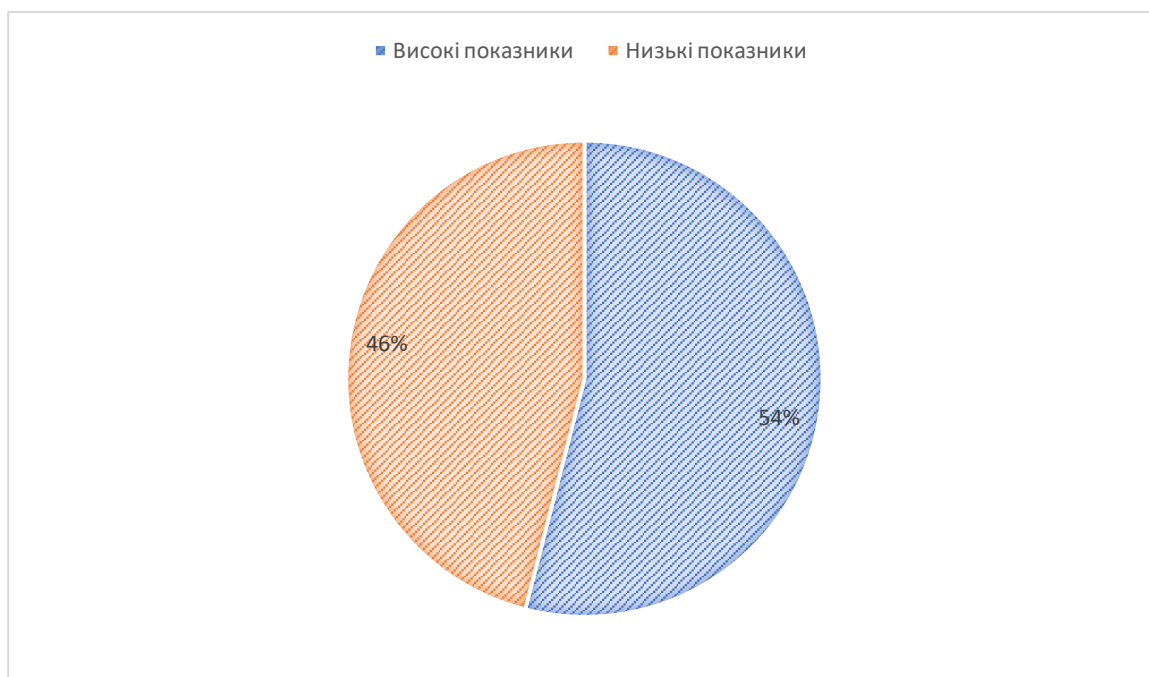


Рис. 2.2 Розподіл результатів дослідження підліткового віку за показником «Почуття сорому» методики «Вимірювання почуття провини та сорому» (Test of Self-Conscious Affect, TOSCA) (Дж. П. Тангней)

За цією ж методикою було проаналізовано результати опитування осіб юнацького віку:

Високий рівень почуття провини мають 39% осіб. Ця категорія молодих людей схильна до глибокого аналізу власних дій та їхніх наслідків для оточуючих. Вони часто відчувають відповідальність за свої помилки та активно шукають способи їх виправлення. Така поведінка може свідчити про високий рівень самосвідомості та емпатії до інших, що сприяє розвитку міцних соціальних зв'язків і позитивно впливає на міжособистісні відносини. Водночас, схильність до переживання провини може бути пов'язана з підвищеною тривожністю та схильністю до самокритики, що в деяких випадках може впливати на самооцінку та загальний емоційний стан. Юнаки з низьким рівнем почуття провини (71%) зазвичай відрізняються високою самовпевненістю та незалежністю у своїх діях. Вони рідше відчувають потребу в самокритиці за помилки або невдачі та можуть бути менш схильними до рефлексії над власною поведінкою. Це може сприяти

формуванню стійкості до стресу та здатності швидко адаптуватися до нових умов без глибокого переживання емоційних труднощів. Однак, така низька схильність до переживання провини також може свідчити про потенційні труднощі у встановленні глибоких та емпатійних міжособистісних зв'язків, а також про ризик недооцінки наслідків своїх дій для інших людей, що може призвести до соціальних конфліктів або непорозумінь (див. рис. 2.3).

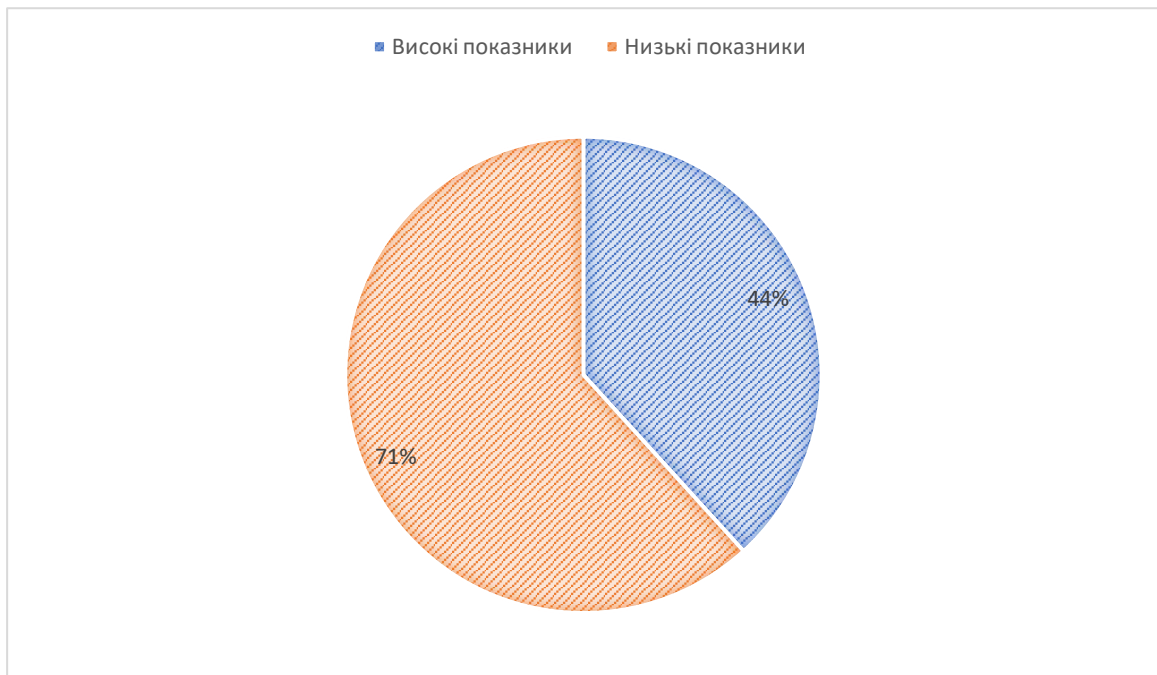


Рис. 2.3 Розподіл результатів дослідження юнацького віку за показником «Почуття провини» методики «Вимірювання почуття провини та сорому» (Test of Self-Conscious Affect, TOSCA) (Дж. П. Тангней)

Юнаки з високим рівнем почуття сорому, а саме 45% осіб, часто відчують глибокий внутрішній осуд у ситуаціях, які вони сприймають як невдачі або помилки. Вони можуть переживати сором не тільки за конкретні дії, але й за свою особистість загалом, що може призвести до заниженої самооцінки та уникнення соціальних взаємодій через страх бути неприйнятими. Це може обмежувати їхні можливості для саморозвитку та формування міцних соціальних зв'язків. Водночас, високий рівень сорому може стимулювати молодих людей до самовдосконалення та роботи над собою в спробах зменшити внутрішній осуд. Низький рівень почуття сорому

мають 55% досліджуваних. Ці юнаки зазвичай відчують менше внутрішнього осуду за свої дії та менш схильні до переживання сорому в складних або конфліктних ситуаціях. Така характеристика може сприяти високій самооцінці та соціальній активності, оскільки вони менше обтяжені страхом негативного сприйняття з боку інших. Водночас, низький рівень сорому може іноді вести до недостатньої уваги до соціальних норм або до того, як їхні дії впливають на інших людей, що потенційно може призвести до соціальних непорозумінь або конфліктів. Важливо знайти баланс, що дозволяє зберігати здорову самооцінку без ігнорування важливості емпатії та взаємоповаги в міжособистісних відносинах (див. рис. 2.4).

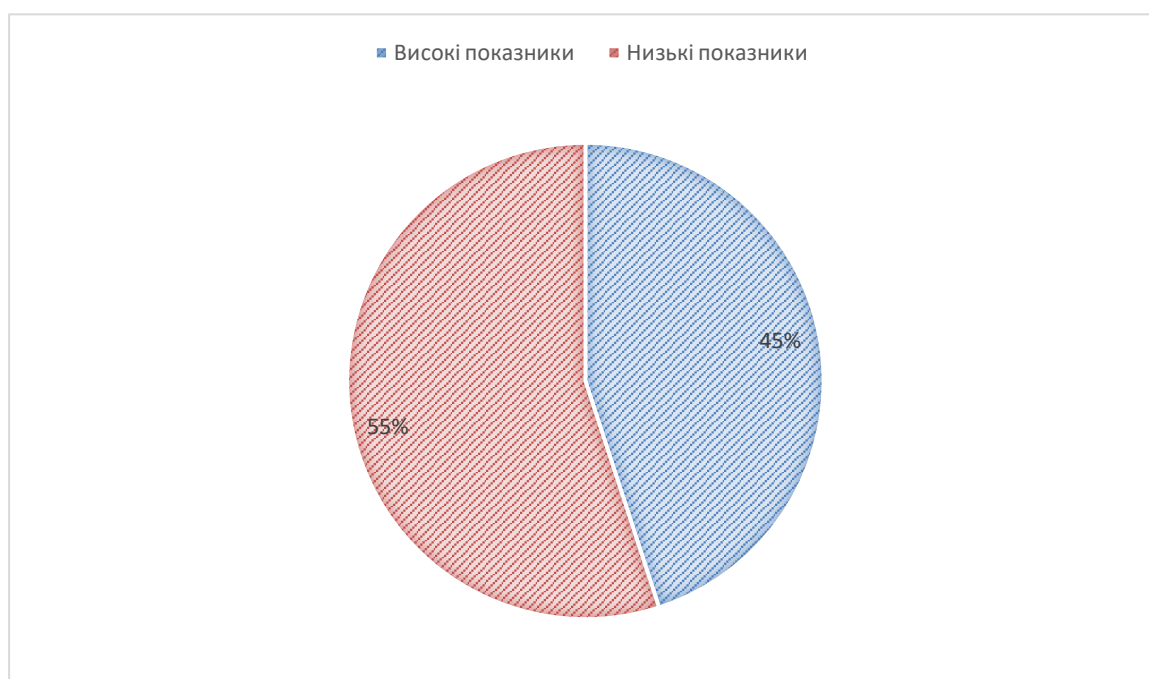


Рис. 2.4 Розподіл результатів дослідження юнацького віку за показником «Почуття сорому» методики «Вимірювання почуття провини та сорому» (Test of Self-Conscious Affect, TOSCA) (Дж. П. Тангней)

Аналіз результатів за опитувальником міжособистісної провини (The Interpersonal Guilt Questionnaire – IGQ-67) в адаптації О. Белінської представлений аналізом підліткового віку та за шкалами:

Підлітки з низькими показниками (19%) у шкалі «Суворая провина» можуть не відчувати значної провини за свої успіхи чи благополуччя в

порівнянні з іншими. Це може сприяти формуванню здорової самооцінки та впевненості у власних силах. Такі підлітки можуть бути більш мотивованими до досягнення особистих цілей, не відчуваючи непотрібних обмежень через емоційні бар'єри. Підлітки з високими показниками (81%) у цій категорії можуть відчувати провину за свої успіхи або за переваги, які вони мають у житті, порівняно з іншими. Це може призводити до емоційних конфліктів, коли підліток стримує власні досягнення або щастя, щоб не виділятися або не завдавати болю іншим. Важливо допомогти таким підліткам усвідомити, що відчуття щастя та успіху не є неправильними, і навчити їх знаходити баланс між особистим благополуччям та емпатією до інших (див. рис. 2.5).



Рис. 2.5 Розподіл результатів дослідження підліткового віку за показником «Суворая провина» за опитувальником міжособистісної провини (The Interpersonal Guilt Questionnaire – IGQ-67) в адаптації О. Белінської

Підлітки, які мають низькі оцінки за шкалою «Роздратована провина», а це 58%, можуть легше виражати свої емоції, включаючи гнів або роздратування, без глибоких почуттів провини. Це може свідчити про відносно асертивний стиль спілкування і здатність захищати власні кордони. Однак, важливо забезпечити, щоб така відвертість не переходила межі в

поведінці, яка може бути шкідливою або образливою для інших. Підлітки, які мають високі оцінки за цією шкалою (42%) можуть відчувати сильну провину, коли виражають гнів або невдоволення. Така поведінка може свідчити про внутрішні конфлікти та боротьбу з власними емоціями, що в певних випадках призводить до подавлення гніву та негативних емоцій. Підтримка в розвитку асертивності та вміння здорово виражати свої почуття може бути корисною для таких підлітків (див. рис. 2.6).

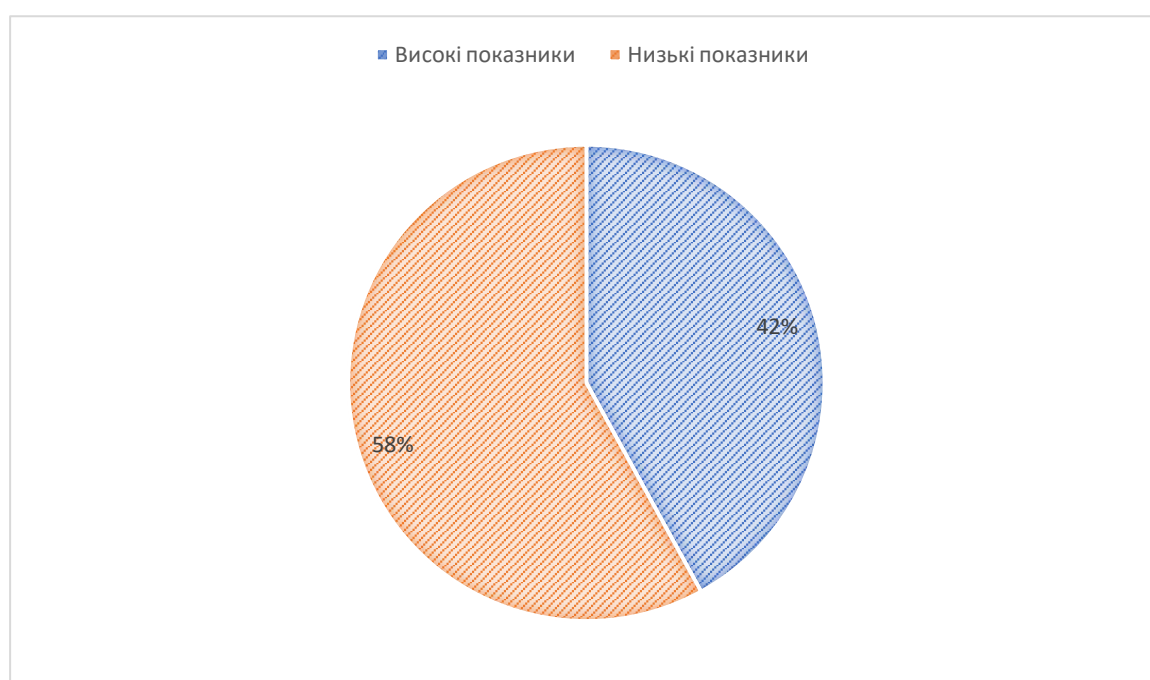


Рис. 2.6 Розподіл результатів дослідження підліткового віку за показником «Суворая провина» за опитувальником міжособистісної провини (The Interpersonal Guilt Questionnaire – IGQ-67) в адаптації О. Белінської

Низький рівень сепараційної провини мають 64% підлітків, такі люди можуть легше приймати рішення про самостійність та незалежність від батьків або опікунів. Це може вказувати на бажання експлорації та самовизначення, яке є ключовим у цьому віці. Однак, також важливо підтримувати здорові стосунки з близькими, визнаючи їхній вплив та значення у своєму житті. Високі показники мають 36% підлітків. Вони можуть відчувати провину при спробах стати більш незалежними від своїх батьків або опікунів. Це може обмежувати їхній розвиток та самостійність,

оскільки вони можуть уникати прийняття рішень, які ведуть до особистісного зростання. Важливо допомогти таким підліткам розуміти, що незалежність є природною частиною дорослішання та не повинна асоціюватися з відчуттям провини (див. рис. 2.7).



Рис. 2.7 Розподіл результатів дослідження підліткового віку за показником «Сепараційна провина» за опитувальником міжособистісної провини (The Interpersonal Guilt Questionnaire – IGQ-67) в адаптації О. Белінської

Низькі показники за шкалою «Самореалізуюча провина» показують 59% підлітків, які можуть бути менш схильні до внутрішнього конфлікту через невідповідність між реальними досягненнями та особистими ідеалами. Це може допомогти їм уникати надмірної самокритики та сприяти позитивному самосприйняттю. Однак, також важливо не втрачати мотивацію до розвитку та самовдосконалення, прагнучи досягнути власних цілей та потенціалу. 41% підлітків, які показують високі результати у цій області, можуть бути схильні до переживань провини через невідповідність між їхніми діями та особистими ідеалами. Така критичність до себе може спонукати до самовдосконалення, але також може призводити до надмірного самокритики та перфекціонізму. Підтримка у формуванні реалістичних цілей

та усвідомленні власної цінності незалежно від зовнішніх досягнень може бути корисною для таких підлітків (див. рис. 2.8).



Рис. 2.8 Розподіл результатів дослідження підліткового віку за показником «Самореалізуюча провина» за опитувальником міжособистісної провини (The Interpersonal Guilt Questionnaire – IGQ-67) в адаптації О. Белінської

Аналізуючи результати за опитувальником міжособистісної провини для осіб юнацького віку, можна зробити наступні спостереження:

Юнаки, які набрали високі бали за шкалою «Суворі провина» (49%), можуть відчувати провину за те, що їм живеться краще або що вони мають більше можливостей, ніж іншим. Це може вказувати на високий рівень емпатії та співчуття до інших, але також може призводити до самообмежень через страх «перевершити» близьких або зробити щось, що може здатися неправильним у контексті їхнього благополуччя. 51% юнаків з низькими показниками у цій категорії можуть не відчувати значної провини за свої успіхи або щастя, коли інші зазнають невдач або є в гірших умовах. Це може вказувати на здорове відношення до власних досягнень та вміння насолоджуватися життям без надмірного самообмеження. Однак, важливо

зберігати усвідомлення потреб інших, щоб уникнути сприйняття як егоїстичної або байдужої особистості (див. рис. 2.9).

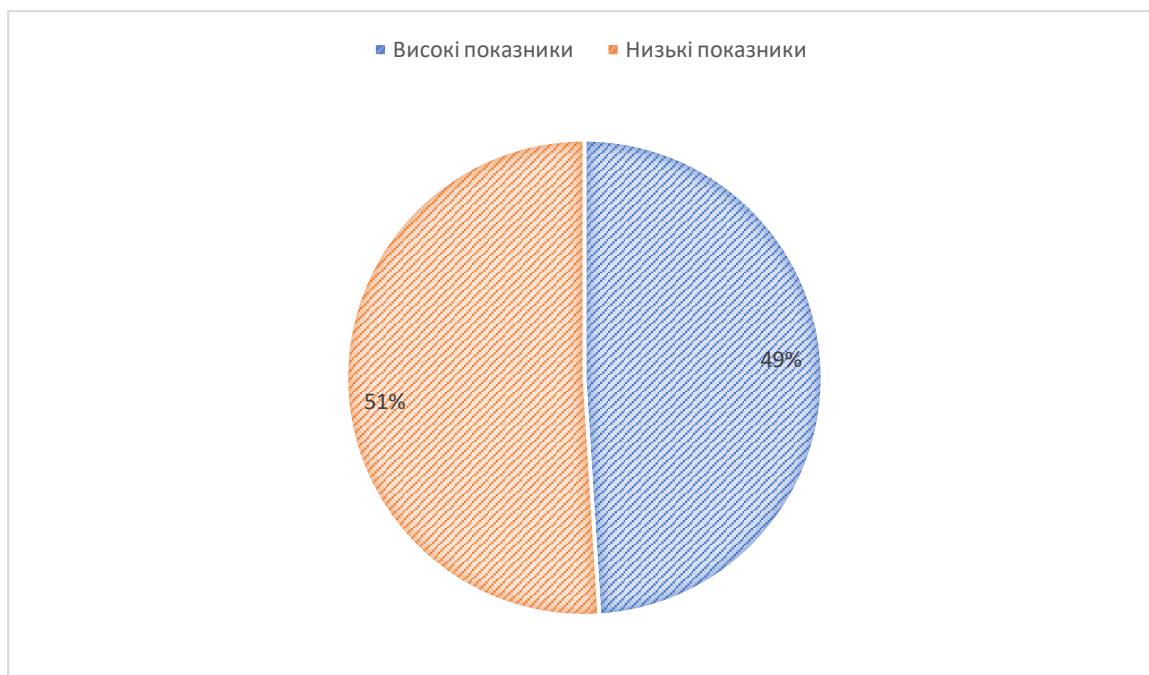


Рис. 2.9 Розподіл результатів дослідження юнацького віку за показником «Сувора провина» за опитувальником міжособистісної провини (The Interpersonal Guilt Questionnaire – IGQ-67) в адаптації О. Белінської

Високі значення за шкалою «Роздратована провина» мають 66% юнаків. Вони можуть свідчити про те, що юнаки відчують провину, коли виражають гнів або невдоволення стосовно інших. Це може бути пов'язано зі страхом пошкодити відносини або бути сприйнятими як агресивні. Така поведінка може вказувати на потребу в навичках асертивної комунікації та самовираженні без почуття провини. Юнаки, що показують низькі результати у цій шкалі, а це 34%, здатні краще контролювати свою реакцію на гнів та роздратування, не відчуючи сильної провини за вираження цих емоцій. Це може свідчити про асертивність та здорові межі у стосунках з іншими. Однак, важливо стежити за тим, щоб така впевненість не перетворилася на агресивність або неврахування чужих почуттів (див. рис. 2.10).

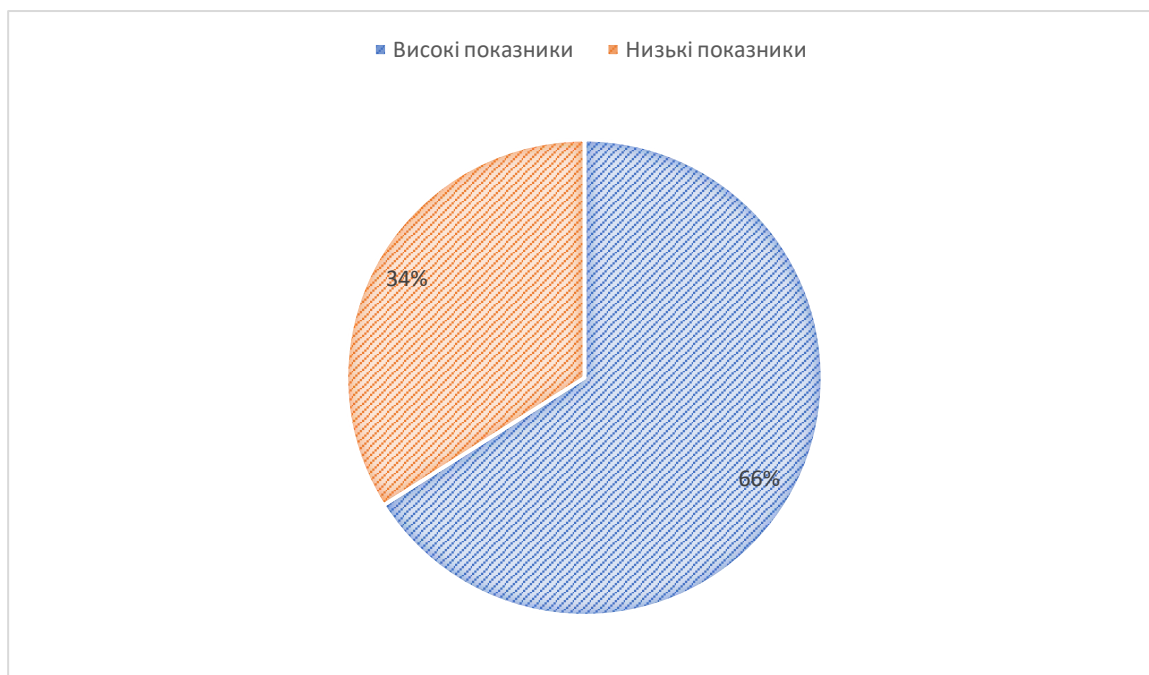


Рис. 2.10 Розподіл результатів дослідження юнацького віку за показником «Роздратована провина» за опитувальником міжособистісної провини (The Interpersonal Guilt Questionnaire – IGQ-67) в адаптації О. Белінської

Юнаки з високими показниками у шкалі «Сепараційна провина» (12%) можуть відчувати провину за бажання бути незалежними від своїх батьків або опікунів. Це часто пов'язано з процесом дорослішання та пошуком власної ідентичності, але може бути ускладнено через переживання, що незалежність завдає болю близьким. 88% молодих людей з низькими показниками по цій шкалі можуть легко приймати рішення про незалежність і самостійність, не відчуючи сильної провини за своє бажання бути автономними. Це може сприяти розвитку самодостатності та особистісного зростання. Проте, важливо пам'ятати про значення міцних зв'язків і взаємодопомоги, зберігаючи баланс між незалежністю та здатністю підтримувати близькі стосунки (див. рис. 2.11).



Рис. 2.11 Розподіл результатів дослідження юнацького віку за показником «Сепараційна провина» за опитувальником міжособистісної провini (The Interpersonal Guilt Questionnaire – IGQ-67) в адаптації О. Белінської

Високі результати за шкалою «Самоідеалізуюча провина» мають 61% осіб. Результати показують, що юнак може відчувати провину, коли не відповідає власним ідеалам або очікуванням. Це може спонукати до самовдосконалення, але також може призвести до перфекціонізму та надмірної самокритичності. Юнаки, що мають низькі результати у цій області, а це 39%, можуть бути менш схильні до переживання провini через невідповідність власним ідеалам або очікуванням. Це може вказувати на реалістичну самооцінку та прийняття власних обмежень. Така особистість може ефективно адаптуватися до різних життєвих обставин, не витрачаючи зайвих ресурсів на самокритику. Однак, важливо не втрачати мотивацію до самовдосконалення та прагнення до особистісного зросту (див. рис. 2.12).



Рис. 2.12 Розподіл результатів дослідження юнацького віку за показником «Самоідеалізуюча провина» за опитувальником міжособистісної провини (The Interpersonal Guilt Questionnaire – IGQ-67) в адаптації О. Белінської

Аналізуючи результати дослідження серед підлітків за «Опитувальником провини» (Guilt Inventory), авторства К. Куглер та У. Джонс, можна отримати цінне уявлення про емоційний стан і поведінкові тенденції цієї вікової групи. Ось як може виглядати аналіз результатів за основними шкалами опитувальника:

Шкала «Ситуативна провина»

Підлітки, які набрали високі бали у цій категорії, а це 84% осіб, можуть відчувати значну провину після конкретних дій або поведінки, які вони вважають неправильними. Це може вказувати на розвинене почуття моральної відповідальності, але також може спричиняти надмірну самокритику і тривогу, особливо якщо підліток не має механізмів для ефективного вирішення конфліктів або вираження своїх почуттів. Підлітки, які мають низькі показники (16%) ситуативної провини, здатні швидко відходити від негативних емоцій, пов'язаних з конкретними подіями або

діями. Вони не схильні довго перейматися або відчувати глибоку провину за помилки чи необдумані вчинки (див. рис. 2.13).



Рис. 2.13 Розподіл результатів дослідження підліткового віку за показником «Ситуативна провина» за опитувальником провини (Guilt Inventory), авторства К. Куглер та У. Джонс

Шкала «Хронічна провина»

Високі оцінки мають 57% осіб, тут вони можуть свідчити про постійне відчуття провини, незалежно від конкретних ситуацій. Такі підлітки можуть бути схильні до низької самооцінки та депресивних настроїв, оскільки вони постійно відчують себе недостойними або невдалими. Важливо надати підтримку та наставництво для розробки здорових стратегій самоприйняття та вирішення внутрішніх конфліктів. Низькі показники хронічної провини, що мають 43% осіб, вказують на відсутність тривалого відчуття провини, що не асоціюється з конкретними подіями. Це може бути ознакою здорової самооцінки, але також може вказувати на потенційну проблему з розвитком глибоких емпатійних зв'язків з іншими через недостатнє усвідомлення чи прийняття власної відповідальності за дії, що впливають на оточуючих (див. рис. 2.14).



Рис. 2.14 Розподіл результатів дослідження підліткового віку за показником «Хронічна провина» за опитувальником провини (Guilt Inventory), авторства К. Куглер та У. Джонс

Шкала «Провина за думки або фантазії»

Підлітки з низькими показниками в цій області, що мають 36% підлітків, можуть легше відноситися до власних думок та фантазій, не відчуючи значної провини за них. Це може вказувати на здоровий рівень самоакцептації та внутрішньої свободи. Проте, важливо забезпечити, що така відкритість до власних думок і фантазій не переходить межі в антисоціальну поведінку. Високі показники у цій категорії мають 64% осіб та свідчать про те, що підлітки можуть відчувати значну провину за свої думки або фантазії, навіть якщо вони не виражаються в діях (див. рис. 2.15).

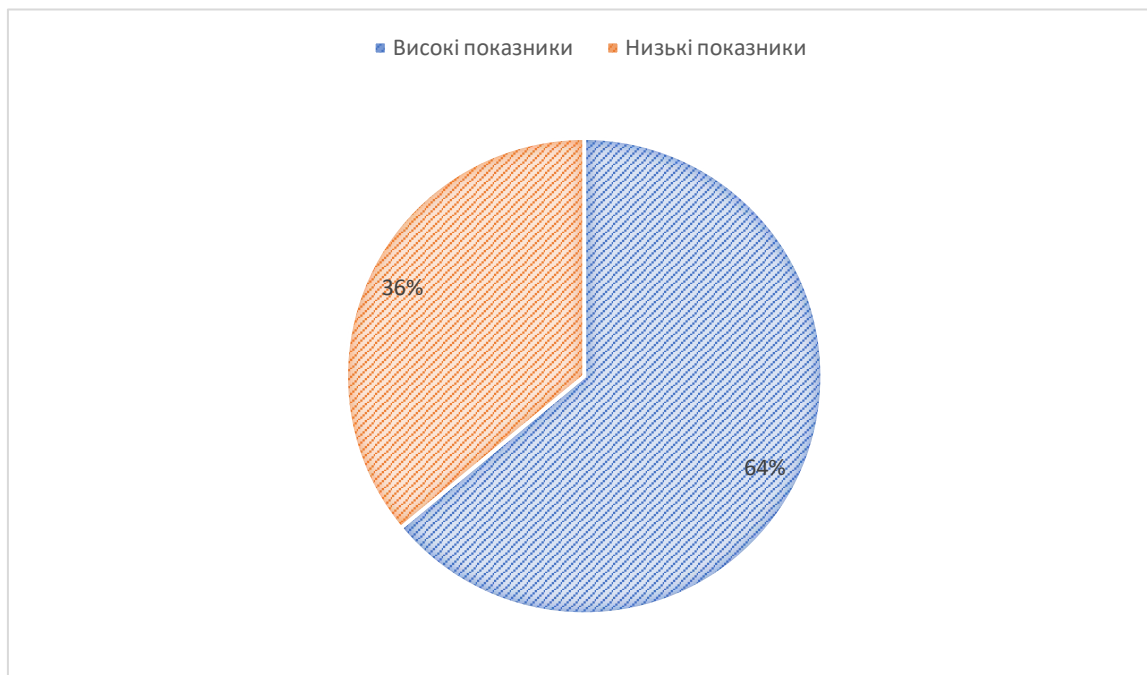


Рис. 2.15 Розподіл результатів дослідження підліткового віку за показником «Провина за думки або фантазії» за опитувальником провини (Guilt Inventory), авторства К. Куглер та У. Джонс

Аналіз результатів дослідження серед юнаків за опитувальником, нижче наведено аналіз результатів, заснований на різних шкалах опитувальника:

Шкала «Ситуативна провина»

Юнаки, що набрали високі бали у цій категорії (37%), можуть інтенсивно переживати провину за конкретні вчинки або рішення, які вони вважають неправильними. Це може свідчити про розвинуте почуття моральної відповідальності та емпатії, але також може призводити до надмірної самокритики та аналізу власних дій, що, у свою чергу, може спричинити зниження самооцінки та емоційну напруженість. Юнаки з низькими показниками ситуативної провини (63%) зазвичай не відчують інтенсивної провини за конкретні вчинки або рішення, навіть якщо вони визнають, що могли діяти неправильно. Це може вказувати на здорову впевненість у собі та здатність відпускати помилки, не дозволяючи їм надмірно впливати на самооцінку або емоційний стан. Така поведінка може

сприяти адаптивності та психологічній стійкості, але також важливо забезпечити, що вони не ігнорують важливість відповідальності за свої дії та їх наслідки для інших (див. рис. 2.16).

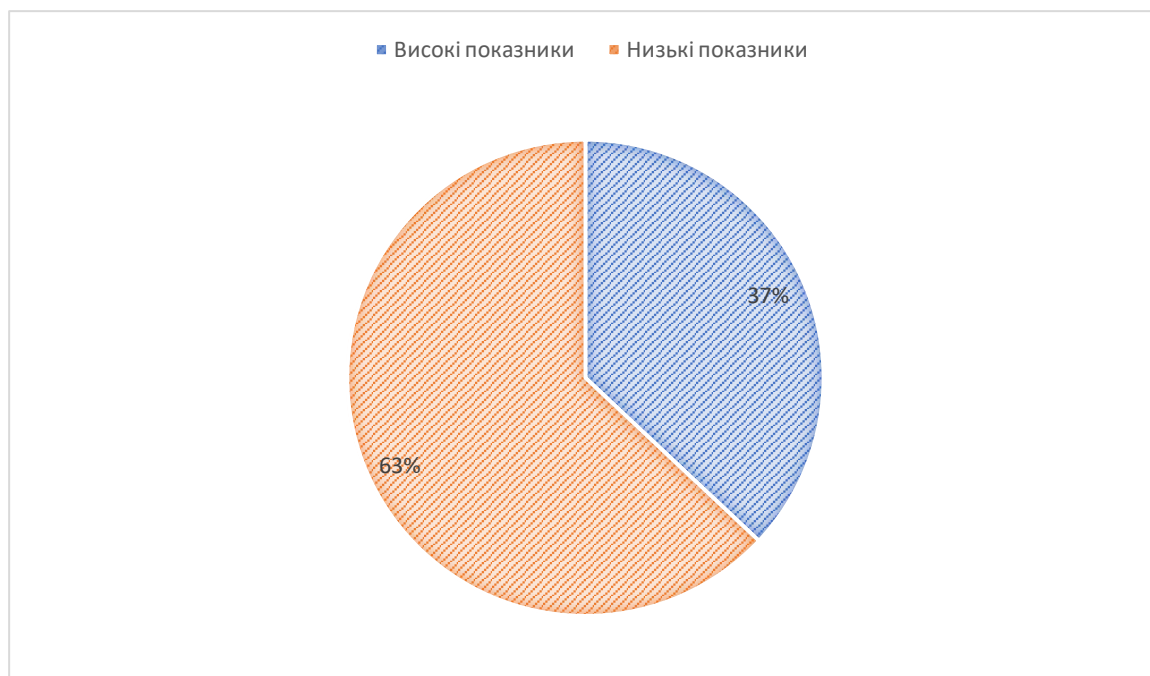


Рис. 2.16 Розподіл результатів дослідження юнацького віку за показником «Ситуативна провина» за опитувальником провини (Guilt Inventory), авторства К. Куглер та У. Джонс

Шкала «Хронічна провина»

Високі оцінки у цій області мають 42% осіб і вказують на тенденцію юнаків до переживання постійного відчуття провини, що не пов'язане з конкретними подіями. Це може вказувати на глибоко вкорінені внутрішні конфлікти або невирішені психологічні проблеми, що вимагають уваги та, можливо, психологічної допомоги для розв'язання. Низькі рівні хронічної провини мають 58% юнаків. Такі результати вказують на відсутність постійного внутрішнього тиску або невдоволення собою, яке не пов'язане з конкретними подіями. Це може свідчити про здоровий емоційний баланс та самоприйняття, дозволяючи юнакам вести активне та змістовне життя без непотрібної самокритики або самообмежень. Водночас, важливо підтримувати розвиток емпатії та відповідальності, щоб вони могли

адекватно реагувати на ситуації, коли відповідальність дійсно вимагає визнання та виправлення (див. рис. 2.17).



Рис. 2.17 Розподіл результатів дослідження юнацького віку за показником «Хронічна провина» за опитувальником провини (Guilt Inventory), авторства К. Куглер та У. Джонс

Шкала «Провина за думки або фантазії»

Юнаки з високими балами за цією шкалою, а це 44% осіб, можуть відчувати провину за свої внутрішні думки, бажання або фантазії, навіть якщо вони не втілюють їх у дію. Таке переживання може свідчити про внутрішній конфлікт між особистими бажаннями та зовнішніми моральними або соціальними нормами. Важливо працювати над прийняттям себе та розвитком здорового балансу між особистими цінностями та соціальними очікуваннями. 56% юнаків, які мають низькі показники провини за думки та фантазії, можуть відчувати велику свободу у своїх внутрішніх переживаннях без страху бути осудженими або критикованими. Це може вказувати на високий рівень внутрішньої свободи та творчого потенціалу, оскільки вони не обмежені страхом «неправильних» думок або бажань. Важливо, однак, розвивати здатність до саморефлексії та критичного мислення, щоб

забезпечити, що їхні внутрішні переживання відповідають особистим цінностям та соціальним нормам (див. рис. 2.18).

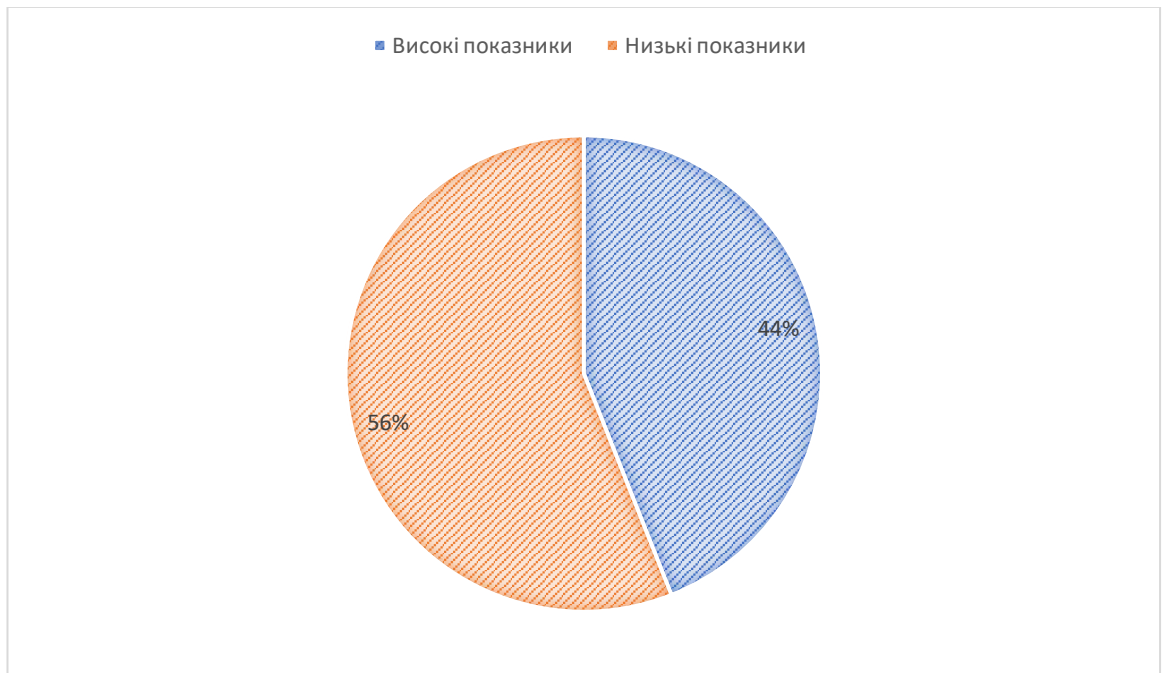


Рис. 2.18 Розподіл результатів дослідження юнацького віку за показником «Провина за думки або фантазії» за опитувальником провини (Guilt Inventory), авторства К. Куглер та У. Джонс

Також нами було проведено кореляційне дослідження за допомогою лінійної кореляції Пірсона та отримали такі результати:

Ми виявили позитивну кореляцію між юнацьким та пілітковим віком і високим рівнем «Суворої провини» ($r = 0,20$, при рівні статистичної значущості $p \leq 0.05$). Це означає, що з переходом від підліткового віку до юнацтва індивіди схильні більше рефлексувати над своїми діями та потенційним їх впливом на інших, що може вказувати на розвиток глибших рівнів емпатії та соціальної відповідальності. Цей зв'язок підкреслює важливість формування моральних цінностей та етичних стандартів у молодих людей.

Також було досліджено негативну кореляцію між юнацьким та пілітковим віком і високим рівнем «Роздратованої провини» ($r = -0.25$, при рівні статистичної значущості $p \leq 0.05$), це може свідчити про те, що з віком юнаки стають менш схильні до переживання провини в ситуаціях, коли вони

відчують роздратування або обурення через дії інших. Це може вказувати на зростання емоційної зрілості та краще управління власними емоційними реакціями.

Ми знайшли негативну кореляцію між юнацьким та підлітковим віком і високим рівнем «Сепараційної провини» ($r = -0.40$, при рівні статистичної значущості $p \leq 0.05$). Це може означати, що з дорослішанням індивіди відчують менше провини за бажання незалежності та автономії від батьків або опікунів. Така динаміка є ключовою для розвитку самостійності та ідентичності, підкреслюючи важливість підтримки у переході до самодостатності.

Існує позитивна кореляція між юнацьким та підлітковим віком і високим рівнем «Самореалізуючої провини» ($r = 0.18$, при рівні статистичної значущості $p \leq 0.05$). Це може свідчити про те, що з віком зростає усвідомлення своїх дій та їх впливу на власне життя та досягнення цілей. Визнання важливості власних зусиль для самореалізації може стимулювати більшу відповідальність за особистісний розвиток.

Ми виявили зміни в рівнях різних видів провини з віком, що свідчить про еволюцію емоційного та соціального розвитку між підлітковим та юнацьким періодами. Ці результати підкріплюють важливість підтримки молоді у їхньому розвитку, надаючи їм інструменти для кращого саморозуміння та адаптації до соціальних змін.

ВИСНОВКИ

Аналізуючи теоретичні матеріали про почуття провини у підлітків та юнаків, можна зробити висновок, що це почуття відіграє значну роль у їхньому емоційному розвитку та соціалізації. Почуття провини, будучи складною емоцією, впливає на самооцінку, міжособистісні відносини та поведінкові реакції. Воно може виступати як механізм соціального контролю, спонукаючи до відповідальності та врахування соціальних норм, а також сприяти розвитку емпатії і моральної свідомості.

Високий рівень почуття провини у підлітків та юнаків може бути пов'язаний із позитивними аспектами, такими як висока моральна відповідальність і здатність до самокритики, але також може призводити до надмірної самокритичності, тривожності та низької самооцінки. Почуття сорому, тісно пов'язане з почуттям провини, також має важливе значення у розвитку особистості. Воно може сприяти соціальній адаптації та саморегуляції поведінки, але занадто високий рівень сорому може обмежувати соціальну взаємодію та самовираження.

Важливим аспектом є здатність підлітків і юнаків до рефлексії та критичного аналізу власних дій та емоцій. Розвиток цих навичок може допомогти їм знайти баланс між відчуттям провини та самооцінкою, а також між потребою в соціальній адаптації та особистісній автономії. Здорове почуття провини, яке не переходить у крайнощі, може сприяти формуванню відповідальної, емпатичної та соціально адаптованої особистості.

Таким чином, почуття провини у підлітковому та юнацькому віці є важливим компонентом емоційного розвитку, який вимагає уважності з боку батьків, педагогів та психологів для підтримки здорового балансу та запобігання можливим негативним наслідкам.

Аналізуючи надані дані про почуття провини та сорому серед підлітків та юнаків, можна зробити наступні якісні висновки, що більшість підлітків відчувають високий рівень провини, що може вказувати на їхню чутливість

до соціальних норм та бажання відповідати очікуванням оточуючих. Проте, серед юнаків спостерігається зниження цього рівня, що може бути ознакою розвитку самостійності та власних моральних орієнтирів. Незважаючи на високий рівень почуття сорому серед підлітків, серед юнаків спостерігається певне зниження, що може бути пов'язано з розвитком самоприйняття та впевненості в собі.

В цілому, дані відображають процес емоційного та соціального дозрівання, який проходять молоді люди, переходячи від підліткового до юнацького віку. Цей процес включає зміни в рівнях почуття провини та сорому, що відображає їх адаптацію до соціального середовища, формування особистісних цінностей та розвиток самостійності.

На основі проведеного кореляційного аналізу, можна зробити короткий висновок, що емоційний та моральний розвиток молодих людей відбувається в динаміці від підліткового до юнацького віку. Зі зростанням віку молоді люди стають більш відповідальними та емпатійними, що відображається у збільшенні рефлексії над власними діями та їх впливом на оточуючих. Це вказує на розвиток глибших рівнів емпатії та соціальної відповідальності. Усі ці зміни відображають еволюцію в емоційному та соціальному розвитку молоді, що є ключовим для їх успішної інтеграції в суспільство та формування здорової особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ананова І. В. Диференційна характеристика типів переживання почуття провини. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. 2022. Вип. 2(1). С. 13.
2. Ананова І. В. Кількісні характеристики переживання почуття провини. Український психологічний журнал. 2019. № 2. С. 7.
3. Ананова І. В. Особистісні особливості, що визначають схильність до переживання почуття провини. Проблеми сучасної психології. 2021. Вип. 34. С. 31.
4. Ананова І. В. Теоретичний огляд основних підходів до вивчення почуття провини. Теоретичні і прикладні проблеми психології. 2019. № 3. С. 20.
5. Ананова І. В. Типологія переживання почуття провини. Проблеми сучасної психології. 2022. Вип. 37. С. 18.
6. Ананова І. Емоційний феноменологічний зміст переживання почуття провини. Problems of modern psychology. 2019. С. 11.
7. Березовська Л. І. Робота з почуттям провини у психоаналітичному консультуванні. Вісник Національного університету оборони України. 2021. Вип. 5. С. 12.
8. Васютинський В. О. Почуття провини у звинувачувальному контексті оцінки міжетнічних відносин. Психологія та психосоціальні інтервенції. 2020. Т. 3. С. 23.
9. Іванченко О. С. Взаємозв'язок почуття провини з особливостями розвитку особистості рятувальника. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2023. Вип. 14(3). С. 76.
10. Кривоніс Т. Г. Почуття провини як фактор впливу на сімейне функціонування в родинях з онкологічним пацієнтом. Медицина сьогодні і завтра. 2019. № 4. С. 87.

11. Леник В.-М. М. Вплив соціальних мереж на формування почуття провини у матері. Габітус. 2020. Вип. 19. С. 145.
12. Литвиненко О. О. Корекція почуття провини у молодших підлітків засобами психологічного тренінгу. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. 2022. Вип. 6. С. 94.
13. Лукач С. Р. Тренінг «Почуття провини: ознака духовності чи інструмент саморуйнування?». Освіта та розвиток обдарованої особистості. 2019. № 5. С. 49.
14. Селезньов Д. О. Почуття провини в сімейних конфліктах. Вісник [Київського інституту бізнесу та технологій]. 2019. № 2. С. 105.
15. Уличний І. Л. Почуття провини та моральний розвиток особистості: психолого-педагогічні аспекти. Наукові записки [Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка]. Серія : Педагогічні науки. 2020. Вип. 188. С. 155.
16. Царькова О. В. «Почуття провини» у психоаналізі та екзистенціальній психотерапії. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки. 2022. Вип. 36. - С. 89.
17. Царькова О. В. Дослідження впливу почуття провини на психологічний стан батьків, які виховують дітей з психофізіологічними вадами. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. 2019. Вип. 1(2). С. 151.
18. Царькова О. В. Особливості діагностики та корекції почуття провини у батьків, які виховують дітей з психофізіологічними вадами. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Психологічні науки. 2020. Вип. 128. С. 265.
19. Царькова О. В. Почуття провини в батьків дітей з психофізіологічними вадами. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. 2020. Вип. 2(2). С. 155.
20. Царькова О. В. Почуття провини як глибинний психологічний компонент у батьків дітей з психофізіологічними вадами. Науковий вісник

Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки. 2019. Вип. 2.13. С. 235.

21. Царькова О. В. Почуття провини як компонент психологічного клімату у родині, де росте дитина з особливими потребами. Наука і освіта. 2019. № 7. С. 115.

22. Царькова О. В. Почуття провини як один з аспектів розвитку особистості та її соціальної взаємодії. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. 2023. Вип. 1(2). С. 79.

23. Царькова О. В. Психодіагностичні методи дослідження особливостей переживання почуття провини батьками, які виховують дітей з обмеженими можливостями та функціональними розладами. Актуальні проблеми психології. 2019. Т. 7, Вип. 38. С. 468.

24. Царькова О. В. Феномен почуття провини як глибинний аспект особистості батьків, які мають дітей з обмеженими можливостями. Проблеми сучасної психології. 2019. Вип. 30. С. 658.

25. Царькова О. Генезис трансформації почуття провини у батьків дітей з обмеженими можливостями здоров'я. Наука і освіта. 2019. № 9.

26. Четверик-Бурчак А. Г. Особливості переживання почуття провини особами з різними рівнями особистісної зрілості. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія. 2020. Вип. 68. С. 23.

ДОДАТКИ

Додаток А

КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНЬСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Я, Тишкова Тетяна Сергіївна, учасник(ця) освітнього процесу Херсонського державного університету, **УСВІДОМЛЮЮ**, що академічна доброчесність – це фундаментальна етична цінність усієї академічної спільноти світу.

ЗАЯВЛЯЮ, що у своїй освітній і науковій діяльності **ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ**:

– дотримуватися:

- вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
- принципів та правил академічної доброчесності;
- нульової толерантності до академічного плагіату;
- моральних норм та правил етичної поведінки;
- толерантного ставлення до інших;
- дотримуватися високого рівня культури спілкування;
 - надавати згоду на:
 - безпосередню перевірку курсових, кваліфікаційних робіт тощо на ознаки наявності академічного плагіату за допомогою спеціалізованих програмних продуктів;
 - оброблення, збереження й розміщення кваліфікаційних робіт у відкритому доступі в інституційному репозитарії;
 - використання робіт для перевірки на ознаки наявності академічного плагіату в інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагіату;
 - самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного й підсумкового контролю результатів навчання;
 - надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використаних методик досліджень та джерел інформації;
 - не використовувати результати досліджень інших авторів без використання покликань на їхню роботу;
 - своєю діяльністю сприяти збереженню та примноженню традицій університету, формуванню його позитивного іміджу;
 - не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами;
 - підтримувати атмосферу довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;
 - поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незважаючи на її стать, вік, матеріальний стан, соціальне становище, расову належність, релігійні й політичні переконання;
 - не дискримінувати людей на підставі академічного статусу, а також за національною, расовою, статевою чи іншою належністю;
 - відповідально ставитися до своїх обов'язків, вчасно та сумлінно виконувати необхідні навчальні та науково-дослідницькі завдання;
 - запобігати виникненню у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових і родинних зв'язків з метою отримання нечесної переваги в навчальній, науковій і трудовій діяльності;
 - не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній із обманом, нечесністю, списуванням, фабрикацією;
 - не підроблювати документи;
 - не поширювати неправдиву та компрометуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників;
 - не отримувати і не пропонувати винагород за несправедливе отримання будь-яких переваг або здійснення впливу на зміну отриманої академічної оцінки;
 - не залякувати й не проявляти агресії та насильства проти інших, сексуальні домагання;
 - не завдавати шкоди матеріальним цінностям, матеріально-технічній базі університету та особистій власності інших студентів та/або працівників;
 - не використовувати без дозволу ректорату (деканату) символіки університету в заходах, не пов'язаних з діяльністю університету;
 - не здійснювати і не заохочувати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негідних методів досягати власних корисних цілей;
 - не завдавати загрози власному здоров'ю або безпеці іншим студентам та/або працівникам.

УСВІДОМЛЮЮ, що відповідно до чинного законодавства у разі недотримання Кодексу академічної доброчесності буду нести академічну та/або інші види відповідальності й до мене можуть бути застосовані заходи дисциплінарного характеру за порушення принципів академічної доброчесності.

29.09.2020

Дата

(підпис)

Тишкова Тетяна

(ім'я, прізвище)