

Перспективи подальших досліджень. Організувати та провести експериментальне дослідження психологічних особливостей впливу особистісного оптимізму на навчальну успішність студентів.

Список використаної літератури:

1. Бандура, А. (2001). Соціально-когнітивна теорія *Личность: теории, эксперименты, упражнения*. СПб.: Прайм ЕВРОЗНАК, 864 [російською мовою].
2. Венгер, А. Л. (1994). Структура психологічного синдрому *Вопр. Психол.* 4. 82-92 [російською мовою].
3. Heider, F. (1958). The Psychology of Interpersonal Relation 283 [англійською мовою].
4. Kelley, H. H. (1967). Attribution Theory in Social Psychology *Nebraska Symposium on Motivation. Lincoln, NE: University of Nebraska Press.* 192-238. [англійською мовою].
5. Kelley, H. H. (1967). Attribution Theory in Social Psychology *Nebraska Symposium on Motivation. Lincoln, NE: University of Nebraska Press.* 192-238 [англійською мовою].

**ФЕНОМЕН ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА
ПРОБЛЕМА**

УДК 159.942

Яловська Яна Вікторівна,
*студентка спеціальності 053 «Психологія»
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*

Анотація. У статті розглядаються особливості регуляції морально-соціальної поведінки особистості, зокрема роль почуття провини. Описано структуру переживання почуття провини як психологічної проблеми.

Ключові слова: почуття провини, сумління, переживання почуття провини, моральні почуття, структура почуття провини, незадоволеність самим собою.

Актуальність дослідження. Численними є запити клієнтів до практичних психологів із приводу важкого переживання провини, що супроводжуються відчуттями пригнічення та розчарування у собі, унаслідок планування або вчинення по відношенню до інших людей дій, які не відповідають цінностям особистості. У психологічній літературі зустрічається феномен «токсичної провини».

Короткий аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми. За останній час вивченням феномену почуття провини займалися вітчизняні дослідники, а саме: І. В. Ананова виділила особливості переживання почуття провини та типологію переживання почуття провини; О. С. Іванченко вивчала ірраціональну дезапативну провину; О. Л. Малєєва досліджувала схильність особистості до переживання почуття провини; Л. В. Софіна розкрила індивідуально-психологічні відмінності у переживанні почуття провини; О. В. Царькова описала трансформацію почуття провини батьками, чиї діти мають обмежені можливості здоров'я. І. А. Белік, досліджувала почуття провини у зв'язку із особливостями розвитку особистості, Є. П. Ільїн, розглядав почуття провини через призму сумління, та інші.

Мета наукової публікації. На основі теоретичного аналізу вітчизняної та зарубіжної літератури уточнити поняття та структуру почуття провини.

Завдання статті:

- 1) Операційноаналізувати «почуття провини»;
- 2) охарактеризувати зв'язок почуття провини з іншими моральними емоційними явищами.

Методи та методики дослідження. Для вирішення поставлених завдань було використано комплекс теоретичних методів: аналіз, синтез, та узагальнення наукової лутератури.

Виклад основного матеріалу дослідження. Поняття «провина» широко використовується у різних аспектах соціальних відносин, таких як правові та релігійні. Як приклад, розвиток релігійних вірувань базується на переживаннях особою почуття провини як позитивного явища.

У центрі християнської релігії розглядається поняття «першородний гріх», від якого походить «гріховність» фізичного тіла та заохочується переживання особою почуття провини як можливого шляху для «очищення» від гріхів перед Богом.

Якщо розглядати провину як певне емоційне явище, то стає можливим відслідкувати зв'язок між самооцінкою відповідності свого діяння та соціальними чи моральними нормами, встановленими у суспільстві чи в оточенні особистості.

В англomовній літературі такі емоційні явища мають назву «self-conscious emotions», тобто емоції самоусвідомлення. Також можна знайти назву «моральні або соціальні емоції», до яких разом із збентеженням, гордістю, ревностями, співпереживанням, пихатістю та соромом, відноситься й провина. Такі емоції мають більш складнішу структуру, ніж такі базові емоції як щастя чи сум, оскільки крім розуміння власного емоційного стану потребують оцінки менталітету інших людей.

Моральні емоції безпосередньо впливають на процес прийняття рішення особистістю як діяти в певній ситуації. Також, почуття провини та сорому як одні з особливо важливих соціальних емоцій є фундаментом для сумління особистості.

Так, Є. П. Ільїн (2015) у книзі «Психологія сумління: провина, сором, каяття» висвітлює провину як емоцію, за допомогою якої виявляється сумління. Це невдоволення собою, переживання невідповідності

моральним вимогам та невиконання своїх обов'язків перед власним внутрішнім Я або - у віруючих - перед Богом.

Пайнз М. (1987) підкреслює важливу соціальну роль почуття сорому й провини: «Сором і провина вчать нас через болісні, але неминучі спроби й помилки, як пристосуватися до соціальної ролі й як впливати на інших людей, щоб вони могли адаптуватися до нас. Ми дізнаємося, коли, як і наскільки бути відкритим для інших, коли необхідно зблизитись, а коли тримати відстань: як не образити когось чи стерпіти біль: скромність, тактовність, соціальна чутливість — усе це вивчається в такий спосіб. Ми навчилися бути людьми, знаючи, що те, що відчуваємо ми, інші також відчувають».

К. Ендрю (2013) вважав, що здатність відчувати провину розвивається зі зростаючим усвідомленням людиною, що своїми діями вона може вплинути на інших. Інтенсивне або хронічне почуття провини викликає тривогу. Таким чином, почуття провини підтримує просоціальну поведінку й будує міжособистісні зв'язки.

К. Муздибаєв (1995), в свою чергу, асоціює провину з турботою про інших людей і стверджує, що почуття провини безпосередньо залежить від відповідальності й самокритичності.

На його думку, провина протікає в таких вимірах: афективному — хворобливе внутрішнє напруження через почуття провини, страх втрати самоповаги через свої вчинки; мотиваційному — в даному вимірі ключовим є визнання винуватості, що спонукає до виправлення та компенсування порушень; когнітивному — усвідомлення наслідків поведінки, уміння робити каузальні висновки.

Структуру почуття провини обґрунтувала у своєму дослідженні І. А. Белік (2006). Вона виділила емоційний компонент, що проявляється у пригніченні, стражданні, співчутті та каятті; когнітивний компонент, який виявляється в усвідомленні та аналізі вчинку, усвідомлення невідповідності «ідеального» та «реального»; мотиваційний компонент

спонукає суб'єкта виправити та змінити ситуацію та поведінку; психосоматичний компонент передбачає неприємні фізичні відчуття (головна біль, важкість та біль у животі).

Висновки. Таким чином, в результаті теоретичного аналізу вітчизняної та зарубіжної літератури ми вважаємо, що почуття провини — це соціально сформоване переживання особистістю незадоволення собою, яке виражається у внутрішньому її конфлікті особистості через невідповідність своїх думок, дій чи бездіяльності моральним вимогам, невиконанням своїх обов'язків перед своїм сумлінням та відповідальністю, яка настає після такого порушення власних моральних цінностей, яке характеризується її компонентами структури (емоційному, мотиваційному та психосоматичному).

Перспективи подальших досліджень. Подальший науковий пошук з проблеми полягає у з'ясуванні гендерних та вікових відмінностей в проявах переживання почуття провини особистості 30-40 років.

Список використаної літератури:

1. Ильин, Е. П. (2015). *Психология совести: вина, стыд, раскаяние*. «Издательский дом «Питер» [російською мовою]
2. Pines, M. (1987). Shame-What psychoanalysis does and does not say. *Group analysis*, 20(1) [англійською мовою].
3. Ендрю, К. (2013). Изучая чувство вины и стыда. *Вестник Ассоциации психиатров Украины*, (2) [російською мовою].
4. Муздыбаев К. Переживание вины и стыда. СПб : СПб, филиал Института социологии РАН, 1995 [російською мовою].
5. Белик, И. А. (2006). Чувство вины в связи с особенностями развития личности. URL: <http://www.diss.rls.ru> (дата обращения: 12.02.2012) [російською мовою].