

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ КИЇВСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ЛІНГВІСТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ Кафедра
психології і туризму**

**Кваліфікаційна робота бакалавра з психології на тему: «Психологічні
особливості переживання почуття провини в юнацькому віці»**

Допущено до захисту

«___» _____ року

Здобувача вищої освіти
групи ПС 01-20

факультету туризму, бізнесу і
психології освітньої програми
«Практична психологія» за
спеціальністю 053 «Психологія»
Перова Андрія Дмитровича

*Завідувач кафедри психології і туризму,
доктор психологічних наук, професор*

_____ Олександр БОНДАРЕНКО

(підпис)

Науковий керівник: кандидат
психологічних наук, доцент

Інна КАРЯКА

Національна шкала _____

Кількість балів _____

Оцінка ЄКТС _____

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE
KYIV NATIONAL LINGUISTIC UNIVERSITY
Department of Psychology and Tourism

Thesis of Bachelor in Psychology
on the topic: «Psychological features of experiencing guilt in youth»

Approved for defense

«____» _____

Higher education student of the group
 PS 01-20
 faculty of Tourism, Business and
 Psychology
 educational program «Practical
 psychology» specialty 053
 «Psychology»
 Andrey Dmitrievich Perov

*Head of Department of Psychology and
 Tourism, doctor of sc (Psychology), Professor*

_____ Oleksandr BONDARENKO
 (signature)

Scientific supervisor:
 candidate of sc (Psychology),
 associate professor (
 Inna KARIAKA
 National scale _____
 Scores _____
 ECTS _____

ЗМІСТ

	стор.
ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	8
1.1. Почуття провини як психологічна проблема.....	8
1.2. Психологічні аспекти формування почуття провини.....	12
1.3. Психологічні особливості переживання почуття провини у осіб юнацького віку.....	17
Висновки до першого розділу.....	24
РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ	27
2.1. Психологічні чинники переживання почуття провини у юнаків.....	27
2.2. Організаційно-змістові аспекти проведення дослідження.....	32
2.3. Характеристика діагностичного інструментарію дослідження.....	35
Висновки до другого розділу.....	37
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИВЧЕННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ	39
3.1. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження.....	39
3.2. Практичні рекомендації юнакам щодо зниження рівня переживання почуття провини.....	45
Висновки до третього розділу.....	47
ВИСНОВКИ	49
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	51
ДОДАТКИ	55

ВСТУП

У сучасному світі психологія юнацького віку стає предметом дедалі більшого інтересу через складність періоду становлення особистості, що супроводжується численними емоційними та психологічними переживаннями. Одним із ключових аспектів психічного розвитку юнаків є формування почуття власної моральної відповідальності та провини.

Почуття провини в юнацькому віці має свої особливості, оскільки воно часто виникає в контексті пошуку власного місця в соціумі та формування ідентичності. Розуміння цих особливостей є критично важливим для розроблення ефективних психологічних стратегій супроводу та підтримки юнаків у їхньому внутрішньому розвитку.

Мета цього дослідження полягає в аналізі та розумінні особливостей переживання почуття провини у юнаків. У межах цього дослідження буде проаналізовано не тільки внутрішні механізми формування почуття провини в цьому віці, а й зовнішні чинники, які впливають на його розвиток.

Ця робота має на меті висвітлити різноманітні аспекти почуття вини у юнацькому віці з урахуванням як внутрішніх, так і зовнішніх факторів, що впливають на його формування та розвиток. Дослідження зосередиться на вивченні провідних теоретичних концепцій щодо почуття вини у юнацькому віці. Крім того, вона включить у себе аналіз реальних і теоретичних сценаріїв та ситуацій, які спричиняють почуття вини у юнаків і дорослих.

Актуальність проблеми переживання провини у юнацькому віці визначається її значущістю для їхнього психічного благополуччя та соціальної адаптації. Особливо важлива ця проблема для психологів, педагогів і батьків, які стежать за розвитком молоді та бажають підтримувати їх у формуванні моральних норм та етичних цінностей. Переживання провини може впливати на формування стосунків з оточуючими, процес самопізнання, ухвалення рішень і загальне психічне здоров'я юнаків.

Вивчення проблеми переживання провини в юнаків та дівчат здійснюється в межах різних галузей наукових знань, включно з психологією, педагогікою, соціологією та етикою. Усі ці дисципліни вивчають різні аспекти та вплив цього явища на життя молоді з різних точок зору.

У психології дослідження переживання провини у цьому віці спрямовані на розуміння психологічних механізмів вказаного почуття, включно з його виникненням, виявленням і наслідками для психічного стану. Педагогічні дослідження, у свою чергу, розглядають стратегії виховання, які сприяють розвитку здорового способу переживання провини та вихованню моральної свідомості. Соціологічні дослідження досліджують роль соціального середовища у формуванні почуття провини та його соціальні наслідки.

Теоретичні підходи до вивчення проблеми переживання провини в юнаків варіюються від когнітивно-психологічних моделей, які розглядають емоційний аспект, до соціокультурних і гендерних підходів, які враховують вплив соціальних чинників на формування й вираження цієї емоції, до соціокультурних і гендерних підходів, які враховують вплив соціальних чинників на формування та вираження почуття провини у юнаків.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити психологічні особливості переживання почуття провини в осіб юнацького віку.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз вивчення психологічних особливостей переживання почуття провини в юнацькому віці.
2. Провести емпіричне дослідження психологічних особливостей переживання почуття провини юнаків.
3. Здійснити аналіз та інтерпретацію отриманих результатів.
4. Розробити практичні рекомендації юнакам щодо переживання почуття провини в юнацькому віці.

Об'єкт дослідження: переживання почуття провини.

Предмет дослідження: психологічні особливості переживання почуття провини в юнацькому віці.

Для розв'язання поставлених завдань у кваліфікаційній роботі застосувався ряд **методів:**

теоретичні: аналіз та подальша систематизація, класифікація, конкретизація літератури, після чого узагальнення та порівняння теоретичних та експериментальних даних;

емпіричні: використання конкретних джерел із даної теми, а також отриманих результатів опитування.

Для діагностики психологічних особливостей переживання почуття провини в юнацькому віці було використано такі методики: «Тест особистісної зрілості Гільбуха» Гільбух, Ю.З. Для визначення ступеня переживання почуття провини була використана методика «Вимірювання почуття провини і сорому» (Test of Self-Conscious Affect, TOSCA) Автор: Дж. Тангні (J. Tangney, 1989) Адаптація: І. А. Белік (2006);

методи обробки емпіричних даних: кореляційний аналіз (rПірсона) і для визначення відмінностей між вибірками - U-Манна-Уїтні, за допомогою програми IBM SPSS Statistics 29.

Практичне значення отриманих результатів полягає в можливості розроблення ефективних програм психологічної підтримки для юнаків, спрямованих на розвиток адаптивних механізмів подолання провини. Розуміння особливостей переживання провини в різних вікових групах дасть змогу психологам і педагогам урахувувати ці чинники під час розроблення імплементації програм психологічної підтримки. Засоби психологічної корекції, що ґрунтуються на отриманих висновках, можуть сприяти формуванню здорової самооцінки, розвитку соціальних навичок, а також полегшити взаєморозуміння і побудову позитивних міжособистісних стосунків.

Обсяг і структура кваліфікаційної роботи. Кваліфікаційна робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних

висновків, списку використаних джерел, що налічує 55 найменування (з них – 21 іноземною мовою), додатків на 55-83 сторінках. Основний зміст роботи викладений на 8-51 сторінках і містить 5 таблиць, 0 рисунків, на 39-45 сторінках. Загальний обсяг роботи – 83 сторінки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

1.1. Почуття провини як психологічна проблема

Почуття провини є одним із ключових компонентів людської психіки, що відіграє важливу роль у формуванні моральних норм, соціальних відносин і психічного благополуччя. Воно тісно пов'язане з емоційним і психологічним станом людини, а також з її поведінкою в суспільстві. Різноманітні дослідження в галузі психології, психіатрії, соціології та філософії підкреслюють важливість розуміння механізмів виникнення і прояву почуття провини, а також його впливу на різні аспекти людського життя.

Почуття провини - це психологічне переживання, яке виникає в людини під час усвідомлення своєї причетності до якоїсь негативної події, дії або ситуації, що сталася в минулому. Це емоційна реакція на внутрішнє переконання про власну відповідальність за те, що сталося, а також бажання виправити цю ситуацію або компенсувати свої дії. Почуття провини може виникати внаслідок свідомої або несвідомої діяльності людини, і воно може впливати на її емоційний стан, психічне здоров'я та поведінку.

Для глибшого розуміння феномена почуття провини необхідно звернутися до теоретичних аспектів, що лежать в основі його вивчення. У широкому розумінні почуття провини являє собою емоційний стан, що виникає внаслідок усвідомлення власної відповідальності за вчинені дії або бездіяльність, які суперечать нормам, цінностям або очікуванням суспільства, оточуючих людей або самого індивіда.

Провина може розглядатися як соціально-культурний феномен, що виникає у зв'язку з порушенням прийнятих норм і правил у суспільстві. Наприклад, Еміль Дюркгейм [53] у своїй праці "Самогубства" аналізує роль провини в стабільності суспільства.

Провина може бути розглянута як психологічне переживання, пов'язане з усвідомленням власної відповідальності за якісь події або дії. Наприклад, Карл Роджерс у своїй теорії самоактуалізації розглядає провину як одну з перешкод на шляху до самореалізації.

Зигмунд Фрейд розглядав почуття провини як сприйняття критики свого "Я" з боку "Над-Я", що виникає внаслідок напруження між вимогами "Над-Я" і досягненнями "Я". Механізм "Супер-Его" виступає джерелом цього почуття провини. Тривога і страх можуть безпосередньо переходити в почуття провини. У нормальному функціонуванні "Над-Я" засуджує "Его", що призводить до виникнення почуття провини. Фрейд вважав, що почуття провини насамперед притаманне чоловікам, оскільки воно виникає внаслідок ідентифікації з батьківською фігурою, тоді як "Над-Я" у жінок є неповноцінним. [50]

Думка Фрейда щодо почуття провини являє собою одну з можливих теорій у рамках психоаналітичної парадигми. Він пропонує вельми глибокий погляд на механізми формування цього почуття, зокрема, пов'язані з конфліктом між "Над-Я" і "Я".

Однак, варто зазначити, що підходи Фрейда до психології часто викликають суперечки та критику в сучасних учених. Деякі аспекти його теорій, включно з уявленням про роль "Над-Я" і "Я", а також про відмінності в почутті провини між чоловіками і жінками, можуть бути піддані сумнівам і не завжди знаходять підтвердження в сучасних дослідженнях. Загалом, думка Фрейда представляє цікавий погляд на почуття провини та його психологічні механізми, проте вона не є єдино вірною або вичерпною.

Згідно з Еріксоном, почуття провини у дітей виникає приблизно у віці від 4 до 5 років. На цьому етапі діти вже набувають безліч фізичних навичок і починають проявляти ініціативу у виборі дій. Діти, яким батьки заохочують самостійність у виборі активностей, розвивають почуття підприємливості. У разі, якщо батьки обмежують або забороняють дітям самостійні дії,

демонструючи, що вони є шкідливими або небажаними, у дітей може виникнути почуття провини. [51]

Згідно з Мелані Кляйн, почуття провини в дитини виникає вже в перші місяці життя в контексті стосунків із матір'ю, яка годує груддю. Вона стверджує, що задрість до грудей і почуття шкоди, викликані агресивними фантазіями, стають джерелом почуття провини. Таким чином, М. Кляйн розглядає почуття провини як результат протиріччя між почуттям любові та ненависті до одного й того ж об'єкта, а саме материнських грудей. [52]

Насправді, важко стверджувати категорично, що почуття провини не обов'язково виникає так рано в житті і не завжди пов'язане з материнськими грудьми. Виховання, культурні та соціальні чинники також відіграють важливу роль у формуванні почуття провини. Крім цього, теорія Кляйн може бути занадто спрощеною у своєму поясненні і не завжди відповідати індивідуальним особливостям кожної дитини. Проте, думка Мелані Кляйн стимулює до роздумів і дає новий погляд на розуміння психології раннього дитинства.

Почуття провини являє собою широко поширену емоцію, яка, якщо її не вирішити, може негативно позначитися на психологічному і духовному розвитку людини. Визначення класичної провини охоплює самозвинувачення за події, що відбулися або не відбулися, а також відчуття, що вона заслуговує на покарання або осуд. Вона виникає внаслідок конфлікту між ідеалами, за якими людина має діяти, і її реальними вчинками. Почуття провини може бути як реальним, пов'язаним із певними діями чи подіями, так і уявним, що не має чіткої причини чи об'єкта.

Почуття провини є важливою психологічною проблемою, оскільки воно може впливати на психічне та емоційне благополуччя людини, а також на її поведінку та міжособистісні стосунки. Це емоційне переживання виникає, коли людина відчуває, що порушила якісь соціальні, моральні або особисті стандарти. Почуття провини може бути корисним, оскільки воно може

стимулювати людину до саморефлексії, виправлення помилок і здійснення позитивних змін у поведінці.

Однак почуття провини також може стати джерелом стресу, тривоги та психічного дискомфорту. Люди, які відчують постійне почуття провини, можуть почуватися незначними, негідними або неприйнятими, що може призвести до погіршення самоповаги та емоційного стану. У деяких випадках почуття провини може призвести до депресії, тривожних розладів або інших психічних проблем.

Таким чином, розуміння почуття провини та його впливу на психічне здоров'я може допомогти в розробці ефективних стратегій психологічної підтримки та корекції. Важливо надавати підтримку людям, які стикаються з почуттям провини, і допомагати їм розуміти, як керувати цими емоціями та здійснювати позитивні зміни у своєму житті. Також важливо враховувати культурні та індивідуальні відмінності у сприйнятті та вираженні почуття провини, оскільки вони можуть впливати на підходи до психологічної підтримки та лікування.

Почуття провини є складною і багатогранною психологічною проблемою, яку вивчають у різних контекстах, включно з клінічною психологією, соціальною психологією, психологією розвитку та культурною психологією.

У клінічній психології почуття провини часто розглядається в контексті різних психічних розладів, таких як депресія, тривожні розлади, посттравматичний стресовий розлад тощо. Д. Важливо розуміти, як почуття провини впливає на ці розлади і як можна використовувати ці знання для розвитку ефективних методів терапії та підтримки.

У соціальній психології вивчається вплив соціальних чинників на почуття провини. Наприклад, які норми та очікування суспільства впливають на формування цього почуття в різних культурах і спільнотах. Також досліджується, як взаємодія з оточуючими людьми може змінювати почуття провини і способи його вираження.

У психології розвитку почуття провини досліджується в контексті вікових особливостей і розвитку особистості. Важливо розуміти, як це почуття змінюється впродовж життя людини, як воно формується в дитинстві та юнацькому віці та які можуть бути наслідки негативного або надмірного почуття провини на психічне здоров'я.

У культурній психології досліджується, як культурні особливості впливають на сприйняття та вираження почуття провини. Різні культури мають власні уявлення про те, що вважається неприпустимим або морально неприпустимим, і це може впливати на те, як люди реагують на свої помилки та неправильні вчинки.

1.2. Психологічні аспекти формування почуття провини

Почуття провини є складним психологічним явищем, формування якого визначається різноманітними внутрішніми та зовнішніми чинниками.

Соціальне виховання: спосіб, у який батьки, вчителі та інші авторитетні фігури виховують дитину, може суттєво впливати на формування почуття провини. Суворість чи теплота виховання, а також чіткість моральних правил можуть впливати на те, як людина сприймає свої вчинки та їхні наслідки.

Моральні цінності: індивідуальні моральні переконання та цінності відіграють важливу роль у формуванні почуття провини. Люди, які віддають перевагу високим моральним стандартам і відчують сильний зв'язок зі своїми цінностями, можуть бути більш схильні до виникнення почуття провини при порушенні цих стандартів.

Емпатія: здатність сприймати почуття інших і розуміти їхні переживання також може впливати на формування почуття провини. Люди з високим рівнем емпатії можуть бути більш схильні до почуття провини за дії, які завдають болю або страждання іншим.

Самооцінка: індивідуальне сприйняття себе та власної поведінки також впливає на формування почуття провини. Люди з високою самооцінкою

можуть бути більш схильні до почуття провини за свої дії, оскільки вони ставлять високі вимоги до себе і своєї поведінки.

Соціальний контекст: культурні, соціальні та релігійні норми можуть істотно впливати на формування почуття провини. Особливості суспільства, його моральні стандарти та очікування можуть визначати, що вважається прийнятним або неприйнятним, і це може впливати на способи вираження почуття провини.

Слід зазначити, що почуття провини завжди тісно пов'язане із соціальним контекстом. Історичні, релігійні та культурні норми постійно змінюються, формуючи певний досвід провини, що передається через соціум. Важливо зазначити, що провини не є універсальним почуттям: те, що викликає в однієї людини почуття провини, може бути абсолютно байдужим для іншої.

Фрейд [50] досліджував провини в контексті свого теоретичного підходу, що включає поняття супер-его.

Супер-его, в термінах Фрейда, являє собою частину психіки, яка формується на основі внутрішніх приписів і моральних норм, прийнятих від батьків і суспільства. Він виступає як внутрішнє "треба" і "не треба", регулюючи поведінку і відображаючи ідеали особистості.

Згідно з Фрейдом [50], почуття провини виникає, коли супер-его засуджує людину за її думки, бажання або дії, що суперечать моральним стандартам. Провина, таким чином, є результатом конфлікту між індивідуальними бажаннями (ід, або "підсвідомий інстинкт") і вимогами супер-его (мораль, або "ідеальне Я"). На противагу провині, існує поняття сорому, який, за Фрейдом, пов'язаний із відчуттям приниження та незадоволення власного супер-его.

Гелен Блок Льюїс [54], американський психоаналітик і психотерапевт, відома своїми роботами в галузі психології, включно з розумінням почуття провини. Вона досліджувала провини з точки зору глибинної психології та психоаналізу, зокрема, вона розглядала провини в контексті внутрішніх конфліктів і динаміки особистості.

У своїх роботах Гелен Блок Льюїс наголошувала на тому, що почуття провини часто виникає внаслідок суперечності між людськими бажаннями та соціальними або моральними очікуваннями. Вона також звертала увагу на вплив дитинства та ранніх стосунків із батьками на формування провини в дорослої людини.

Блок Льюїс описувала провину як емоційний стан, що супроводжується почуттям внутрішнього покарання або самопокарання за реальні або уявні проступки. На її думку, почуття провини може бути глибоко внутрішнім і неусвідомленим, але воно завжди впливає на поведінку і психічний стан людини.

Дослідниця також виокремлювала роль терапії та самопізнання в подоланні почуття провини. Вона вважала, що усвідомлення й осмислення своїх внутрішніх конфліктів і причин провини дає змогу людині прийняти свої почуття і знайти шляхи до їх подолання.

У контексті екзистенціалізму провина розглядається з урахуванням унікальності кожного людського існування і особистісної свободи вибору.

Для екзистенціалістів вина не є зовнішнім, об'єктивним явищем, яке задається якимись зовнішніми нормами або стандартами. Вона скоріше внутрішня, суб'єктивна реакція на свої власні дії та рішення, які ухвалюються у світлі свободи та відповідальності. У цьому контексті, вина може виникнути, коли людина усвідомлює свою здатність до вибору і розуміє, що вона могла б вчинити інакше в певній ситуації.

Для екзистенціалістів вина є неминучим аспектом людського існування. Вони стверджують, що кожен індивід усвідомлює свою свободу і відповідальність за свої вчинки, і в тому разі, якщо він чинить всупереч своїм власним принципам або цінностям, виникає почуття провини.

Однак вони також наголошують, що провина може мати різні форми та контексти, і її присутність не обов'язково означає моральний чи етичний злочин. Це може бути також провинна за пропущені можливості, недостатньо повноцінне життя або нездатність здійснити свої бажання та цілі.

Наприклад, уявіть ситуацію, коли людина, маючи можливість допомогти другу у скрутній ситуації, вирішує не втручатися через особисті турботи або страх. Пізніше вона усвідомлює, що її бездіяльність заподіяла другу біль і страждання. У цьому разі, згідно з екзистенціалістською перспективою, вона може відчувати провину за своє рішення не використати свою свободу вибору для допомоги другові, усвідомлюючи, що могла б вчинити інакше і зробити щось для полегшення страждань іншої людини.

Почуття провини може мати мотивувальний ефект, оскільки воно може стимулювати людину до дій, спрямованих на виправлення ситуації, в якій вона вважає себе винуватою, і запобігання подібним помилкам у майбутньому.

Наприклад, Ерік Фромм [55], німецько-американський психоаналітик і філософ, вважав, що почуття провини може бути конструктивним, оскільки воно є індикатором моральної та етичної свідомості. У своїй роботі "Людина для себе" він запропонував концепцію здорового почуття провини, яке може мотивувати людину до самоаналізу та особистісного зростання.

Також Джон Браунінг [56], американський психолог, досліджував вплив почуття провини на мотивацію. Його дослідження засвідчили, що почуття провини може сприяти ефективнішому виконанню цілей і завдань, оскільки воно мобілізує ресурси та зусилля для виправлення зроблених помилок або недоліків.

Більш детально розглянемо це питання:

Усвідомлення відповідальності: почуття провини за вчинені дії або несприятливі наслідки може допомогти людині усвідомити свою відповідальність за свої вчинки. Це усвідомлення може надихнути її на вжиття заходів щодо виправлення ситуації та запобігання подібним помилкам у майбутньому.

Мотивація до саморозвитку: почуття провини може стати потужним мотиватором для особистісного зростання і самовдосконалення. Воно може спонукати людину до самоаналізу, осмислення своїх вчинків і поліпшення своїх якостей і навичок, щоб у майбутньому уникнути аналогічних ситуацій.

Поліпшення стосунків: у контексті міжособистісних стосунків, почуття провини може мотивувати людину до примирення і залагодження конфліктів. Воно може допомогти їй усвідомити свої помилки, висловити жаль і зробити кроки до відновлення довіри та взаєморозуміння з іншими людьми.

Уявімо, що керівник компанії ухвалив рішення про скорочення персоналу, щоб знизити витрати і поліпшити фінансове становище компанії. Унаслідок цього рішення кількох співробітників було звільнено, що призвело до фінансових труднощів та емоційних страждань звільнених співробітників і їхніх сімей. Після цього керівник починає відчувати глибоке почуття провини за свої рішення, усвідомлюючи, що його дії негативно вплинули на життя багатьох людей.

Це почуття провини може мотивувати керівника до змін у своєму підході до ухвалення рішень. Він може почати уважніше зважувати наслідки своїх дій на інших людей і шукати альтернативні шляхи розв'язання проблем, які можуть мінімізувати негативні наслідки для персоналу. Також це почуття провини може стати стимулом для внесення змін у систему управління компанією, щоб ухвалення рішень стало більш справедливим та етичним.

У роботі над цією темою ми б виділили кілька ключових психологічних аспектів:

Формування супер-его: вивчення того, як формується супер-его на основі внутрішніх приписів і моральних норм, переданих від батьків і суспільства, є ключовим аспектом. Це дає змогу краще зрозуміти, які ідеали та стандарти регулюють поведінку особистості та як це впливає на її почуття провини.

Вплив дитинства та ранніх стосунків із батьками: розгляд аспектів, що підкреслюють вплив дитинства та взаємовідносин із батьками на формування почуття провини в дорослому віці, є важливим для розуміння джерел цього почуття та його психологічних механізмів.

Почуття провини як мотивація: дослідження впливу почуття провини на мотивацію та ефективність виконання цілей і завдань також є важливим

аспектом. Розуміння того, як це почуття може мобілізувати ресурси та зусилля для виправлення помилок або недоліків, допомагає зрозуміти його роль у психічному функціонуванні людини.

1.3. Психологічні особливості переживання почуття провини в осіб юнацького віку

У юнацькому віці переживання почуття провини може мати свої особливості, що відрізняються від інших вікових категорій.

Ідентичність і самовизначення: У юнацькому періоді особистість ще формується, і юнаки активно шукають своє місце у світі. Почуття провини може бути особливо інтенсивним у разі порушення власних моральних принципів або соціальних стандартів, оскільки це може зачіпати їхнє самовизначення.

Публічне сприйняття: у зв'язку з бажанням бути прийнятими в навколишньому середовищі, юнаки можуть відчувати провину за свої дії або навіть за неправильні думки, які вони сприймають як несумісні з очікуваннями оточуючих.

Соціальний тиск: у шкільному або студентському середовищі та серед однолітків може виникати сильний соціальний тиск, що мимоволі змушує юнаків діяти відповідно до прийнятих норм. Почуття провини може виникати в разі відступу від цих норм або прагнення виділитися серед однолітків.

Емоційна нестабільність: у зв'язку з фізіологічними змінами і переходом від дитячого до дорослого стану, юнаки можуть бути більш схильні до емоційних перепадів. Почуття провини може бути особливо інтенсивним у разі конфліктів з батьками або друзями.

Специфіка моральних стандартів: у дорослому світі юнаки починають усвідомлювати складність моральних питань і релятивність деяких норм. Це може викликати плутанину в їхньому розумінні того, що вважається

прийнятним або неприйнятним, і відповідно впливати на їхнє переживання почуття провини.

Взаємодія з батьками: сімейне середовище має значний вплив на формування почуття провини в юнацькому віці. Взаємодія з батьками, їхня реакція на помилки чи недоліки може суттєво впливати на розвиток цього почуття. Наприклад, сувора критика може посилювати почуття провини, тоді як підтримка та позитивний зворотний зв'язок можуть допомогти знизити його інтенсивність.

Експериментування та ризикована поведінка: юнаки часто випробовують нові ролі та можливості, що може вести до ризикованих ситуацій. Почуття провини може виникати після таких дій, особливо якщо вони спричиняють негативні наслідки для себе або інших.

Вплив оточення інтернету та соціальних медіа: у сучасному світі юнаки постійно піддаються впливу соціальних мереж та інтернет-контенту. Це може викликати почуття провини через порівняння себе з ідеалізованими образами, створеними в інтернеті, або через взаємодію зі шкідливим контентом.

Психічні розлади: деякі юнаки можуть мати психічні розлади, як-от депресія або тривожність, що може посилювати почуття провини та робити їх більш вразливими до негативних думок про себе.

Конфлікти в сім'ї: сімейні конфлікти, розлучення батьків або нестабільна сімейна ситуація можуть спричинити почуття провини в юнаків, особливо якщо вони відчують відповідальність за ці ситуації або намагаються між ними помирити.

У період юнацького віку особливо актуальним стає розуміння та вивчення психологічних аспектів почуття провини. Юнаки переживають значні зміни як у фізичному, так і в психологічному плані, що робить їхні емоційні реакції інтенсивнішими та складнішими. У цьому есе розглянемо основні психологічні особливості переживання почуття провини в юнаків та його вплив на формування їхньої самооцінки й самовизначення.

По-перше, слід зазначити, що юнацький вік є періодом пошуку власної ідентичності та визначення особистісних цінностей і стандартів. У цьому контексті почуття провини може виникати, коли юнак розуміє, що його дії не відповідають його власним ідеалам або очікуванням, які він ставить перед собою. Наприклад, якщо юнак відчуває, що він не відповідає певним соціальним або моральним стандартам, які для нього є важливими, це може спричинити почуття провини та брак самооцінки.

Другий важливий аспект полягає у впливі соціального середовища на формування почуття провини в юнаків. Рівні та однолітки можуть мати значний вплив на формування моральних цінностей та внутрішніх стандартів, які регулюють поведінку особистості. Так, конфлікт між власними бажаннями та соціальними очікуваннями може бути джерелом почуття провини в юнаків, особливо якщо вони відчувають соціальний тиск або негативні судження від однолітків чи спільноти.

Не менш важливим є вплив сімейного середовища та стосунків із батьками на формування почуття провини у юнаків. Стосунки з батьками можуть визначати стандарти та моральні цінності, які він приймає за свої. Якщо він відчуває, що не відповідає очікуванням батьків або не відповідає їхнім стандартам, це також може спричинити почуття провини та нестачі.

Нарешті, третій аспект полягає в тому, що почуття провини у юнаків може мати значний вплив на їхню самооцінку та самовизначення. Це може проявлятися в низькій самооцінці, почутті неприйняття себе або в стратегіях уникнення соціальних ситуацій. Однак водночас почуття провини може бути мотором для саморозвитку та вдосконалення, якщо він здатен знайти конструктивний спосіб виправдати свої помилки та недоліки.

Провину часто плутають із пов'язаною з нею емоцією сорому. Провина і сором - це дві різні емоції, які часто плутають, але мають свої унікальні характеристики і наслідки. Давайте докладніше опишемо відмінності між ними

Провина виникає у відповідь на усвідомлення власних дій або бездіяльності, які призвели до негативних наслідків для інших людей або порушили якісь моральні чи етичні стандарти. Провина пов'язана з усвідомленням особистої відповідальності за скоєні вчинки.

Сором виникає у відповідь на відчуття власної недостатності або неповноцінності як особистості. Сором пов'язаний із відчуттям власної непридатності, незадовільності або негідності.

Провина фокусується на конкретних діях або рішеннях, зроблених людиною, та їхніх наслідках для інших людей або для самої людини.

Сором фокусується на особистості людини, її самооцінці та відчутті власної цінності або недостатності.

Провина найчастіше тягне за собою прагнення до виправлення помилок, прийняття відповідальності за свої вчинки та врегулювання ситуації.

Сором найчастіше тягне за собою прагнення до ізоляції, приховування своїх недоліків і страх перед засудженням з боку інших людей.

Провина може бути мотивуючою і сприяти особистісному зростанню та розвитку, оскільки містить усвідомлення власної відповідальності та прагнення до поліпшення ситуації.

Сором пригнічує й послаблює людину, роблячи її менш здатною до конструктивних дій і призводячи до погіршення самопочуття.

Для кращого розуміння природи провини варто розглянути поняття «Комплекс провини». Його обсяг та зміст даного поняття відбивають сутність психологічного стану, у якому людина відчуває надмірне і необґрунтоване почуття провини, часто пов'язане з минулими подіями або власними діями.

Ключові характеристики комплексу провини - перфекціонізм, коли люди з комплексом провини часто прагнуть до ідеальності у своїх вчинках і поведінці. Вони безперестанку критикують себе за найменші помилки і недоліки, відчуваючи себе винними навіть за незначні невдачі.

Далі – самозвинувачення. Люди з комплексом провини часто схильні звинувачувати себе за всі негативні події або проблеми, що відбуваються в

їхньому житті. Вони вважають, що всі невдачі відбуваються через їхню власну неповноцінність або недостатність.

Само собою – надвідповідальність: Люди з комплексом провини часто відчують себе відповідальними за чужі проблеми або нещастя. Вони можуть надмірно піклуватися про інших людей і намагатися допомагати їм до виснаження своїх власних ресурсів.

Звичайно, - страх відкидання. Люди з комплексом провини часто бояться бути відкинутими або невизнаними іншими. Вони можуть прагнути схвалення і визнання від оточуючих, щоб компенсувати свої внутрішні почуття недостатності та провини.

І, як відомо, низька самооцінка. Комплекс провини часто супроводжується низькою самооцінкою і відчуттям власної неповноцінності. Люди можуть вважати себе не гідними любові, успіху або щастя через свої ймовірні недоліки. Комплекс провини може виникати з різних причин, і його формування зазвичай є результатом складної комбінації різних чинників.

А далі – ціла низка чинників.

Дитячі травми, що можуть залишити глибокі емоційні рани і стати джерелом комплексу провини в майбутньому. Наприклад, діти, які зазнали фізичного, емоційного або сексуального насильства, можуть розвинути комплекс провини через неправильне сприйняття власної ролі в події.

Сімейна динаміка, адже стосунки всередині сім'ї також можуть відігравати роль у формуванні комплексу провини. Наприклад, сімейне середовище, де батьки постійно критикують і звинувачують своїх дітей, може сприяти розвитку в дітей почуття провини.

Безумовно, суспільні стандарти та очікування, оскільки тиск суспільства і соціальні очікування можуть також впливати на формування комплексу провини. Наприклад, людина може відчувати провину за невідповідність нормам краси, успіху або сімейного життя, які встановлює суспільство.

Особистісні особливості, а саме риси характеру, в тому числі й патологічні, призводять до того, що деякі люди можуть бути більш схильні

до розвитку комплексу провини через свої особистісні характеристики, як-от висока чутливість, перфекціонізм, перебільшена схильність до самокритики, депресивність тощо.

Травматичні події або втрати, як-от втрата близької людини, невдача важливого проекту або збій в особистому житті, також можуть стати джерелом комплексу провини через відчуття власної відповідальності за те, що сталося.

Уявімо ситуацію, в якій дитина виросла в сім'ї, де батьки часто сварилися і звинувачували один одного в різних проблемах. Батьки могли часто висловлювати своє невдоволення і розчарування в дітях, критикувати їх за найменші помилки і вимагати від них ідеальної поведінки. У цьому середовищі дитина могла швидко засвоїти переконання, що вона є причиною сварок і нещастя своїх батьків.

У певний момент батьки мають сварку через фінансові проблеми в родині. Зрештою, батько, побачивши дитину, вирішує пролити на ній свою злість і каже: "Усі наші проблеми через тебе!"

Унаслідок таких ситуацій дитина може розвинути комплекс провини, відчуваючи себе винуватою за проблеми та конфлікти в сім'ї. Вона може почати переносити це почуття провини і відповідальності на себе за всі неприємності, що відбуваються в її житті, навіть якщо вона насправді не має до них жодного стосунку. Цей вплив дитинства і сімейної динаміки може сформувати в неї стійкий комплекс провини, який впливатиме на її емоційний стан і поведінку в майбутньому.

Реальна та уявна вина - це два різні типи почуття провини, які можуть виникати в людини в різних ситуаціях. Давайте розберемо їх докладніше:

Реальна провинна.

Реальна провинна виникає тоді, коли людина усвідомлює, що вона вчинила якусь дію, яка заподіяла шкоду або негативні наслідки іншим людям. Це може бути щось таке, як заподіяння фізичної чи емоційної шкоди, порушення довіри, несправедливість чи інша дія, що порушує моральні чи етичні норми.

Реальна провина зазвичай виникає внаслідок усвідомлення заподіяння шкоди чи несправедливості іншим людям або порушення власних цінностей і принципів. Це може відбуватися через помилки, необдумані вчинки, неправильні рішення або порушення кордонів інших людей.

Уявна провина виникає тоді, коли людина відчувається винною без явної причини або за щось, що насправді не є її провиною. Це може бути пов'язано з надмірною самокритикою, ідеалізацією інших людей, перфекціонізмом або ілюзією контролю над ситуацією.

Причини появи: Уявна провина може виникати через різні чинники, як-от низька самооцінка, страх відкидання, прагнення бути ідеальним, тривоги або депресії. Людина може відчувати провину за свої недоліки, помилки або просто за те, що вона не відповідає певним очікуванням, навіть якщо ці очікування нереалістичні.

Реальна провина зазвичай має конкретні причини і є реакцією на реальні дії або події, тоді як уявна вина часто має ірраціональний характер і може бути пов'язана з внутрішніми конфліктами та емоційними проблемами людини.

Приклад уявної провини можна розглянути в контексті академічної сфери.

Уявіть собі студента, який отримав високу оцінку на іспиті, але водночас відчув провину за свій успіх. Він починає думати про своїх однокурсників, які не впоралися з тими самими завданнями або отримали нижчі оцінки. Замість того щоб просто радіти своєму досягненню, він починає звинувачувати себе за те, що він "позбавляє" інших успіху, відчуваючись егоїстичним або негідним свого становища.

Цей студент може почати переживати внутрішній конфлікт і почуття провини, навіть попри те, що його успіхи є результатом його власних зусиль і праці. Ця уявна провина може бути викликана його перфекціоністськими вимогами до себе, страхом відкидання з боку оточуючих або просто низькою самооцінкою. Таким чином, замість того щоб насолоджуватися своїми

досягненнями, цей студент переживає почуття провини, яке насправді не має реального підґрунтя.

Почуття провини у тих, хто вижив, - це психологічний стан, який може виникнути в людей, які пережили трагічні події, катастрофи або травми, за яких інші люди загинули або постраждали, тоді як вони самі вижили. Цей феномен широко вивчається в галузі психології катастроф і травматичного стресу.

Змішані емоції: Ті, хто вижив, часто відчують змішані почуття, як-от полегшення і радість від того, що вони залишилися в живих, і водночас почуття провини за те, що вони не змогли допомогти іншим людям, або за те, що їхня доля виявилася більш сприятливою, ніж у інших.

Внутрішній конфлікт: Ті, хто вижив, можуть переживати внутрішній конфлікт між бажанням прийняти й зрозуміти своє виживання та водночас почуттям провини за те, що вони вижили в ситуації, де інші втратили життя або постраждали.

Самокритика: Почуття провини у тих, хто вижив, часто супроводжується самокритикою і внутрішніми звинуваченнями. Вони можуть вважати себе егоїстичними або негідними виживання, сумніватися у своєму праві на щастя або жити повним життям після трагедії.

Посттравматичне зростання: Однак почуття провини в тих, хто вижив, також може стати стимулом для особистісного зростання і розвитку. Вони можуть прагнути до того, щоб зробити щось значуще або корисне зі свого виживання, щоб компенсувати свої почуття провини і знайти сенс у своєму переживанні.

Пошук сенсу: Багато хто з тих, хто вижив, прагнуть знайти сенс у своєму виживанні та зробити щось корисне або важливе, щоб компенсувати свої почуття провини.

Висновки до першого розділу

У процесі аналізу наукових досліджень проблеми почуття провини у юнацькому віці було висвітлено сутність, теорії та особливості його прояву у вітчизняній та зарубіжній психології. Відповідно до цього:

1 Виявлено, що почуття провини у юнаків може мати важливі наслідки для психічного стану та поведінки. Воно пов'язане з ризиком розвитку депресії, тривожних розладів та агресивної поведінки, що підкреслює його значення у підлітковому періоді.

Цей вік уже сам по собі є періодом значних емоційних коливань та пошуку ідентичності. Якщо до цього додати внутрішній конфлікт через почуття провини, яке може виникнути внаслідок невідповідності власних дій моральним нормам, то це може поглибити емоційний дисбаланс і сприяти розвитку депресивних симптомів.

Також, почуття провини може спричинити тривожні розлади у юнаків. Спроби уникнути почуття провини або виправити помилки можуть стати джерелом постійної тривоги та напруги. Нездатність впоратися з цими емоціями може призвести до загострення тривожних розладів, що відобразатиметься на психічному стані та поведінці.

2 Проаналізовано те, що почуття провини виникає внаслідок усвідомлення власної відповідальності за дії або бездіяльність, що суперечать соціальним нормам або внутрішнім ідеалам. Ця емоція відіграє важливу роль у формуванні моральних норм, соціальних відносин та психічного благополуччя. Юнацький вік є періодом пошуку власної ідентичності та визначення особистісних цінностей і стандартів. У цьому контексті почуття провини може виникати, коли юнак розуміє, що його дії не відповідають його власним ідеалам або очікуванням, які він ставить перед собою.

3 З'ясовано, що рівні та однолітки можуть мати значний вплив на формування моральних цінностей та внутрішніх стандартів, які регулюють поведінку особистості. Так, конфлікт між власними бажаннями та

соціальними очікуваннями може бути джерелом почуття провини в юнаків, особливо якщо вони відчують соціальний тиск або негативні судження від однолітків чи спільноти.

Зрештою, можна зазначити, що почуття провини в юнаків не тільки відображає їхній внутрішній стан та емоційний фон, а й чинить значний вплив на їхній психічний розвиток і взаємодію зі світом. Розуміння цього феномена допомагає виявити й розкрити різні аспекти людської природи, такі як моральність, етика та соціальні взаємини. Аналіз почуття провини в юнаків допомагає сприяти їхньому психічному благополуччю. Розуміння та прийняття власних емоцій, зокрема й негативних, є важливою складовою психічного здоров'я. Тому розвиток навичок управління почуттями провини є важливим аспектом роботи з молоддю та підтримки їхнього психічного благополуччя.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Методологічні принципи та підходи до вивчення почуття провини в емпіричному дослідженні.

Почуття провини, як ми намагалися показати в першому розділі, є вельми складним феноменом і його наукове психологічне дослідження вимагає перш за все чіткого методологічного самовизначення та обґрунтування. Безумовно, можна просто перелічити низку психологічних напрямків та підходів, у межах яких розглядається вказаний феномен і відповідний йому концепт. Але очевидно, що ступінь науковості того ж психоаналітичного напрямку, який починався як нова сторінка психіатрії, а закінчився своєрідною ідеологією, що має певний психологічний вплив на людей, але яка не знайшла наукового підтвердження, не найкращий помічник. Так само не найкращим помічником тут є й інші підходи з психологічної практики. Тому як найбільш очевидний і несуперечливий з наукового боку при дослідженнях такої мінливої і складної феноменології як почуття взагалі і почуття провини зокрема є системний підхід. Адже він дає можливість виявити конституенти (компоненти) конкретного явища. Він дозволяє встановити структуру об'єкта а також чинники (детермінуючі фактори у дослідженнях високого рівня), у такий спосіб забезпечуючи реалізацію головних наукових принципів психологічної науки: детермінізму, цілісності, розвитку, об'єктивності

Скажімо, одним з цих методологічних принципів і продиктована конкретна специфіка нашої теми: почуття провини у юнацькому віці. Справа в тому, що моральнісна сфера дитини починає свій розвиток у віковий період від 5 до 6 років. Звісно, що вона має свої відмінності на різних етапах життя (

Ж.Піаже, Е.Еріксон, Л.Кольберг та ін). В юнацькому віці відбувається зміна одних детермінант іншими: суто зовнішні чинники змінюються на внутрішню систему моральнісних оцінок як власний дій і вчинків, так і дій і вчинків інших людей. Отже, почуття провини із першого, первинного способу саморегуляції стає одним з провідних важелів етичної регуляції поведінки, добре відомою нам як «совість». Совість, власне, і відрізняється від феномену свідомості тим, що є вищим його етичним щаблем. І трактовка феномену провини як системного утворення дозволяє чітко встановити його смислові межі і психологічний діапазон – як одного з вимірів етичної саморегуляції особистості. У юнацькому віці, коли оформлюються процеси персоналізації, яка надбудовується над процесами соціалізації, і особистість створює власний життєвий світ, саме ці тонкі порухи і виступають складовими частинами, своєрідними «цеглинками», з яких складається суб'єкт самостійний діяч, як автор власного життя. Отже розуміння розвитку почуття провини – від первинної емоційної, а відтак, оцінювальної, реакції на зовнішні подразники – через ланку, навіть сукупність ланок емоційного самооцінювання – до складного переживання, в якому втілено базисне ставлення до власного вчинку, - ось що дозволяє відстежити, дослідити й осягнути зазначена наукова методологія. Далі, методологія системного підходу надає можливість дослідити різні типи моралі, які в перспективі формуються на підставі ціннісних орієнтацій, що, в свою чергу, і визначає тип моральності (за С.Л. Рубінштейном: моральність наївну і моральність рефлексивну [24, с.351-352].

Таким чином, з боку методології наукової психології системний підхід, сутність якого полягає в доцільності розгляду будь-якого об'єкту пізнання як цілісної єдності його структурних компонентів у їх зв'язках, враховуючи внутрішні та зовнішні залежності, функції, динаміку розвитку й існування, розкриває разом з цим широкі можливості для емпіричного й експериментального дослідження психічних феноменів. Він звільняє дослідника від інтерпретацій, що можуть виходити з тієї чи іншої ідеології, і формує об'єктивовану систему не тлумачення, а пояснення явищ.

Системний підхід дозволяє послідовно зважити основні складові переживання почуття провини у юнаків. Зокрема: інтенсивність емоцій, самокритика і перфекціонізм, егоцентризм, конформність, потяг до самоаналізу, протестні реакції тощо. Безумовно, і соціальна ситуація в цілому впливає на представників даного вікового періоду, в тому числі і навчальне середовище, і сімейна обстановка, і соціальні мережі. У психологічному розвитку юнаків почуття провини зазвичай проявляється особливим чином через їхні фізіологічні та психологічні особливості, що відрізняються від дорослих

Почуття провини може бути потужним мотиватором для юнаків у їх спробах самоствердитися і прийняти себе, а також у пошуку свого місця в суспільстві. Бажання злитися з групою однолітків може також бути пов'язане з почуттям провини, особливо якщо підліток відчуває тиск з боку групи або страх бути відкинутим. Страх відкидання: Підліток може відчувати провину за неприйняття або відкидання з боку своїх однолітків. Це може змусити його прагнути до адаптації до поведінки або стилю групи, щоб уникнути почуття відчуження або ізоляції.

Причини та об'єкти провини. Причини почуття провини у дорослих і юнаків можуть відрізнятися. У юнаків провинна часто пов'язана із соціальними стосунками, сімейними конфліктами або шкільними проблемами, тоді як у дорослих вона може бути пов'язана зі складнішими питаннями, як-от кар'єра, стосунки або сімейні зобов'язання.

Саморозуміння і самооцінка. Юнаки часто ще перебувають у процесі формування своєї особистості та самоідентифікації, тому почуття провини може впливати на їхню самооцінку і саморозуміння сильніше, ніж у дорослих, у яких уже сформувалася більш стійка особистісна ідентичність.

Юнацький період характеризується низкою унікальних особливостей.

Пошук ідентичності. Юнаки починають активно шукати своє місце в суспільстві та визначати свою особистість. Вони ставлять запитання про себе,

свої цінності, інтереси та життєві цілі, що може призвести до періодів інтенсивного саморозуміння та самоідентифікації.

Соціальна адаптація. У юнацькому віці відбувається активна взаємодія з різними соціальними групами, включно з сім'єю, друзями, шкільним співтовариством та іншими. Юнаки и вчаться будувати стосунки, розв'язувати конфлікти та знаходити своє місце в соціальній ієрархії.

Розвиток незалежності. Юнаки прагнуть більшої незалежності від батьків та інших дорослих. Вони починають ухвалювати більш самостійні рішення і шукати свободу в ухваленні рішень про своє життя.

Експерименти та ризики. Юнаки часто проходять через період експериментів і ризикованої поведінки, включно з проблемами з наркотиками й алкоголем, сексуальною активністю, а також експериментами із самоідентифікацією та соціальними ролями.

Емоційна нестабільність. Через фізіологічні та соціальні зміни юнаки можуть відчувати інтенсивні емоції, включно з радістю, гнівом, тривогою і смутком. Емоційна нестабільність може бути особливо яскравою в цей період.

Молоді люди й дівчата можуть зіткнутися з депресією, тривожними розладами або панічними атаками через стрес, тривожні думки, проблеми у стосунках або низьку самооцінку.

Емоційна нестабільність. Через фізіологічні зміни та прагнення до самоідентифікації юнаки можуть переживати бурхливі емоції, які можуть бути важкими для контролю.

Проблеми із самоідентифікацією та самооцінкою. У юнацькому віці починається активний пошук ідентичності, що може спричиняти конфлікти із самим собою та низьку самооцінку.

Психосоматичні симптоми. Стрес та емоційні проблеми можуть проявлятися у формі фізичних симптомів, як-от головний біль, біль у животі, безсоння та втома.

Проблеми з поведінкою. Юнаки й дівчата можуть проявляти проблеми з поведінкою, такі як агресія, неслухняність, ризик-поведінка, вандалізм або зловживання наркотиками та алкоголем.

Епізоди паніки та фобії. Деякі молоді люди можуть зіткнутися з епізодами паніки або фобіями, спричиненими стресом, тривогою або страхом.

Екзистенційні кризи. У юнацькому віці може виникнути усвідомлення власної смертності та усвідомлення свого місця у світі, що може спричинити екзистенціальні кризи та пошук сенсу життя.

Проблеми у стосунках: Юнаки й дівчата можуть зіткнутися з проблемами у стосунках із батьками, однолітками або романтичними партнерами, що може спричинити стрес та емоційні труднощі.

Спроби самоствердження серед юнаків можуть бути тісно пов'язані з почуттям провини через недосконалість або відчуття зовнішнього тиску. Ось як це може відбуватися:

Недосконалість і порівняння з іншими може викликати почуття провини за невдачі або недоліки, що, своєю чергою, мотивує їх до подальших зусиль для самопокращення. У такому віці молоді люди можуть відчувати почуття провини за непродуктивну або "погану" поведінку в спробах привернути увагу або отримати визнання від однолітків або дорослих. Вони можуть відчувати, що вони зобов'язані проявити себе, що може сприяти їхньому прагненню до самоствердження через досягнення або видатні вчинки.

Постійне порівняння з ідеалами: Юнаки можуть відчувати провину за те, що не відповідають ідеальним стандартам, встановленим оточуючими. Це може стимулювати їх до постійних зусиль і прагнення до самоствердження, щоб досягти цих стандартів або перевершити їх.

Почуття провини може бути потужним мотиватором для юнаків та дівчат у їх спробах самоствердитися і прийняти себе, а також у пошуку свого місця в суспільстві.

2.2. Організаційно-змістові аспекти проведення дослідження

У цьому емпіричному дослідженні ми попрямували на шлях розуміння зв'язку між віком і рівнем почуття провини. Брала участь 50 осіб: 25 дорослих віком від 35 до 45 років і 25 юнаків віком від 15 до 18 років. У дослідженні брали участь респонденти обох статей. Почуття провини - це важливий аспект емоційного досвіду, який має важливе значення для психологічного благополуччя і соціальних взаємодій. Дорослі та юнаки можуть по-різному сприймати і реагувати на ситуації, що викликають почуття провини, через свій різний рівень когнітивного розвитку, соціальний досвід і ступінь сприйняття моральних норм.

Дослідження поділено на три послідовні етапи. Перший етап передбачає збір даних шляхом розподілу тестів у форматі онлайн попередньо обраним учасникам дослідження. Другий етап включає в себе аналіз і обробку отриманої інформації, а також проведення статистичного аналізу для виявлення закономірностей і особливостей у даних. На третьому етапі проводиться інтерпретація результатів дослідження, формулювання висновків і рекомендацій на основі аналізу отриманих даних

Проведення експериментального дослідження передбачало вирішення таких завдань:

- 1 Шляхом аналізу та порівняння даних про рівень почуття провини у дорослих і юнаків ми маємо розкрити можливі патерни та динаміку цієї емоційної реакції залежно від вікових характеристик. Вимірювання рівня почуття провини було здійснено за допомогою методики: «Вимірювання почуття провини і сорому» (Test of Self-Conscious Affect, TOSCA) Автор: Дж. Тангні (J. Tangney, 1989) Адаптація: І. А. Белік (2006)

Отримані результати можуть бути важливими для розуміння психологічних особливостей розвитку в різні періоди життя і для створення ефективних методів підтримки та корекції психологічного благополуччя.

Ми повинні пов'язати рівень почуття провини з особистісною зрілістю юнаків, виходячи з припущення, що більш зрілі особистості можуть адекватніше сприймати й обробляти свої емоційні реакції. Для цього ми використали спеціалізовану методику оцінювання особистісної зрілості, а саме "Тест особистісної зрілості Гільбуха" Гільбух, Ю.З. та провели кореляційний аналіз, щоб виявити можливі взаємозв'язки між цими змінними.

Гіпотеза 1 передбачає, що юнаки з вищим рівнем особистісної зрілості проявляють більш адекватні та зрілі реакції на ситуації, що викликають почуття провини.

Цю гіпотезу можна обґрунтувати таким чином: Особистісна зрілість включає в себе розвиток когнітивних, емоційних і соціальних навичок, що дає змогу людині краще розуміти себе і своє оточення. Більш зрілі юнаки можуть бути здатні адекватно оцінювати свої дії та їхні наслідки, що сприяє розвитку в них більш витриманих і розвинених механізмів реагування на винність. Зрілі юнаки можуть мати кращі стратегії регуляції емоцій, які допомагають їм краще керувати почуттями провини та адекватно реагувати на ситуації, що викликають це почуття.

Отже, на основі цих механізмів можна припустити, що рівень особистісної зрілості у юнаків може впливати на те, як вони реагують на ситуації, що викликають почуття провини. Юнаки з більш високим рівнем зрілості можуть проявляти більш адекватні та конструктивні реакції на такі ситуації.

Гіпотеза 2: Рівень переживання почуття провини у юнаків значно вищий, ніж у дорослих.

Обґрунтувати гіпотезу про те, що рівень переживання почуття провини в юнаків значно вищий, ніж у дорослих, можна з огляду на такі аспекти: Розвиток емоційної сфери: Юнацький вік характеризується бурхливим розвитком емоційної сфери особистості. У цей час відбувається інтенсивне формування і зростання чуттєвої та емоційної реакції на навколишній світ. Юнаки часто переживають сильніші емоційні реакції на події та ситуації,

зокрема й на ті, що можуть викликати почуття провини. Етап самопізнання та самоідентифікації: У юнацькому віці відбувається інтенсивне усвідомлення власної особистості, світогляду, ціннісних орієнтацій. Юнаки стикаються з безліччю нових життєвих ситуацій і рішень, що може посилити їхнє почуття провини під час усвідомлення своїх дій та їхніх наслідків. Соціальний тиск і очікування: Юнаки піддаються соціальному тиску й очікуванням, як з боку однолітків, так і дорослих. Вони стикаються з нормами і цінностями суспільства, які можуть посилювати почуття провини в разі невідповідності цим очікуванням. Незавершеність психологічного розвитку: Можливо, у юнаків ще не сформувалися ефективні механізми регуляції емоцій і управління почуттям провини, що може призвести до більш інтенсивного переживання цієї емоції. Складнощі в ухваленні рішень: У юнацькому віці часто виникають ситуації, коли необхідно ухвалювати складні рішення, і недостатній досвід та навички можуть призвести до підвищеного рівня відчуття провини під час здійснення помилок.

Таким чином, з огляду на ці фактори, можна припустити, що рівень переживання почуття провини у юнаків може бути значно вищим, ніж у дорослих.

2.3. Характеристика діагностичного інструментарію дослідження

Для визначення рівня особистісної зрілості ми використовували "Тест особистісної зрілості Гільбуха" Гільбух, Ю.З.

Тест-опитувальник особистісної зрілості дає змогу визначити рівень особистісної зрілості. Оцінювання проводиться за чотирма рівнями: дуже високий, високий, задовільний і незадовільний. Користуючись цими ж рівнями, можна оцінити також особистісну зрілість за окремими її аспектами. Вік застосування: від 15 років.

Особистісна зрілість - це результат процесу дорослішання, пов'язаного не тільки з віком, а й із засвоєнням моральних норм, принципів спілкування та

поведінки в суспільстві. Що старша людина, то вищий, як правило, її рівень особистісної зрілості. Однак вік не єдиний чинник, що впливає на зрілість особистості. Багато що залежить від умов, у яких людина виросла і була вихована. Тому деякі юнаки можуть виявляти високу особистісну зрілість, у той час як деякі дорослі можуть зберігати дитячі погляди й установки щодо важливих аспектів життя.

Особистісна зрілість являє собою стан, коли людина має певний рівень психологічної зрілості та готовність до самостійного життя. Ця якість охоплює низку аспектів, таких як моральні установки, емоційна стійкість, адаптивні здібності та вміння ухвалювати відповідальні рішення.

Одним із ключових компонентів особистісної зрілості є здатність до самостійності та незалежності. Людина, яка досягла особистісної зрілості, здатна самостійно розв'язувати проблеми, ухвалювати рішення і брати на себе відповідальність за свої вчинки. Вона має внутрішню впевненість і готова до самостійного життя.

Крім того, особистісна зрілість містить у собі емоційну стабільність і вміння контролювати свої почуття та емоції. Емоційна зрілість дає змогу людині адекватно реагувати на стресові ситуації, не допускати зайвих емоційних сплесків і знаходити конструктивні способи вирішення конфліктів.

Також важливим аспектом особистісної зрілості є розвиток моральних установок і цінностей. Людина з високим рівнем особистісної зрілості має розвинене почуття справедливості, етичної відповідальності та поваги до оточуючих.

Нарешті, особистісна зрілість включає в себе вміння адаптуватися до мінливих умов і справлятися з життєвими викликами. Людина з розвинутою особистісною зрілістю готова до прийняття змін, уміє знаходити вихід із важких ситуацій і не боїться стикатися з невідомістю.

Для визначення ступеня переживання почуття провини була використана методика «Вимірювання почуття провини і сорому» (Test of Self-

Conscious Affect, TOSCA) Автор: Дж. Тангні (J. Tangney, 1989) Адаптація: І. А. Белік (2006)

Що вища оцінка за шкалою, то більш вираженою є схильність до переживання провини або сорому, до екстернальності, до позитивної оцінки себе і своєї поведінки.

1 Провина - дає змогу оцінити почуття провини, яке виникає внаслідок негативної оцінки людиною своєї поведінки.

2 Сором - дає змогу оцінити почуття сорому, що виникає внаслідок негативної оцінки людиною своєї особистості, себе загалом.

3 Екстернальність - звинувачення інших людей або зовнішніх обставин за наслідки своїх дій.

4 Відстороненість - дає змогу оцінити ступінь емоційної невключеності в ситуацію та наслідки.

5 Бета-гордість - дає змогу оцінити, наскільки людина в конкретних ситуаціях позитивно розглядає свою поведінку.

6 Альфа-гордість - дає змогу оцінити, наскільки людина в конкретних ситуаціях позитивно розглядає свою особистість загалом.

Опрацювання результатів емпіричного дослідження було проведено за допомогою методів математичної статистики.

Кореляційний аналіз (rПірсона) і для визначення відмінностей між вибірками - U-Манна-Уїтні, за допомогою програми IBM SPSS Statistics 29.

Висновки до другого розділу

У процесі проведення методологічного аспекту організації та проведення експериментального дослідження було сформовано ряд висновків. Відповідно до цього:

1. Обґрунтовано доцільність системного підходу до вивчення такого складного феномену як почуття провини. Описані основні складники, що впливають на переживання почуття провини в юнаків та дівчат. У процесі

дослідження було виявлено різноманітні чинники, що мають важливе значення для формування та прояву почуття провини в юнаків. Серед них можна виокремити як внутрішні, так і зовнішні чинники, які взаємодіють і впливають на цей емоційний стан. Внутрішні чинники включають особистісні особливості, які формуються в індивіда. Наприклад, рівень самооцінки, ступінь внутрішньої моральності, здатність до саморефлексії та рівень емоційної стійкості можуть впливати на сприйняття та реакцію на ситуації, що викликають почуття провини. Особливо важливою є роль моральних цінностей і внутрішнього конфлікту між ідеалами та реальними діями. Зовнішні чинники охоплюють широкий спектр впливів зовнішнього середовища, таких як сім'я, школа або університет, оточення однолітків і соціокультурні чинники. Наприклад, спосіб виховання в сім'ї, стиль спілкування з батьками та іншими авторитетними постатями, а також норми й очікування, які існують у суспільстві, можуть впливати на формування та прояв почуття провини в юнаків.

2 Визначено ключові характеристики та особливості прояву почуття провини у юнаків з урахуванням їхніх вікових особливостей, соціального контексту та індивідуальних особливостей особистості. Це дозволило отримати більш повне уявлення про сутність цього емоційного стану в юнацькому віці.

3 Охарактеризовано та обґрунтовано вплив різних чинників на формування та прояв почуття провини в юнаків. Дослідження показало, що цей процес залежить від різних факторів, які включають розвиток емоційної регуляції, соціокультурні особливості та індивідуальні характеристики особистості, а не тільки від вікових особливостей.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИВЧЕННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

3.1. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Діагностичним інструментарієм вивчення рівня сформованості особистісної зрілості є методика: "Тест особистісної зрілості Гільбуха" Гільбух, Ю.З.

Діагностичним інструментарієм вивчення ступеня переживання почуття провини є методика: «Вимірювання почуття провини і сорому» (Test of Self-Conscious Affect, TOSCA) Автор: Дж. Тангні (J. Tangney, 1989) Адаптація: І. А. Белік (2006)

В результаті проведення діагностики рівня сформованості особистісної зрілості серед юнаків за методикою "Тест особистісної зрілості Гільбуха" Гільбух, Ю.З. Було виявлено що 64% респондентів мають високий рівень сформованості особистісної зрілості 28% досліджуваних – середній та 8% осіб – низький рівень розвитку даного явища.

Кількісні показники прояву означеної характеристики подано в таблиці 3.1.1.

Таблиця 3.1.1.

Рівень сформованості особистісної зрілості

Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
68%	16%	16%

За отриманими даними, 68% респондентів мають високий рівень сформованості особистісної зрілості. Це може вказувати на те, що ці особи виявляють здатність до відповідальності, самоконтролю, вирішення конфліктів та вміння розуміти та приймати різноманітні ситуації з життя.

16% досліджуваних мають середній рівень особистісної зрілості. Це може означати, що ці особи виявляють деяку виразність якостей зрілості, але можуть мати недоліки у певних аспектах, таких як вирішення конфліктів або здатність до самоконтролю.

16% осіб мають низький рівень розвитку особистісної зрілості. Це може вказувати на те, що ці особи мають значні проблеми у різних аспектах особистісного розвитку, можуть бути недостатньо відповідальними, нестійкими у стресових ситуаціях та мають обмежені навички вирішення конфліктів.

В результаті проведення діагностики визначення ступеня переживання почуття провини серед дорослих (25) і юнаків (25) за методикою «Вимірювання почуття провини і сорому» (Test of Self-Conscious Affect, TOSCA) Автор: Дж. Тангні (J. Tangney, 1989) Адаптація: І. А. Белік (2006) Було виявлено що 40% респондентів дорослих і 36% юнаків мають високий рівень ступеня переживання почуття провини 52% досліджуваних дорослих і 60% юнаків – середній та 8% і 4% дорослих та юнаків – низький рівень розвитку даного явища.

Кількісні показники прояву означеної характеристики подано в таблиці №2 серед дорослих, в таблиці 3.1.2 серед юнаків.

Таблиця 3.1.2.

Ступінь переживання почуття провини

Дорослі		
Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
40%	52%	8%
Юнаки		
Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
36%	60%	4%

Отримані результати діагностики за методикою TOSCA свідчать про те, що як серед дорослих, так і серед юнаків існують схожі показники переживання почуття провини. Більше 40% дорослих та 36% юнаків мають високий рівень переживання цього почуття, що може означати їхню високу чутливість до моральних норм і внутрішніх конфліктів.

Далі, близько 52% дорослих та 60% юнаків показали середній рівень переживання провини. Це може вказувати на те, що вони досить свідомі своїх дій, але не завжди відчувають сильну вину за них. Нарешті, лише 8% дорослих і 4% юнаків мали низький рівень переживання почуття провини.

Аналізуючи отримані результати, можна зробити висновок, що рівень переживання почуття провини серед дорослих та юнаків виявився схожим. Це може свідчити про те, що фактори, що впливають на формування цього почуття, не суттєво залежать від вікових особливостей.

Далі ми порівнюємо залежність рівня особистісної зрілості зі ступенем переживання почуття провини серед юнаків (25 респондентів) за результатами методик: "Тест особистісної зрілості Гільбуха" і «TOSCA»

Таблиця №4 кореляції Пірсона, яка показує зв'язок між рівнем почуття провини і сорому, а також іншими аспектами особистості, такими як екстернальність, відстороненість, бета-гордість і альфа-гордість, із залежністю від особистісної зрілості. Значення коефіцієнтів кореляції варіюються від -1 до +1:

Почуття провини має позитивну кореляцію із залежністю від особистісної зрілості (коефіцієнт 0.229), що означає, що чим вищий рівень почуття провини, тим вищий рівень залежності від особистісної зрілості.

Почуття сорому також має негативну кореляцію із залежністю від особистісної зрілості (коефіцієнт -0.237), що вказує на те, що вищий рівень сорому пов'язаний із нижчою залежністю від особистісної зрілості.

Екстернальність має сильну позитивну кореляцію із залежністю від особистісної зрілості (коефіцієнт 0.91), що свідчить про те, що вищий рівень

екстернальності пов'язаний із вищим рівнем залежності від особистісної зрілості.

Відстороненість і бета-гордість мають слабку негативну кореляцію із залежністю від особистісної зрілості (коефіцієнти -0.075 і -0.118 відповідно), тоді як альфа-гордість показує слабку позитивну кореляцію (коефіцієнт 0.056).

Таблиця 3.1.3.

Шкала	Залежність від особистісної зрілості
Провина	0.229
Сором	-0.237
Екстернальність	0.91
Відстороненість	-0.075
Бета-гордість	-0.118
Альфа Гордість	0.056

У таблиці кореляції Пірсона подано дані, що показують зв'язок між низкою чинників, включно з почуттям провини і сорому, а також різними аспектами особистості, із залежністю від особистісної зрілості.

По-перше, якщо розглянути коефіцієнти кореляції, то видно, що є зв'язок між деякими аспектами особистості та залежністю від особистісної зрілості, але зв'язок між почуттям провини та сорому і залежністю від особистісної зрілості не є статистично значущим. Наприклад, коефіцієнт кореляції для почуття провини становить лише 0.229, а для сорому -0.237, що вказує на відсутність сильного зв'язку між цими емоціями та залежністю від особистісної зрілості.

Таким чином, на підставі наведених даних гіпотеза про більш зріле і конструктивне почуття провини у юнаків із вищим рівнем особистісної зрілості не підтверджується.

На наступному етапі нашого емпіричного дослідження ми провели порівняльний аналіз між групами дорослих і юнаків. Наша мета полягала у виявленні можливих відмінностей у рівні почуття провини і сорому. Ми припускали, що відмінності в рівні розвитку когнітивних та емоційних процесів можуть призвести до відмінностей у прояві почуття провини і сорому.

Таблиця 3.1.4.

Шкала	Дорослі	Юнаки	U Манна-Вітні
	Середнє знач.	Середнє знач.	
Провина	28.56	22.44	236
Сором	25.46	25.54	313,5
Екстернальність	24.86	26.14	328,5
Відстороненість	26.36	24.64	291
Бета-гордість	24.88	26.24	328
Альфа-Гордість	24.60	26.40	335

Представлені дані у Таблиці 3.1.4. показують середні значення оцінок за шкалами почуття провини, сорому та іншими аспектами особистості для двох груп: дорослих і юнаків. Крім того, представлено результати U-тесту Манна-Вітні, який використовується для порівняння значень між двома незалежними групами. Ось основні результати:

Провина: Середнє значення почуття провини у дорослих (28.56) вище, ніж у юнаків (22.44). Результат U-тесту Манна-Вітні (236,000) показує статистично значущу різницю між цими групами щодо почуття провини.

Сором: Середні значення почуття сорому приблизно рівні у дорослих (25.46) і юнаків (25.54), а результат U-тесту Манна-Вітні (313,500) не показує статистично значущих відмінностей між цими групами.

Екстернальність, Відстороненість, Бета-гордість та Альфа-Гордість: Середні значення цих аспектів особистості різняться між дорослими та юнаками, і в усіх випадках результати U-тесту Манна-Уїтні вказують на статистично значущі відмінності між групами.

На підставі отриманих даних, гіпотеза про те, що рівень переживання почуття провини у юнаків значно вищий, ніж у дорослих, не підтверджується. Фактично, середнє значення почуття провини у дорослих (28.56) виявилось вищим, ніж у юнаків (22.44). Результат U-тесту Манна-Уїтні (236) вказує на статистично значущу різницю між цими групами, підтверджуючи, що рівень почуття провини не тільки не вищий, а навіть нижчий у юнаків порівняно з дорослими. Таким чином, гіпотеза про більш виражене почуття провини у юнаків спростовується на основі наведених даних.

Гіпотеза 1: Щодо цієї гіпотези, яка припускає, що юнаки з більш високим рівнем особистісної зрілості можуть мати більш зріле і конструктивне почуття провини, результати дослідження не підтвердилися. Можливі пояснення включають таке:

Недостатня кількість вибірки: Дослідження могло охопити обмежену кількість учасників, що не дало змоги отримати достатньо репрезентативні дані для узагальнення результатів на широку популяцію. Більші дослідження, в яких би брало участь більше учасників, могли б дати більш надійні результати.

Недостатня чутливість методики вимірювання: Методики вимірювання рівня особистісної зрілості та почуття провини, що використовуються в дослідженні, могли бути недостатньо чутливими або незадовільно відображати справжній стан учасників дослідження.

Вплив інших чинників: Можливо, на рівень почуття провини могли впливати інші чинники, не враховані в перебігу дослідження, як-от соціокультурні особливості, сімейна та шкільна обстановка, індивідуальні характеристики учасників тощо.

Гіпотеза 2: Щодо гіпотези про вищий рівень почуття провини у юнаків порівняно з дорослими, також не підтвердилася. Можливі пояснення включають таке:

Відмінності в механізмах регуляції емоцій: Дорослі можуть мати більш розвинені механізми регуляції та контролю емоцій, що може знижувати рівень переживання почуття провини порівняно з юнаками.

Більша самовпевненість дорослих: Дорослі, з огляду на свій ширший життєвий досвід, можуть бути менш схильні до переживання почуття провини за свої дії, тому що вони можуть краще розуміти й оцінювати свої вчинки та їхні наслідки.

Культурні та соціальні чинники: Культурні норми і цінності, а також соціальне оточення можуть чинити значний вплив на рівень почуття провини, і відмінності в цих факторах можуть пояснювати відмінності в переживаннях почуття провини між юнаками і дорослими.

3.2. Практичні рекомендації юнакам щодо зниження рівня переживання почуття провини

Нижче наведено практичні рекомендації для юнаків щодо зниження рівня переживання почуття провини:

Самоспостереження і саморефлексія: Важливо вивчати свої власні дії, виявляти ситуації, що викликають почуття провини, і аналізувати їх. Розуміння власних мотивів і наслідків може допомогти знизити рівень провини.

Розвиток емоційної інтелігентності: Навчитися висловлювати свої емоції та вміти ефективно керувати ними. Це може включати в себе розмови з довіреними людьми, вивчення технік релаксації та медитації.

Встановлення реалістичних очікувань: Ставте собі реалістичні цілі та очікування. Пам'ятайте, що ніхто не ідеальний, і навіть помилки можуть бути важливими уроками на шляху до розвитку.

Вибір позитивних впливів: Отримуйте підтримку від позитивних джерел, таких як друзі, сім'я та вчителі. Уникайте оточення токсичних людей або ситуацій, які посилюють ваші почуття провини.

Використання досвіду для зростання: Замість того, щоб посилювати своє почуття провини через помилки, намагайтеся використовувати їх як можливість для вдосконалення себе і розвитку.

Робота над проблемами: Якщо є конкретні ситуації або звички, які викликають почуття провини, працюйте над ними. Це може включати в себе процес примирення або виправлення помилок, які ви зробили.

Проактивність у розв'язанні проблем: Замість того, щоб поглиблювати своє почуття провини, намагайтеся розв'язувати проблеми або виправляти помилки, які ви зробили. Приймайте конструктивні кроки для виправлення ситуації.

Підтримка професійного консультанта: У випадках, коли почуття провини стає значущим і заважає щоденному функціонуванню, важливо звернутися до професійного психолога або консультанта для отримання додаткової підтримки та порад.

Створення безпечного середовища для вираження емоцій: Дорослі повинні створювати відкриту атмосферу, в якій юнаки можуть вільно висловлювати свої емоції та почуття, знаходити підтримку і розуміння.

Поширення інформації про здорові стратегії копінгу: Навчання юнаків здорових способів управління стресом і важкими емоціями, таких як регулярна фізична активність, медитація, і участь у творчих або розважальних діяльностях.

Сприяння розвитку емоційної грамотності: Навчання юнаків розпізнавати і розуміти свої власні емоції, а також емоції інших людей, що сприяє поліпшенню міжособистісних стосунків і вирішенню конфліктів.

Підтримка розв'язання міжособистісних конфліктів: Надання можливостей для розв'язання конфліктів і вибудовування здорових

міжособистісних стосунків, що сприяє зниженню рівня відчуття провини внаслідок непорозумінь або конфліктів.

Залучення до соціально корисних дій: Сприяння участі юнаків у волонтерських або благодійних ініціативах може допомогти знизити почуття провини шляхом створення позитивного впливу на інших і спільноту загалом.

Сприяння розвитку самоприйняття: Допомога юнакам розвивати позитивне ставлення до себе, прийняття власних помилок як можливостей для зростання і вдосконалення, а не як джерела почуття провини.

Створення можливостей для відпочинку та релаксації: Забезпечення можливостей для відпочинку та релаксації допомагає юнакам краще керувати своїми емоціями та знижує ризик виникнення почуття провини внаслідок стресових ситуацій.

Висновки до третього розділу

У процесі проведення експериментального дослідження було сформовано ряд висновків. Відповідно до цього:

1 Було проведено аналіз отриманих результатів, де встановлено, що не було підтверджено гіпотезу про зв'язок між рівнем почуття провини та ступенем особистісної зрілості в юнаків і дорослих. Незважаючи на очікування, що особистості з вищим рівнем зрілості можуть виявляти більшу емоційну стійкість і управляти почуттям провини краще, отримані дані не підтвердили цю передбачувану залежність. Подальший аналіз вказує на те, що почуття провини може бути більш комплексним явищем, яке залежить від різних чинників, включно із соціальними, психологічними та культурними впливами.

Результати також не підтвердили гіпотезу про вищий рівень почуття провини у юнаків порівняно з дорослими. Хоча було припущено, що молодша вікова група може мати менш розвинені стратегії емоційної регуляції і, отже,

більше схильна до почуття провини, дослідження не виявило значної різниці в рівні цієї емоції між групами.

2 Інтерпретація результатів дає змогу констатувати, що складність феномена почуття провини зумовлена різноманітними чинниками, що включають, насамперед, розвиток емоційної регуляції в індивідуума та соціокультурні особливості його оточення. Отримані дані підкреслюють важливість урахування цих чинників при розгляді та поясненні почуття провини в різних вікових і соціокультурних контекстах. Зокрема, розвиток емоційної регуляції в молодших вікових групах може бути ключовим чинником у формуванні та прояві почуття провини, а соціокультурні особливості, як-от норми поведінки та соціальні очікування, можуть впливати на те, як і коли це почуття проявляється.

Ці результати також вказують на необхідність подальших досліджень для кращого розуміння механізмів формування і вираження почуття провини. Подальші дослідження можуть включати вивчення взаємозв'язку почуття провини з іншими аспектами емоційного і психологічного функціонування, такими як самосприйняття, взаємні стосунки і стратегії адаптації.

3 Розроблено практичні рекомендації юнакам щодо зниження рівня переживання почуття провини, які спрямовані на розвиток емоційної грамотності та роботу з психологами для вирішення конфліктів та підтримки в розвитку емоційних навичок.

ВИСНОВКИ

1 Роль провини в юнацькому віці: Проведене дослідження дало змогу розглянути ключові аспекти психологічних аспектів почуття провини у юнаків. Проведений теоретичний аналіз психологічних особливостей переживання почуття провини в юнацькому віці дозволив виявити ключові аспекти цього емоційного стану. Встановлено, що почуття провини виникає внаслідок усвідомлення власної відповідальності за дії, які суперечать моральним нормам і стандартам.

Значення дослідження: Отримані результати дослідження дають підставу для подальших наукових досліджень у сфері психології юнацького віку. Розуміння механізмів почуття провини може стати підґрунтям для розроблення ефективних психологічних програм підтримки та консультування молоді.

Перспективи подальших досліджень: На основі отриманих даних слід розглянути можливість проведення детальних досліджень з урахуванням індивідуальних характеристик особистості та впливу соціокультурних чинників на переживання почуття провини в юнацькому віці.

У даній дипломній роботі було розглянуто ключові аспекти психологічних досліджень, пов'язані з поняттям провини, а також її впливом на емоційний стан і поведінку юнаків. Під час роботи було вивчено різні теорії, як-от психоаналітичну та екзистенціальну, що стосуються походження і природи почуття провини.

2 Виходячи з аналізу теоретичної літератури, можна сформулювати узагальнене визначення почуття провини як емоційний стан, що виникає внаслідок усвідомлення власної відповідальності за скоєні дії чи бездіяльність, що суперечать нормам, цінностям чи очікуванням суспільства, оточуючих людей або самого індивіда. Це відчуття супроводжується самозвинуваченням за події, що відбулися або не відбулися, а також переконанням, що особа заслуговує на покарання або засудження. Почуття провини може бути

спровоковане конфліктом між ідеалами, за якими людина має діяти, та її реальними вчинками, і відображається в психологічному стані та поведінці індивіда.

3 Також було розглянуто результати емпіричних досліджень, проведених із використанням різних психологічних методик, таких як "Тест особистісної зрілості Гільбуха" Гільбух, Ю.З. и «Вимірювання почуття провини і сорому» (Test of Self-Conscious Affect, TOSCA) Автор: Дж. Тангні (J. Tangney, 1989) Адаптація: І. А. Белік (2006). Аналіз результатів показав, що хоча є певний зв'язок між рівнем особистісної зрілості та переживанням почуття провини, він не є єдиним чинником, що визначає це переживання. Було встановлено, що рівень провини в юнаків не завжди вищий, ніж у дорослих, що суперечить деяким уявленням. Це може вказувати на те, що рівень почуття провини залежить від різних чинників, таких як розвиток емоційної регуляції, соціокультурні особливості та індивідуальні характеристики особистості, а не тільки від віку.

4 Розроблені практичні рекомендації щодо переживання почуття провини в юнацькому віці базуються на отриманих даних і враховують складність цього емоційного процесу. Вони спрямовані на підтримку та консультування молоді, що допоможе їм краще розуміти та керувати своїми емоціями.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Анатова І.В., Диференційна характеристика типів переживання почуття провини // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. Вип 2. Т. 1., С. 13-20.
2. Анатова І.В., Методика діагностики неконструктивного переживання почуття вини // Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка; Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за заг ред. С.максименка, Л.Онуфрієвої. – Кам'янець-подільський: аксіома, 2015. Вип 30. С. 33-50.
3. Анатова І.В., типи переживання почуття провини особистості // Тенденції розвитку психології в Україні: історія та сучасність: Тези всеукраїнської наук.-практичної конференції, 25 вересня 2015р. С.7-10.
4. Балл Г.А. Концепція самоактуалізації личности в гуманістической психології. Донецк: Ровесник, 1993. 32 с.
5. Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості. Харків, 1996. 237 с.
6. Бех І. Д. Моральність особистості у психологічному ракурсі. Філософська і соціологічна думка. 1994. № 3, 4. С. 172-184.
7. Бех І. Д. Загартування особистості вчинком як освітня мета. Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал : матеріали звіт. наук.-практ. конф. Ін-ту проблем виховання НАПН України за 2017 р. Івано-Франківськ: НАІР, 2018. С. 7–20.
8. Будницька О.А. «Індивідуально-особистісні детермінанти емоційних переживань у психології травмуючи ситуацій». Дисертаційна робота. К., 2001 – 174 с.
9. Гуменюк О.Є. Психологія Я – концепції : [Монографія] // Психологія і суспільство. 2004. №2. С. 125-143.

10. Демиденко В. К. Совість: Навч.- метод. посіб. / Науково- методичний центр середньої освіти. К., 2000. 86с.
11. Кириленко Т. С. Психологія спорту. Регуляція психічних станів: Навчальний посібник / Інститут післядипломної освіти Київського національного ун-ту ім. Тараса Шевченка. К., 2002.
12. Кириленко Т.С. Виховання почуттів / Т.Кириленко [монографія]. К.: Політвидав України 1989. 93 с.
13. Кириленко Т.С. Емоційні переживання та цінності особистості : проблема співвідношення. // Вісник Київ. Ун-ту. Психологія. Соціологія. Педагогіка. 2004. № 20-21. вип.17. С. 24-27.
14. Кириленко Т.С. Пошук гармонії: емоційні переживання та стани особистості (вчинкові-орієнтований підхід) [монографія]. К.: Видавничо-орієнтований центр «Київський університет», 2004. 100с.
15. Кириленко Т.С. Суб'єктність емоційних переживань. // Вісник Київ. ун-ту. Психологія. Соціологія. Педагогіка. 2001. вип.12. С. 35-37.
16. Корольов Д.К. Структура, детермінанти та функції емоційно-оціночного ставлення до життя: автореф. дис. На здобуття наук. Ступеня канд. Психолог. Наук: спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». К., 2001. 18 с.
17. Лерш Ф. Розуміння особи у психології. // Гуманістична психологія. К., 2000 250 с.
18. Людина. Суб'єкт. Вчинок. Філософсько-психологічні студії / заг. ред. В.О. Татенка. К., 2006. 435 с.
19. Малаєва О. психологічні особливості схильності особистості до переживання почуття провини: дис. Канд.психол.наук: спец. 19.00 01 «загальна психології, історія психології», Одеса 2007, 285с.
20. Маноха І.П. Психологія потаємного «Я»: [монографія]. К.: Либідь, 2001. 356 с.

21. Павелків Р. В. Когнітивно-ціннісні та емоційні аспекти розвитку моральної сфери у молодшому шкільному віці. Психологія: реальність і перспективи. 2015. Вип. 5. С. 4-10.

22. Півень М. А. Структурні особливості емоційної зрілості особистості: дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук: 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Харків: НАУ імені М. Є. Жуковського «ХАІ», 2016. 244 с. URL [http://psychology.univer.kharkov.ua/16_17_doki/ Piven 03/Piven diss.pdf](http://psychology.univer.kharkov.ua/16_17_doki/Piven%2003/Piven%20diss.pdf)

23. Психологія внутрішнього світу / Упоряд. Т. Гончаренко. К.: Редакції загально педагогічних газет, 2003. 128 с.

24. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. М.: Изд-во АН СССР, 1957. – 328 с.

25. Софіна Л. Індивідуально психологічні відмінності переживання почуття провини дис. Канд.психол.наук: спец. 19.00 01 «загальна психології, історія психології», КНУШ, Київ, 2009, 175 с.

26. Софіна Л.В., Кириленко Т.С. Особливості зіставлення переживання почуття провини з емоційними переживаннями особистості // Актуальні проблеми психології / За редакцією: С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки. 2007. Т.1. Ч.19. С. 173-177.

27. Софіна Л.В. Аналіз дослідження характеристик почуття провини // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка. 2005. Т.7. Вип. 26. С. 309-315.

28. Уличний І.Л. Почуття провини та моральний розвиток особистості: психолого-педагогічні аспекти // Наукові записки, Серія: Педагогічні науки , Випуск 188 С. 155-160.

29. Франкл В. Доктор и душа. Логотерапия и экзистенциальный анализ. пер. с нем. Л.Б. Сумм, 2016. – 338 с. URL overead.ec/view_global.php?id=73483

30. Фройд З. Вступ до психоаналізу. К.: Основи, 1998. 204с.

31. Цалькова А.В. Почуття провини як один із аспектів розвитку особистості та її соціальної взаємодії // Науковий вісник Херсонського

державного університету. Серія : Психологічні науки, Вип. 1., том 2., 2014 С.79-83.

32. Чебикін О. Я. Становлення емоційної зрілості особистості: монографія. Одеса: ПНЦ АПН України, 2009. 238 с.

33. Штепа О. С. Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг. Монографія. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008. 210 с.

34. Cohen T. R., Panter A. T., Turan N. (2012). Guilt Proneness and Moral Character/Current Directions in Psychological Science, 21, 355-359. Retrieved from: <https://doi.org/10.1177%2F0963721412454874> [in English]

35. Miller, C. (2010). Guilt and helping. In A. Columbis (Ed.) Advances in Psychology Research: Vol. 68. Guilt and helping (pp. 117-138). Hauppauge, NY, USA: Nova Science Publishers. Retrieved from: <http://users.wfu.edu/millerc/Guilt.pdf> [in English]

36. Torstveit L., Sütterlin S., Lugo R. G. (2016). Empathy, Guilt Proneness, and Gender: Relati Contributions to Prosocial Behaviour / Europe's Journal of Psychology, 12(2), 260-270. Retrieved from: <https://doi.org/10.5964/ejop.v12i2,1097> [in English]

37. Ausubel D.P. Relationships between shame and guilt in socializing process. – Psychological Review, 1955.

38. Buber M. “Guilt and guilt feeling”, Psychiatry, 1957.

39. Eibl-eibesfeldt I. Love and hate: The natural history of behavior patterns. – New York, Holt, 1971.

40. Katz P.K., Ziegler P.K. Self-image disparity: A developmental approach. - Journal of Personality and Social Psychology, 1967, 186-195 p.

41. Keirsey, David & Bates, Marilyn. Please Understand Me. Character and Temperament Types. Gnoseology Books Ltd., 1984

42. Maslow A. Toward a psychology of being. – Princeton, N.J.: D. Van Nostrand, 1962.

43. May R., Angel E., and Ellenberger, eds. Existence. – New York: Basic Books, 1958.

44. Mowrer O.H. Learning theory and behavior. New York, John Wiley, 1960.
45. Mowrer O.H. The crisis in psychiatry and religion. - Princeton, NJ., Van Nostrand, 1962.
46. Parsons T., Bales R. Family, Socialization and Interaction Process. London, 1956.
47. Whiting J.W.M., Child I.L. Child training and personality. – New Haven, Yale University Press, 1953.
48. Unger J.M. On the development of guilt reactivity in the child. – Doctoral paper, Cornell University, 1962.
49. Shame and Guilt in Neurosis Hardcover – January 1, 1971
50. John Browning Dark Psychology Paperback – June 24, 2020
51. <http://www.coping.org/growth/guilt.htm>
52. <http://www.soon.org.uk/problems/guilt.htm>
53. <http://www.rationology.net>
54. <http://en.wikipedia.org/>
55. <http://www.naritsyn.ru/read/all/azbuka/vina.htm>
56. <http://www.effecton.ru/274.html>

ДОДАТКИ

Додаток А

Вимірювання почуття провини та сорому, TOSCA

бланк чоловічий | жіночий

1 – никогда не стал бы так делать – это абсолютно не характерно для меня

2 – маловероятно, но не исключено

3 – 50 x 50 – иногда так делаю, всё зависит от обстоятельств

4 – весьма вероятно, что так поступлю, подумаю, или почувствую

5 – всегда так делаю – это очень характерно для меня

1

Ваш друг хочет поделиться с вами чем-то важным для него, и вы договариваетесь о встрече в обеденный перерыв. Но только в 5 часов вы вспоминаете, что подвели друга.

а) Вы говорите себе: «Я к нему невнимателен».

2

Ваш друг хочет поделиться с вами чем-то важным для него, и вы договариваетесь о встрече в обеденный перерыв. Но только в 5 часов вы вспоминаете, что подвели друга.

б) Вы говорите себе: «Ну ничего – он всё поймет!»

3

Ваш друг хочет поделиться с вами чем-то важным для него, и вы договариваетесь о встрече в обеденный перерыв. Но только в 5 часов вы вспоминаете, что подвели друга.

в) Вы стараетесь как можно скорее объяснить и уладить недоразумение.

4

Ваш друг хочет поделиться с вами чем-то важным для него, и вы договариваетесь о встрече в обеденный перерыв. Но только в 5 часов

вы вспоминаете, что подвели друга.

г) Вы оправдываете себя, думая: «Мой начальник отвлек меня как раз перед обедом».

5

Находясь на своем рабочем месте, вы сломали ценный прибор или оборудование и, боясь показаться некомпетентным или неловким, вы пытаетесь скрыть это.

а) Вы думаете: «Эта ситуация неприятна и беспокоит меня. Мне следует починить сломанную вещь либо попросить кого-то другого, более компетентного, починить ее».

6

Находясь на своем рабочем месте, вы сломали ценный прибор или оборудование и, боясь показаться некомпетентным или неловким, вы пытаетесь скрыть это.

б) Вы начинаете думать об увольнении.

7

Находясь на своем рабочем месте, вы сломали ценный прибор или оборудование и, боясь показаться некомпетентным или неловким, вы пытаетесь скрыть это.

в) Вы говорите себе: «Какие непрочные вещи делают в наше время!»

8

Находясь на своем рабочем месте, вы сломали ценный прибор или оборудование и, боясь показаться некомпетентным или неловким, вы пытаетесь скрыть это.

г) Вы говорите себе: «Это всего лишь случайность!»

9

Вы проводите вечер в кругу друзей и чувствуете себя в этот вечер особенно привлекательным и остроумным. Супруга вашего приятеля относится к вам с нескрываемой симпатией.

а) Вы говорите себе: «Такой повышенный интерес ко мне со стороны супруги моего приятеля может расстроить моего приятеля».

10

Вы проводите вечер в кругу друзей и чувствуете себя в этот вечер особенно привлекательным и остроумным. Супруга вашего приятеля относится к вам с нескрываемой симпатией.

б) Вы чувствуете себя неотразимым во всех отношениях.

11

Вы проводите вечер в кругу друзей и чувствуете себя в этот вечер особенно привлекательным и остроумным. Супруга вашего приятеля относится к вам с нескрываемой симпатией.

в) Вы рады, что произвели такое неизгладимое впечатление.

12

Вы проводите вечер в кругу друзей и чувствуете себя в этот вечер особенно привлекательным и остроумным. Супруга вашего приятеля относится к вам с нескрываемой симпатией.

г) Вы говорите себе: «Моему приятелю следует больше уделять внимания».

13

Вы до последней минуты откладывали сдачу отчета о выполненной работе. В последний момент вы что-то пишете «на скорую руку», и в результате – ваш отчет выглядит из рук вон плохо.

а) Вы подвергаете сомнению собственную компетентность.

14

Вы до последней минуты откладывали сдачу отчета о выполненной работе. В последний момент вы что-то пишете «на скорую руку», и в результате – ваш отчет выглядит из рук вон плохо.

б) Вы думаете: «Почему в сутках только 24 часа?!»

15

Вы до последней минуты откладывали сдачу отчета о выполненной работе. В последний момент вы что-то пишете «на скорую руку», и в

результате – ваш отчет выглядит из рук вон плохо.

в) Вы говорите себе: «Мне следует „влепить“ выговор!»

16

Вы до последней минуты откладывали сдачу отчета о выполненной работе. В последний момент вы что-то пишете «на скорую руку», и в результате – ваш отчет выглядит из рук вон плохо.

г) Вы говорите себе: «Что сделано, то сделано!»

17

Вы допускаете серьезную ошибку на работе, что приводит к «провалу» целого проекта, над которым работала ваша организация. Но вдруг узнаете, что за «провал» руководство винит не вас, а вашего коллегу.

а) Вы думаете, что руководство почему-то недолюбливает вашего коллегу.

18

Вы допускаете серьезную ошибку на работе, что приводит к «провалу» целого проекта, над которым работала ваша организация. Но вдруг узнаете, что за «провал» руководство винит не вас, а вашего коллегу.

б) Вы говорите себе: «Жизнь – несправедливая штука!»

19

Вы допускаете серьезную ошибку на работе, что приводит к «провалу» целого проекта, над которым работала ваша организация. Но вдруг узнаете, что за «провал» руководство винит не вас, а вашего коллегу.

в) Вы помалкиваете и избегаете попавшего в «немилость» коллегу.

20

Вы допускаете серьезную ошибку на работе, что приводит к «провалу» целого проекта, над которым работала ваша организация. Но вдруг узнаете, что за «провал» руководство винит не вас, а вашего коллегу.

г) Неадекватность ситуации тяготит вас, и вы с готовностью вносите ясность, признавая себя ответственным за «провал».

21

Вам предстоит трудный телефонный разговор, от которого зависит очень многое. И вот уже несколько дней вы откладываете его. Наконец (всему приходит конец!) вы звоните, находите нужные слова и убеждаете своего собеседника в целесообразности вашей просьбы. В итоге – вопрос решен.

а) Вы говорите себе: «Оказывается, при необходимости я могу быть убедительным».

22

Вам предстоит трудный телефонный разговор, от которого зависит очень многое. И вот уже несколько дней вы откладываете его. Наконец (всему приходит конец!) вы звоните, находите нужные слова и убеждаете своего собеседника в целесообразности вашей просьбы. В итоге – вопрос решен.

б) Вы испытываете сожаление о том, что так долго откладывали этот трудный разговор, мучая себя и, возможно, других.

23

Вам предстоит трудный телефонный разговор, от которого зависит очень многое. И вот уже несколько дней вы откладываете его. Наконец (всему приходит конец!) вы звоните, находите нужные слова и убеждаете своего собеседника в целесообразности вашей просьбы. В итоге – вопрос решен.

в) Вы считаете себя трусом.

24

Вам предстоит трудный телефонный разговор, от которого зависит очень многое. И вот уже несколько дней вы откладываете его. Наконец (всему приходит конец!) вы звоните, находите нужные слова и убеждаете своего собеседника в целесообразности вашей просьбы. В итоге – вопрос решен.

г) Вы говорите себе: «Я молодец!»

25

Вам предстоит трудный телефонный разговор, от которого зависит очень многое. И вот уже несколько дней вы откладываете его. Наконец (всему приходит конец!) вы звоните, находите нужные слова и убеждаете своего собеседника в целесообразности вашей просьбы. В итоге – вопрос решен.

д) Вы думаете: «Как бы в дальнейшем избежать необходимости делать такие трудные для себя телефонные звонки?»

26

Вы решили сесть на диету, но, проходя мимо кондитерской и почувствовав чрезвычайно аппетитный запах, поддаетесь искушению и покупаете вкусную «венскую» булочку.

а) Вы говорите себе: «Сегодня я больше ничего уже не буду есть!»

27

Вы решили сесть на диету, но, проходя мимо кондитерской и почувствовав чрезвычайно аппетитный запах, поддаетесь искушению и покупаете вкусную «венскую» булочку.

б) Вы говорите себе, оправдывая собственное отступничество: «Всё этот запах! Я не мог пройти мимо!»

28

Вы решили сесть на диету, но, проходя мимо кондитерской и почувствовав чрезвычайно аппетитный запах, поддаетесь искушению и покупаете вкусную «венскую» булочку.

в) Вы испытываете к себе отвращение за отсутствие воли и потерю самоконтроля.

29

Вы решили сесть на диету, но, проходя мимо кондитерской и почувствовав чрезвычайно аппетитный запах, поддаетесь искушению и покупаете вкусную «венскую» булочку.

г) Вы говорите себе: «Только разочек! Разве это имеет такое уж большое значение?»

30

Во время отдыха на пляже вы играете в волейбол. Подаете мяч и попадаете в лицо товарищу по игре.

а) Вы испытываете неловкость за неумение хорошо играть.

31

Во время отдыха на пляже вы играете в волейбол. Подаете мяч и попадаете в лицо товарищу по игре.

б) Вы думаете, что «потерпевшему» следует поучиться играть.

32

Во время отдыха на пляже вы играете в волейбол. Подаете мяч и попадаете в лицо товарищу по игре.

в) Вы говорите себе: «Это всего лишь случайность!»

33

Во время отдыха на пляже вы играете в волейбол. Подаете мяч и попадаете в лицо товарищу по игре.

г) Вы извиняетесь и делаете всё, что в ваших силах, чтобы «потерпевшему» стало лучше.

34

Вы решили начать самостоятельную жизнь. К счастью, окружающие вас люди были добры и готовы помочь вам. Несколько раз вы вынуждены были брать деньги в долг и всякий раз при первой же возможности возвращали долг.

а) Вы испытываете неловкость за себя из-за отсутствия жизненного опыта и неумения самостоятельно решать жизненные проблемы.

35

Вы решили начать самостоятельную жизнь. К счастью, окружающие вас люди были добры и готовы помочь вам. Несколько раз вы вынуждены были брать деньги в долг и всякий раз при первой же возможности

возвращали долг.

б) Вы говорите себе: «Что-то мне не везет!»

36

Вы решили начать самостоятельную жизнь. К счастью, окружающие вас люди были добры и готовы помочь вам. Несколько раз вы вынуждены были брать деньги в долг и всякий раз при первой же возможности возвращали долг.

в) Вы одержимы идеей о возвращении долга в кратчайшие сроки.

37

Вы решили начать самостоятельную жизнь. К счастью, окружающие вас люди были добры и готовы помочь вам. Несколько раз вы вынуждены были брать деньги в долг и всякий раз при первой же возможности возвращали долг.

г) Вы говорите себе: «Мне можно доверять!»

38

Вы решили начать самостоятельную жизнь. К счастью, окружающие вас люди были добры и готовы помочь вам. Несколько раз вы вынуждены были брать деньги в долг и всякий раз при первой же возможности возвращали долг.

д) Вы гордитесь собой, потому что вы в состоянии возвращать долги.

39

Вы ведете машину и внезапно сбиваете подвернувшуюся неизвестно откуда на дороге кошку.

а) Вы говорите себе, (чертыхаясь): «Кошки вообще не должны находиться на дороге!»

40

Вы ведете машину и внезапно сбиваете подвернувшуюся неизвестно откуда на дороге кошку.

б) Вы говорите себе: «Какой я ужасный человек!»

41

Вы ведете машину и внезапно сбиваете подвернувшуюся неизвестно откуда на дороге кошку.

в) Вы говорите себе: «Это просто несчастное стечение обстоятельств!»

42

Вы ведете машину и внезапно сбиваете подвернувшуюся неизвестно откуда на дороге кошку.

г) Вы мысленно возвращаетесь снова и снова к этому случаю и задаетесь вопросом о том, могли бы вы избежать этого.

43

Вы выходите после сдачи экзамена (во время сессии или очередной аттестации на работе) с мыслью о том, что вы очень успешно справились с этим. Но вдруг выясняется, что ваш ответ оценили крайне плохо.

а) Вы говорите себе: «Это всего лишь экзамен!»

44

Вы выходите после сдачи экзамена (во время сессии или очередной аттестации на работе) с мыслью о том, что вы очень успешно справились с этим. Но вдруг выясняется, что ваш ответ оценили крайне плохо.

б) Вы говорите себе: «Экзаменатору я не понравился, и эта оценка – лишь отражение его явной антипатии ко мне».

45

Вы выходите после сдачи экзамена (во время сессии или очередной аттестации на работе) с мыслью о том, что вы очень успешно справились с этим. Но вдруг выясняется, что ваш ответ оценили крайне плохо.

в) Вы думаете, что вам следовало бы лучше готовиться к экзамену.

46

Вы выходите после сдачи экзамена (во время сессии или очередной аттестации на работе) с мыслью о том, что вы очень успешно справились с этим. Но вдруг выясняется, что ваш ответ оценили крайне плохо.

г) Вы чувствуете себя глупо.

47

Вы и ваши коллеги завершили весьма трудную для всех работу над проектом. Результат оценен очень высоко, но руководство почему-то решает поощрить денежной премией только вас.

а) Вы считаете руководство недалёковидным.

48

Вы и ваши коллеги завершили весьма трудную для всех работу над проектом. Результат оценен очень высоко, но руководство почему-то решает поощрить денежной премией только вас.

б) Вы испытываете одиночество и оторванность от коллектива.

49

Вы и ваши коллеги завершили весьма трудную для всех работу над проектом. Результат оценен очень высоко, но руководство почему-то решает поощрить денежной премией только вас.

в) Вы считаете, что ваш тяжелый труд оценен по достоинству.

50

Вы и ваши коллеги завершили весьма трудную для всех работу над проектом. Результат оценен очень высоко, но руководство почему-то решает поощрить денежной премией только вас.

г) Вы считаете себя успешным специалистом и гордитесь собой.

51

Вы и ваши коллеги завершили весьма трудную для всех работу над проектом. Результат оценен очень высоко, но руководство почему-то решает поощрить денежной премией только вас.

д) Вы считаете, что вам следует отказаться от денежного вознаграждения.

52

Во время одной из вечеринок вы позволяете себе бестактность и язвите в адрес отсутствующего в этот вечер приятеля.

а) Вы говорите себе: «Это просто ради смеха и совершенно безобидно!»

53

Во время одной из вечеринок вы позволяете себе бестактность и язвите в адрес отсутствующего в этот вечер приятеля.

б) Вы чувствуете себя ничтожеством и гнусным существом.

54

Во время одной из вечеринок вы позволяете себе бестактность и язвите в адрес отсутствующего в этот вечер приятеля.

в) Вы думаете, что если бы ваш приятель оказался на вечеринке, он смог бы постоять за себя.

55

Во время одной из вечеринок вы позволяете себе бестактность и язвите в адрес отсутствующего в этот вечер приятеля.

г) Вы извиняетесь и стараетесь подчеркнуть достоинства высмеянного вами приятеля.

56

Работая над очередным проектом, вы допускаете серьезную ошибку, за которую подверглись критике как со стороны вышестоящего начальства, так и со стороны подчиненных.

а) Вы считаете, что ваше руководство должно было более четко определить вашу задачу.

57

Работая над очередным проектом, вы допускаете серьезную ошибку, за которую подверглись критике как со стороны вышестоящего начальства, так и со стороны подчиненных.

б) Вы испытываете желание сбежать и спрятаться.

58

Работая над очередным проектом, вы допускаете серьезную ошибку, за которую подверглись критике как со стороны вышестоящего начальства, так и со стороны подчиненных.

в) Вы считаете, что вам следовало бы лучше разобраться в проблеме и надлежащим образом выполнить задание.

59

Работая над очередным проектом, вы допускаете серьезную ошибку, за которую подверглись критике как со стороны вышестоящего начальства, так и со стороны подчиненных.

г) Вы говорите себе: «Каждый может ошибиться!»

60

Вы откликнулись на просьбу о помощи в организации праздника для детей-сирот одного из детских домов. Как оказалось, на это потребовалось масса вашего времени и энергии. Вы не раз жалели о том, что вообще взялись за это, и подумывали о том, как бы это «забросить». В итоге праздник состоялся – и вы стали свидетелем счастливых улыбок на лицах детей.

а) Вы чувствуете себя эгоистом и вообще лентяем.

61

Вы откликнулись на просьбу о помощи в организации праздника для детей-сирот одного из детских домов. Как оказалось, на это потребовалось масса вашего времени и энергии. Вы не раз жалели о том, что вообще взялись за это, и подумывали о том, как бы это «забросить». В итоге праздник состоялся – и вы стали свидетелем счастливых улыбок на лицах детей.

б) Вы считаете, что вас втянули во что-то, чем вы вообще не желали бы заниматься.

62

Вы откликнулись на просьбу о помощи в организации праздника для детей-сирот одного из детских домов. Как оказалось, на это потребовалось масса вашего времени и энергии. Вы не раз жалели о том, что вообще взялись за это, и подумывали о том, как бы это «забросить». В итоге праздник состоялся – и вы стали свидетелем счастливых улыбок на лицах детей.

в) Вы считаете, что вам следует задумываться над проблемами тех, кому в этой жизни не очень-то повезло.

63

Вы откликнулись на просьбу о помощи в организации праздника для детей-сирот одного из детских домов. Как оказалось, на это потребовалось масса вашего времени и энергии. Вы не раз жалели о том, что вообще взялись за это, и подумывали о том, как бы это «забросить». В итоге праздник состоялся – и вы стали свидетелем счастливых улыбок на лицах детей.

г) Вы считаете, это замечательно, что вы кому-то, хоть немного, помогли.

64

Вы откликнулись на просьбу о помощи в организации праздника для детей-сирот одного из детских домов. Как оказалось, на это потребовалось масса вашего времени и энергии. Вы не раз жалели о том, что вообще взялись за это, и подумывали о том, как бы это «забросить». В итоге праздник состоялся – и вы стали свидетелем счастливых улыбок на лицах детей.

д) Вы испытываете крайнее удовлетворение от себя и своей работы.

Додаток Б

Тест-опитувальник особистісної зрілості

бланк чоловічий | жіночий

1. Манера, в котрій більшість моїх учителів (руководителів) звертаються до мене, така, що вони:

- а) намагаються постійними придирками зробити мою життя нещасливою;
- б) проявляють тенденцію критикувати мене всюди, де тільки можуть;
- в) безрадісні до мене до тих пор, поки я підкоряюсь встановленим їм правилам і виконую роботу задовільно;
- г) недостатньо вимогливі до моєї роботи;
- д) мало винагороджують мене за мою добросовісність;
- е) порицають мене за помилки і винагороджують, коли я цього заслуговую;
- ж) не можу відповісти на це питання.

2. Граючи в шахи, шашки, в інші ігри, я звичайно при програнні реагую:

- а) тим, що намагаюсь з'ясувати причини невдачі, щоб удосконалити свої вміння;
- б) захопленням перед досконалістю майстерства суперника, причому це почуття «забуває» всі інші переживання;
- в) переживанням почуття своєї некомпетентності по відношенню до суперника;
- г) усвідомленням того, що хоча я перемагаю багатьох в інших речах і, відповідно, при бажанні зможу досягти успіху і в цій грі;
- д) усвідомленням відносної незначимості поразки або перемоги в такого роду іграх, а також швидким забуванням того, що сталося;
- е) рішучістю во що б це ні стало досягти реваншу;
- ж) не можу відповісти на це питання.

3. Будучи змушеним відмовитися від якого-небудь плану або яких-небудь претензій (наприклад, виграти на олімпіаді, вступити в ВНУ, багатіти, стати найкращим учнем класу, потрапити в групу учнів,

отправляющихся в заграничную экскурсию, вступить в брак с определенным лицом и т. п.), я нахожу, что я:

- а) буду несчастным до конца жизни;
- б) имею столько других интересов, что скоро найду что-либо взамен;
- в) полон решимости добиться осуществления своего любой ценой, даже если на это уйдет вся оставшаяся жизнь;
- г) пытаюсь извлечь из неудачи как можно больше жизненных уроков;
- д) ни на что лучшее не мог надеяться;
- е) буду несчастлив в течение какого-то времени, но преодолею это состояние;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

4. Степень, в какой люди мне нравятся по своему характеру:

- а) либо очень высокая, либо нулевая;
- б) при первом знакомстве люди могут мне нравиться, но не настолько, чтобы я сразу захотел стать их лучшим другом;
- в) каждый человек как будто нравится мне при первой встрече, но потом я часто разочаровываюсь;
- г) люди нравятся мне только в том случае, если я знаю их очень хорошо;
- д) мне не нравится никто;
- е) многие люди в некоторой степени мне нравятся;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

5. Я склонен сообщать о своих неудачах, провалах или неспособностях малознакомым людям следующим образом:

- а) рассказываю о них, когда кажется, что это вызывает у кого-то искренний интерес;
- б) вскользь рассказываю о своих неудачах и только тогда, когда это уместно по ходу разговора;
- в) иногда упоминаю о своих неудачах с целью излить душу и вызвать сочувствие собеседника;

г) как правило, не упоминаю о своих неудачах, чтобы не создавать проблем для собеседника;

д) часто не могу удержаться от желания пожаловаться на свои неудачи;

е) свои неудачи стараюсь изобразить как успехи;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

6. Люди, чье мнение отличается от моего:

а) иногда оказываются правы;

б) обычно являются достаточно подготовленными и потому уверенными в себе;

в) просто недостаточно образованны;

г) находят для себя удовлетворение в том, что имеют собственное мнение;

д) высказывают другой взгляд на данный вопрос из чувства противоречия;

е) нередко превосходят меня в компетентности или в интеллектуальном отношении;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

7. Я предпочитаю иметь в игре или в соревновании такого противника, который:

а) является мастером и превосходит меня, так как в этом случае у меня будет больше шансов усовершенствовать свои умения;

б) несколько превосходит меня, в этом случае испытание больше стимулирует меня;

в) является равным мне по силе, в этом случае оба противника показывают свой максимум и имеют равные шансы одержать победу;

г) слабее меня и я знаю, что смогу у него выиграть;

д) будет сам стараться, чтобы я выиграл и сохранил веру в свои силы;

е) несколько слабее, и у меня будет шанс выиграть;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

8. Для меня жизнь стоит чего-либо лишь в той степени, в какой я могу:

а) добиваться своих успехов во всех своих начинаниях;
б) полностью реализовать свой творческий потенциал;
в) получать в свое распоряжение все необходимые материальные блага в готовом виде заниматься лишь хобби;

г) иметь возможность добывать средства для своего собственного развития;

д) иметь возможность сравнительно спокойной жизни;

е) вести обеспеченный, безмятежный образ жизни;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

9. Моя тенденция дискутировать с одноклассниками состоит в том, что:

а) мне трудно удержаться от спора по любому поводу;

б) обычно я участвую в дискуссиях, если тема меня интересует;

в) я редко спорю с кем бы то ни было, так как обычно диспутанты стремятся не к истине, а к признанию своей точки зрения;

г) не люблю втягиваться в дискуссии из-за их сумбурности;

д) не люблю дискуссии, так как редко выхожу из них победителем;

е) избегаю участвовать в дискуссиях из-за своей робости;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

10. Когда кто либо из членов моей семьи критикует меня, то моя обычная реакция заключается в том, чтобы:

а) проанализировать причины и мотивы критики;

б) поинтересоваться у автора критики ее основания и учесть их в своих последующих действиях;

в) ничего не сказать, забыть о ней;

г) при случае самому подвергнуть оппонента критике;

д) при уверенности в своей правоте защитить себя;

е) ничего не сказав, занять против критика «зуб»;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

11. В своих попытках добиться успехов в жизни я полагаюсь в первую очередь на:

- а) помощь семьи, родителей;
- б) собственные усилия и настойчивость;
- в) отсутствие могущественных врагов;
- г) везение;
- д) наличие влиятельных знакомых;
- е) наличие верных друзей
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

12. В отношении доверия к людям я придерживаюсь того принципа, что:

- а) нужно людям доверять, но при этом всех без исключения проверять;
- б) доверять нельзя никому, даже самому себе;
- в) в какой-то степени доверять нужно каждому человеку;
- г) все зависит от конкретного человека: с одним можно доверять полностью, другим – ни на йоту;
- д) люди обычно не оправдывают вашего доверия;
- е) чрезмерная доверчивость – мой самый большой грех;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

13. Моя реакция на мысль о собственной смерти состоит:

- а) в сильном отталкивании этой мысли;
- б) в том, что я часто думаю о смерти и мечтаю, чтобы она была мгновенной;
- в) в том, что я принимаю это как данность в качестве конечной неизбежности и часто об этом не думаю;
- г) в том, что я часто об этом размышляю, мечтаю иметь сильную волю для достойной встречи со смертью;
- д) в том, что я боюсь смерти, но не часто говорю об этом другим;
- е) я думаю о смерти и страшусь ее лишь под непосредственным впечатлением от известия о чьей-то смерти;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

14. Степень, в какой я пытаюсь произвести благоприятное впечатление на других людей, выражается в том, что я:

а) строю на этот счет определенные планы и посвящаю этому много времени;

б) редко заранее планирую делать это, но если представляется возможность, пытаюсь произвести хорошее впечатление;

в) посвящаю этому мало времени;

г) не люблю эту тенденцию в других и никогда не делаю этого сам;

д) очень глубоко и долго страдаю, если оказывается, что обо мне сложилось неблагоприятное впечатление среди уважаемых мною людей;

е) испытываю приятное чувство, если оказывается, что обо мне сложилось благоприятное впечатление;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

15. Сталкиваясь с необычной проблемой в личных делах, я:

а) никогда не колеблюсь сразу же обратиться за помощью к кому-либо, кто знает об этом больше, чем я;

б) если есть возможность, сразу же прошу кого-либо из друзей помочь мне;

в) очень редко беспокою кого-либо из друзей просьбой помочь мне;

г) никогда не обращаюсь за помощью к посторонним;

д) прилагаю все усилия для ее решения, прежде чем обращусь к кому-либо за помощью;

е) после некоторых колебаний обращаюсь к друзьям за помощью;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

16. Мое отношение к родственникам и друзьям таково, что я:

а) ценю тех из них, которые являются для меня близкими по своим духовным интересам;

б) ценю тех из них, которые стимулируют меня в интеллектуальном отношении;

в) мне требуется больше друзей и родственников, чем я имею в настоящее время;

г) то количество друзей и родственников, которое я сейчас имею, мне достаточно;

д) они не являются необходимым для моего счастья;

е) ценю тех из них, которые, как и я, интересуются в основном материальными вещами

ж) не могу ответить на этот вопрос.

17. Когда какой-либо член моей семьи несправедливо, как мне кажется, критикует меня или просто придирается ко мне, моей обычной реакцией является:

а) негодовать, но ничего не говорить;

б) поддерживать мир в семье, соглашаясь с критиком и улещивая его;

в) ничего не говорить, но попытаться позже свести счеты;

г) пытаться понять, почему меня критикуют, и, проявляя выдержку достойно защитить себя;

д) не принимать услышанное близко к сердцу, так как со временем все образуется;

е) рассердившись, вступить в спор;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

18. Способ, каким я реагирую на религию, состоит в том, что я:

а) не нуждаюсь ни в какой религии: но, думаю, что для большинства людей она необходима;

б) читаю и провожу наблюдения в связи с разными религиями и в результате со временем решу для себя этот вопрос;

в) занимаюсь изобретением собственной религии, которая, как я надеюсь, со временем будет меня удовлетворять;

г) имею религию, которая меня удовлетворяет;

д) считаю религию моих родителей наиболее подходящей для меня;

е) принимаю религию моих родителей, хотя она меня и не удовлетворяет;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

19. Степень, в какой я читаю и изучаю информацию о социально-политических и экономических изменениях в других странах, выражается в том, что я:

а) совершенно не интересуюсь этой информацией;

б) слишком занят решением собственных проблем, чтобы много думать о проблемах, существующих в других частях мира;

в) делаю это в очень редких случаях и по случайным поводам;

г) проявляю к ней интерес в минимальной степени;

д) делаю это с удовольствием, но без каких-либо конкретных выводов для своей страны;

е) стремлюсь изучать условия в других частях мира, чтобы сопоставлять с ними положение в собственной стране и мечтать о его улучшении;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

20. Будучи вынужденным к публичному выступлению, я нахожу, что:

а) это чрезвычайно трудно и вызывает у меня смущение и заикание;

б) это трудно, но я могу владеть собой без заметных признаков смущения;

в) это чрезвычайно трудно, но поскольку под вопросом мое самоуважение, не стараюсь уклониться;

г) обычно я могу говорить без особых усилий;

д) я часто испытываю удовольствие, высказываясь публично;

е) это трудно, поскольку я не испытываю уверенности в благожелательности аудитории;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

21. Степень, в какой я читаю и изучаю информацию о социально-политических и экономических изменениях в родной стране, выражается в том, что я:

- а) читаю много относящегося к этой теме, так как меня глубоко волнуют события, происходящие в нашем обществе;
- б) читаю такую информацию только тогда, когда больше нечего читать или когда я это должен делать;
- в) читаю такую информацию сравнительно регулярно;
- г) считаю это занятие бессмысленным, так как простой человек все равно ни на что повлиять не может;
- д) читаю такую информацию только для того, чтобы при случае быть в состоянии принять участие в ее обсуждении;
- е) глубоко равнодушен ко всему, что выходит за пределы моих личных дел;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

22. Моя реакция на положительную публикацию в прессе моего имени или имени кого-либо из моих родных и близких состоит в том, что я:

- а) испытываю сильное удовольствие и часто с гордостью показываю соответствующее место своим друзьям и знакомым;
- б) внутренне испытываю приятное чувство, но стойко удерживаюсь от каких-либо его выражений;
- в) при виде своего имени в печати не испытываю радостного волнения, так как понимаю ничтожность этого события;
- г) в первый момент испытываю приятное чувство, но тут же забываю об этом событии;
- д) испытываю приятное чувство, хотя и считаю, что это проявление душевного тщеславия;
- е) в течение некоторого времени испытываю приятное чувство, о котором могу сдержанно рассказать близким и друзьям;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

23. Мое отношение к предзнаменованиям, приметам, предчувствиям и т. п. состоит в том, что:

а) в своем жизненном опыте я убедился, что они почти всегда указывают на успех или неудачу в какой-либо деятельности;

б) они обычно предвещают успех или неудачу в какой-либо деятельности;

в) я не могу решить, является ли это случайностью или же они действительно предвещают определенные события;

г) я не верю, что они предвещают что-либо для кого-либо и поэтому не запоминаю их;

д) я понимаю, что они ложны, но ловлю себя на внимании к ним;

е) борясь с их влиянием на меня, действую им наперекор;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

24. Степень моей активности в классе характеризуется одним из следующих вариантов:

а) всегда стремлюсь играть ведущую роль в дискуссиях;

б) иногда втягиваюсь в дискуссию, не будучи достаточно компетентным в обсуждаемом вопросе;

в) не принимаю участия в дискуссиях, если не уверен в истинности и ценности того, о чем собираюсь сказать;

г) никогда не принимаю участия в дискуссии, так как не верю в их полезность;

д) принимаю участие, если нужно поддержать дискуссию, но не руководить ею;

е) всегда принимаю участие в дискуссиях, хотя и не стремлюсь к лидерству;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

25. Степень, в какой я обращаюсь к прорицателям, заключается в том, что они:

- а) могут быть полезны, только когда сталкиваешься с серьезной проблемой и не знаешь, какое принять решение;
- б) иногда можно обратиться к ним – когда знаешь, что друзья тоже собираются это сделать (ради развлечения);
- в) заслуживают того, чтобы консультироваться у них при каждой возможности;
- г) никогда не следует их посещать, потому что они жулики;
- д) обладают удивительной интуицией, позволяющей им иногда правильно предсказать судьбу человека;
- е) неплохие психологи;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

26. Степень, в какой я иду на финансовый риск, заключается в том, что я:

- а) часто иду на значительный риск, так как если выигрываю, я выигрываю много;
- б) иду на серьезный риск только тогда, когда баланс явно в мою пользу;
- в) не допускаю серьезного риска и в случае проигрыша не поддаюсь никакому азарту;
- г) использую небольшие шансы, так как при этих условиях в случае проигрыша могу продолжать свои попытки;
- д) не полагаюсь ни на какие случаи, предпочитаю иметь стопроцентную гарантию;
- е) не могу жить без постоянного риска;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

27. Мое отношение к миру в целом состоит в том, что:

- а) он преисполнен зла и я не жду от него ничего радостного;
- б) он имеет много соблазнов, так что трудно кому-либо остаться безгрешным, но все равно стремиться к этому надо;

в) мир представляет собой интересную панораму, я стремлюсь использовать свои силы для его усовершенствования;

г) мир может быть хорошим, если жизнь людей будет исполнена достоинства и подлинной доброты, нужно посвящать этому все силы;

д) я живу только раз, поэтому намерен наслаждаться жизнью, а не мечтать о благе всего человечества;

е) я являюсь частью мира, хорош он или плох, поэтому принимаю его таким, какой он есть;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

28. Учитывая, что каждый хочет иметь много денег для удовлетворения своих потребностей, я так же хочу больше денег для того, чтобы:

а) жить, ни в чем себе не отказывая, иметь лучший дом, лучший автомобиль, много красивой и модной одежды и т. п.

б) осуществить свои жизненные планы, такие, как усовершенствование своего бизнеса или профессиональных способностей, получение высококачественного образования и т. п.;

в) иметь возможность покупать лотерейные билеты, жетоны для игровых автоматов и т. п.;

г) иметь возможность помогать родственникам и близким людям, которые нуждаются;

д) застраховать свою жизнь;

е) чтобы у меня была возможность делать то, что захочу;

ж) не могу ответить на этот вопрос.

29. При чтении ежедневных газет мое отношение к материалам, касающимся моей будущей профессии, заключается в том, что:

а) всегда внимательно прочитываю такие материалы;

б) читаю только те материалы, которые мне интересны;

в) очень редко читаю что-либо о своей профессии, мне хватает того, что имею на работе;

г) редко читаю материалы о своей профессии;

- д) не читаю такие материалы, ибо они мне скучны;
- е) ненавижу такие материалы, так как не люблю свою профессию;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

30. Как бы вы поступили, если бы начальство настойчиво стало предлагать вам пост, для занятия которого у вас, как вы сами понимаете, нет достаточных данных, но который вам очень хотелось бы занять:

- а) решительно отказались бы, ссылаясь на неадекватность (несоответствие) вашей кандидатуры;
- б) согласились бы из опасения вызвать своим отказом недовольство;
- в) согласились бы, но только с условием, что будет предоставлен длительный испытательный срок, за время которого вы приложите максимальные усилия для восполнения имеющихся пробелов;
- г) сразу согласились бы, действуя по принципу «не святые горшки лепят!»;
- д) согласились бы после некоторых колебаний, исходя из того, что люди, занимающие подобные посты, несколько не лучше вас;
- е) согласились бы, но только временно исполняющим обязанности, – чтобы как-то помочь делу;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

31. В доме отдыха вы жили в одном номере с человеком, с которым у вас оказалось много общего. Расставаясь, обменялись номерами телефонов. Какова вероятность того, что в дальнейшем вы первым попытаетесь возобновить контакты:

- а) 100%;
- б) 80%;
- в) 60%;
- г) 40%;
- д) 20%;
- е) 0%;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

32. Если бы у вас была для этого неограниченная возможность, то как часто вы встречались бы для сокровенных бесед со своими близкими друзьями, интересуясь их проблемами, намерениями:

- а) ежедневно;
- б) примерно 3 раза в неделю;
- в) примерно 2 раза в неделю;
- г) 1 раз в неделю;
- д) 1 раз в 2 недели;
- е) 1 раз в месяц;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

33. Как бы вы повели себя в ситуации безответной любви при наличии счастливого соперника, в достоинствах которого вы, однако, сильно сомневаетесь:

- а) предоставили бы эту пару самому себе и постарались как можно скорее погасить свое чувство, ища замену среди других девушек;
- б) приложили бы все силы для дискредитации конкурента в глазах вашей избранницы;
- в) сохраняли бы и не скрывали свое чувство, но, держась с достоинством никак его не навязывали бы;
- г) согласились бы с ролью преданного друга, которому ваша избранница жалуется на то, что ей не отвечают взаимностью (делали бы это в надежде на ее прозрение);
- д) постарались бы стать для этой пары преданным другом, чтобы иметь возможность чаще встречаться с предметом своей любви;
- е) молча и бессильно страдали бы от горя в своем отвержении;
- ж) не могу ответить на этот вопрос.

АНОТАЦІЯ

Перов А.Д. Психологічні особливості переживання почуття провини в юнацькому віці. – Кваліфікаційна робота бакалавра з психології.

Мета: Дослідження психологічних особливостей почуття провини

Гіпотеза 1 полягає в тому, що юнаки з більш високим рівнем особистісної зрілості можуть мати більш зріле та конструктивне почуття провини, що проявляється в адекватнішій реакції на ситуації, які викликають ці емоції.

Гіпотеза 2: Рівень переживання почуття провини у юнаків значно вищий, ніж у дорослих.

Об'єкт дослідження: Психологічні процеси в юнацькому віці.

Предмет дослідження: Переживання почуття провини у юнаків та його психологічні особливості.

У першому розділі досліджується теоретичний аналіз психологічних аспектів переживання почуття провини в юнацькому віці. Розділ розглядає ключові теоретичні підходи до вивчення цього явища, включно з роботами провідних психологів і вчених, які досліджували психічні процеси та емоційний розвиток юнаків. Особлива увага приділяється вивченню ролі супер-его за психоаналітичною теорією Фрейда, концепцій Гелен Блок Льюїс та екзистенціалістичних підходів до розуміння провини.

У другому розділі проводиться аналіз результатів емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення переживання почуття провини серед юнаків. У дослідженні брали участь 50 респондентів, з яких половина складалася з юнаків віком від 15 до 18 років, а інша половина - дорослих віком від 35 до 45 років. Здійснюється порівняльний аналіз між юнаками та дорослими щодо інтенсивності та характеру переживання вини.

Ключові слова: Переживання провини, юнаки, дорослі, емпіричне дослідження, соціальний статус, сімейне середовище, особистісні риси, почуття провини.

ANNOTATION

Perov A.D. Psychological peculiarities of experiencing guilt in adolescence - Bachelor's thesis in psychology.

Objective: To study the psychological characteristics of guilt.

Hypothesis 1 is that adolescents with a higher level of personal maturity may have a more mature and constructive sense of guilt, which is manifested in a more adequate response to situations that cause these emotions.

Hypothesis 2: The level of guilt experience in adolescents is significantly higher than in adults.

Object of study: Psychological processes in adolescence.

Subject of the study: The experience of guilt in adolescents and its psychological characteristics.

The first chapter examines the theoretical analysis of the psychological aspects of the experience of guilt in adolescence. The chapter examines key theoretical approaches to the study of this phenomenon, including the works of leading psychologists and scientists who have studied the mental processes and emotional development of adolescents. Particular attention is paid to the role of the superego according to Freud's psychoanalytic theory, Helen Block Lewis's concepts, and existentialist approaches to understanding guilt.

The second section analyses the results of an empirical study aimed at exploring the experience of guilt among adolescents. The study involved 50 respondents, half of whom were adolescents aged 15 to 18, and the other half were adults aged 35 to 45. A comparative analysis is made between adolescents and adults in terms of the intensity and nature of guilt.

Key words: Guilt, adolescents, adults, empirical research, social status, family environment, personality traits, guilt.