

Одеський національний університет імені І.І. Мечнікова

Факультет психології та соціальної роботи

Кафедра диференціальної і спеціальної психології

## **Кваліфікаційна робота**

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

на тему: **«Міжстатеві відмінності у переживанні почуття  
провини»**

**«Gender differences in the experience of guilt»**

Виконала: здобувачка заочної форми  
навчання спеціальності 053 Психологія

Освітня програма «Психологія»

Шелкован Наталія Семенівна

Керівник к. психол. н., доцент Коваль Г. Ш.

Рецензент к. психол. н., доцент Данілова О. С.

Рекомендовано до захисту:  
Протокол засідання кафедри  
№ \_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 202\_ р.

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_

(підпис)

Захищено на засіданні ЕК  
протокол № \_\_ від \_\_\_\_\_ 202\_ р.

Оцінка \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
(за національною шкалою, шкалою ECTS, бали)

Голова ЕК \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(підпис)\_

Одеса – 2025

## ЗМІСТ

|                                                                                     |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----|
| ВСТУП.....                                                                          | 3  |
| РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ                                            | 6  |
| ПРОБЛЕМИ ПЕРЕЖИВАННЯ ПРОВИНИ В СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ .....                            |    |
| 1.1. Аналіз та характеристика поняття гендеру та статі .....                        | 6  |
| 1.2. Основні наукові підходи до вивчення почуття провини .....                      | 11 |
| Висновки до I розділу.....                                                          | 21 |
| РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ                                       | 23 |
| ПРОЯВУ РІЗНИХ ТИПІВ ПРОВИНИ У ЖІНОК ТА ЧОЛОВІКІВ .....                              |    |
| 2.1. Організація та методи дослідження .....                                        | 23 |
| 2.2. Взаємозв'язок почуття провини та захисних механізмів психіки у жінок .....     | 29 |
| 2.3. Взаємозв'язок почуття провини та захисних механізмів психіки у чоловіків ..... | 34 |
| 2.4. Аналіз міжстатевих особливостей почуття провини.....                           | 39 |
| Висновки до II розділу .....                                                        | 47 |
| ВИСНОВКИ .....                                                                      | 50 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....                                                 | 52 |

## ВСТУП

**Актуальність дослідження:** Почуття провини є одним із психологічних феноменів, які мають тривалу історію наукового вивчення і досі залишаються об'єктом активного дослідницького інтересу. Це зумовлено тим, що провина є невід'ємною частиною людського існування, а її формування в особистості визначається як соціальною, так і професійною взаємодією. Так, почуття провини є ключовим чинником у становленні моральної свідомості особистості, емпатії, самоконтролю та відповідальності за власні дії.

У науковій літературі почуття провини розглядається через різні аспекти: загальна теорія емоцій і почуттів (Г. Бреслав, Ф. Василюк, К. Ізард, С. Рубінштейн), теорія морального розвитку та виховання (Б. Додонов, В. Демиденко, Т. Титаренко), консультативна психологія (Н. Максимова, К. Мілютіна, А. Маслоу, К. Хорні, І. Ялом).

Підходи до розуміння феномена провини залишаються різноплановими та суперечливими. Одні науковці розглядають почуття провини як ознаку незрілості особистості, тоді як інші вбачають у ньому основу для високої духовності та морального розвитку. Так, З. Фрейд і його послідовники акцентують увагу на деструктивному аспекті провини, вказуючи на її негативний вплив на психіку людини (G. Berrios, F. Johnston, H. Lewis, A. Waska). Натомість інші дослідники (K. Barrett, M. Hoffman, J. Tangney) підкреслюють позитивну роль цього феномена, вважаючи, що провина сприяє саморозвитку та вдосконаленню особистості. Представники екзистенціальної філософії та психології, такі як С. К'єркегор, М. Хайдеггер, Р. Мей, І. Ялом, трактують почуття провини як невід'ємний елемент прагнення людини до ідеалу, пов'язуючи його з процесом самовдосконалення та пошуком сенсу життя.

Останнім часом вивчаються зв'язки почуття провини з особистісними цінностями, смислами та рівнем розвитку (І. Белік, О. Короткова, С. Лебедєва, Ю. Швалб). Попри різноманіття наукових підходів до дослідження феномену переживання провини, практично немає досліджень, що розкривають статеві відмінності цього феномена та його взаємозв'язок з захисними механізмами психіки.

Таким чином, актуальність дослідження полягає в необхідності сучасного розуміння статевих аспектів почуття провини як емоційної реакції для ефективнішої психологічної підтримки та терапії чоловіків та жінок.

**Мета дослідження** – на основі теоретико-емпіричного дослідження вивчити особливості переживання почуття провини у жінок та чоловіків.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати наукові джерела, присвячені проблемі переживання почуття провини особистістю;
2. Виявити взаємозв'язок між почуттям провини та захисними механізмами психіки жіночої та чоловічої груп;
3. Виявити міжстатеві відмінності у переживанні почуття провини.

**Об'єкт дослідження:** почуття провини як феномен емоційної сфери особистості.

**Предмет дослідження:** психологічні особливості проявів почуття провини у жінок та чоловіків.

**Методи дослідження:**

1. Теоретико-методологічний аналіз та синтез літературних джерел з проблеми дослідження.
2. Метод психолого-діагностичного дослідження з використанням психодіагностичних методик.

3. Методи математичної та статистичної обробки даних за допомогою комп'ютерних програм: Statistica 10, Microsoft Office Excel з використанням описової статистики; кореляційний аналіз та графічне подання результатів.

**Організація і база проведення емпіричної роботи:** емпіричне дослідження проводилося в мережі Інтернет за допомогою Google Forms. У дослідженні брало участь 50 випробуваних: 25 жінок і 25 чоловіків. Вікова група: 25-54 років.

**Апробація роботи:** Шелкован Н.С. The association between guilt and the protective mechanisms of the psyche in women. Тези до 81 студентської науково-практичної конференції, підсекція ДИФЕРЕНЦІАЛЬНА і СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ФПСР, ОНУ імені І.І. Мечникова, 22-24 квітня 2025 р.

Коваль Г.Ш. Шелкован Н.С. Психологічний аналіз почуття провини крізь призму міжстатевих особливостей. Стаття у фаховому виданні журналу категорії Б «Перспективи та інновації науки». # 5(51) 2025. Прийнято до друку 07.05.2025. Вихід журналу – 20.05.2025.

**Структура роботи:** кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох теоретичних розділів, висновків та списку використаної літератури. Обсяг роботи до списку літератури – 52 сторінки, загальний обсяг роботи – 57 сторінок. Використано 58 літературних джерел, з них 21 іноземних.

## **РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ ПЕРЕЖИВАННЯ ПРОВИНИ В СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ**

### **1.1. Аналіз та характеристика понять гендеру та статі**

Сьогодні існує широкий спектр підходів до трактування понять «гендер» та «гендерна ідентичність». У межах одних теорій гендер розглядається як соціально зумовлене явище, тоді як інші наголошують на його психологічній або біологічній природі. Відтак, універсального визначення цих понять наразі не сформовано. Термін «гендер» у сучасному розумінні було запропоновано у 1968 році американським психологом Робертом Столлером для позначення подвійної природи людської статі — біологічної та соціокультурної. [34; 43].

Проте Р. Столлер запропонував використовувати термін «стать» виключно для позначення біологічних характеристик людини — анатомо-фізіологічних ознак, які взаємодоповнюють одне одного в процесі репродукції [43].

У свою чергу, соціолог Ентоні Гідденс розглядає гендер як соціально сконструйовану категорію, що не пов'язана з фізичними відмінностями між чоловіками й жінками. На його думку, «гендер» відображає передусім систему соціальних очікувань та норм, які визначають, якими мають бути поведінка, риси характеру й ролі, що вважаються прийнятними для представників кожної статі [2; 11].

Також і Т. Говорун доводить, що гендер є соціально-психологічною характеристикою, набутою в межах процесу соціалізації, яка формує особистість як чоловіка чи жінку згідно з особливостями культури, традицій, виховання тощо [3].

Гендерні уявлення можуть варіюватися залежно від культури та історичних етапів, тому для їх розуміння важливо застосовувати методи соціальних наук, зокрема дослідження поведінки людей [5; 14].

Дослідження історії понять «гендер» і «гендерна рівність» дозволяє виявити їх нерозривний зв'язок із прогресивними тенденціями сучасного розвитку людства, а також з новим рівнем суспільного розвитку, що починається зі зникнення біполярного світового порядку і створює потребу залучення якомога більших соціальних груп до процесу прийняття рішень.

Стать визначається через анатомічні характеристики, такі як будова статевих органів, репродуктивна система і хромосомний набір, тобто це біологічна відмінність, яка визначає людину як чоловіка або жінку. Якщо біологічна стать є вродженою, то гендер формується соціально і залежить від культури суспільства в певний історичний момент [30].

Гендер — це соціальна конструкція, яка визначає поведінкові, культурні, психологічні, візуальні та інші відмінності між чоловіками та жінками, зумовлені соціальними та культурними факторами.

У повсякденному житті ми зазвичай розпізнаємо чоловіків і жінок за зовнішніми ознаками: довжиною волосся, будовою тіла, голосом, фасоном і кольором одягу, манерами поведінки тощо. Таким чином, стать людини визначається через її соціальні характеристики та прояви [36].

Для сучасного суспільства жінка-далекобійник, жінка-поліцейський, чоловік-вихователь у дитячому садку чи чоловік із довгим волоссям або в рожевому одязі перестали бути чимось екстраординарним. Однак, незважаючи на це, суспільство все ще реагує на такі вибори, оскільки вони не відповідають традиційним соціальним уявленням та очікуванням, які раніше були асоційовані лише з певною статтю. Ці соціальні ролі та характеристики, яких суспільство чекає від жінок і чоловіків, утворюють основу гендерних норм [35].

У наукових колах існує безліч визначень терміна «гендер», що пояснюється міждисциплінарним характером гендерних досліджень. Однак в більшості з цих визначень основна увага приділяється соціальній природі цієї категорії [53]. Ось декілька з них: 1) гендер – це «соціокультурна, символічна конструкція статі, що покликана визначати конкретний асоціативний зв'язок, забезпечувати повноцінну комунікацію та підтримувати соціальний порядок»; 2) гендер – це «комплекс соціокультурних характеристик, що охоплює всі сфери діяльності людини; самостійна, не зумовлена біологічною статтю, конструйована культурою та суспільством характеристика людини, щось, чого люди не мають як даність, а (осмислено чи неосмислено) показують/трансляють/демонструють, взаємодіючи з різними людьми у різноманітних інституціональних ситуаціях» тощо [29].

На сьогодні термін «гендер» офіційно закріплений у міжнародному законодавстві, зокрема в статті 3 Конвенції Ради Європи [57] про запобігання насильству стосовно жінок і домашньому насильству, де гендер визначається як соціально визначені ролі, поведінка, діяльність і ознаки, які суспільство вважає відповідними для жінок і чоловіків.

Гендер стає потужним інструментом для переміщення жінок з периферії історії до її центру, що, у свою чергу, змінює підхід до написання їхньої подальшої історії. Д. Скотт описує це як звернення «теологів фемінізму» до гендера як способу переосмислення чинників, що визначають взаємодію між чоловіками та жінками. Вона зазначає, що саме американські феміністки стали першими, хто широко почав використовувати поняття «гендер», підкреслюючи необхідність соціальної рівності між відмінностями, визначеними «статтю» [58].

В Україні термін «гендер» використовується, але на законодавчому рівні він досі не закріплений. Іноді термін «гендер» неправильно ототожнюють із біологічною статтю або сексуальною орієнтацією, хоча

сексуальність є окремою характеристикою соціальної ідентичності, поряд з іншими важливими аспектами, такими як вік, релігійні переконання, етнічне походження тощо [12].

У контексті історичного розвитку помітно, що образи жінок і чоловіків сто років тому та сьогодні істотно відрізняються. У 1915 році жінки в багатьох країнах, зокрема в США та Франції, не мали виборчого права, тоді як нині вони не лише беруть участь у голосуванні, а й займають керівні посади та мають високі звання як у державному, так і в приватному секторах. Серед таких прикладів — канцлерка Німеччини Ангела Меркель, перша прем'єр-міністерка Фінляндії Сана Марін, генеральна директорка YouTube Сьюзан Войчицькі та перша жінка-генерал в історії Збройних сил України Людмила Шугалей. З кожним роком усе більше дівчат і жінок здобувають освіту та працюють у STEM-галузях, а також обирають професії в секторі безпеки й оборони — сферах, які традиційно вважалися «чоловічими» і до вересня 2018 року офіційно обмежували доступ жінок до низки посад. Водночас чоловіки, які беруть відпустку для догляду за дитиною або виконують домашню роботу, більше не сприймаються як виняток у багатьох країнах світу [13].

Подібних прикладів існує чимало, і вони демонструють, що суспільство постійно змінюється, а самореалізація особистості, її інтереси й прагнення дедалі частіше втілюються незалежно від статі, соціальної приналежності чи інших ознак.

Також, з появою соціальних мереж люди опинилися в новому соціальному середовищі, яке надає можливість виражати свою жіночність або маскулінність через фотографії, статуси, коментарі та інші форми онлайн-активності [20].

Впровадження гендерної рівності є важливою умовою для здійснення позитивних змін у суспільстві, сприяє соціально-економічному прогресу, забезпеченню прав людини та особистості, а також є суттєвим фактором у

розв'язанні нагальних проблем і зміцненні національної безпеки. Згідно зі статтею 1 Закону України «Про забезпечення рівних прав і можливостей жінок і чоловіків», гендерна рівність — це рівність правового статусу жінок і чоловіків та рівні можливості для його реалізації, що дає змогу представникам обох статей брати рівноправну участь у всіх сферах життя суспільства. Гендерна рівність стосується як жінок, так і чоловіків, і надання переваг одній статі автоматично впливає на становище іншої, що, своєю чергою, позначається на загальному поступі суспільства [37].

Гендерна рівність у суспільстві не означає позбавлення чоловіків влади на користь жінок, а передбачає рівноправну участь обох статей у прийнятті рішень і розподілі ресурсів. Це — про партнерство та взаємодію між жінками і чоловіками на засадах рівності.

Для дослідження гендерної приналежності я обрала тест С. Бем. Варто зазначити, що деякі попередні українські дослідження не виявили статистично значущих відмінностей у стереотипних проявах фемінності та маскулінності за методикою С. Бем. У більшості випадків респонденти обирали риси, притаманні андрогінному типу [24].

Таким чином, стать визначає біологічні характеристики, що роблять людину чоловіком чи жінкою, і обумовлена генетичною структурою. Вона впливає на статеві органи, можливість репродукції, тілесні пропорції, розподіл жирових тканин, оволошіння, статеве дозрівання, м'язову силу, витривалість, риси обличчя, тембр голосу, міміку та ходу. Гендер (статева роль) — це культурне та соціальне поняття. Воно формує риси характеру та поведінкові моделі, які суспільство приписує чоловікам і жінкам. Реальна поведінка людини може відповідати культурним нормам чи бути відхиленням від них. Українські вчені більш зосереджуються на традиційних ролях гендеру та збереженні культурної спадщини, тоді як світові дослідники частіше вивчають гендер з перспективи соціальної

справедливості та прав людини, акцентуючи на рівноправності та подоланні стереотипів.

### **1.1. Основні наукові підходи до вивчення почуття провини**

Почуття провини є глибоко емоційним переживанням, яке безпосередньо впливає на психічне здоров'я та міжособистісну поведінку. У стресогенних умовах сьогодення (політичні конфлікти, що вже охопили десятки тисяч людей по всьому світу, осередки військового протистояння, які впливають як на професійних військових, що беруть у них участь, так і на цивільне населення, яке страждає через перебування в зонах бойових дій, а також на вимушених переселенців, пандемія COVID-19 та пов'язані з нею загрози для здоров'я, життя і втрати близьких — усе це торкнулося практично кожного мешканця планети [54]) посилюються також використання захисних механізмів, що впливають на адаптацію особистості до відчуття провини.

Феномен провини як суб'єктивна реальність є об'єктом дослідження низки наукових дисциплін, серед яких особливе місце займають юриспруденція, філософія, етика та психологія. Метою ж нашого дослідження є аналіз почуття провини в межах психологічної науки. Водночас для більш глибокого та всебічного розуміння цього явища важливо враховувати напрацювання інших галузей знань, що дозволяє розкрити його специфіку з різних сторін.

Для початку звернемося до енциклопедичних джерел, які подають визначення різноманітних явищ дійсності та окреслюють напрями їх дослідження. Зокрема, у Великому тлумачному словнику української мови поняття «провина» тлумачиться як негативний вчинок або злочин, а також причетність до них чи до будь-якої неприємної події, що відбулася [1]. Це визначення свідчить про те, що провина розглядається як порушення

об'єктивних норм, встановлених суспільством, і, відповідно, передбачає настання відповідальності. Подібне трактування є особливо актуальним у сфері юриспруденції, зокрема кримінального права, а також в етичному контексті.

Провина, її причини, а також позитивні та негативні аспекти є спільним об'єктом вивчення в психології та психіатрії, оскільки це почуття часто пов'язане з депресією. У Великій енциклопедії з психіатрії наведено п'ять варіантів трактування провини:

- 1) проступок, провина, злочин;
- 2) почуття особистої відповідальності за зазначені в першому пункті відхилення в поведінці;
- 3) причина, джерело (чого-небудь небажаного, несприятливого);
- 4) суб'єктивно важке почуття тривоги совісті, що супроводжується потребою в каятті, покаранні з боку інших людей і самопокаранні, яке виникає, коли індивід усвідомлює, що порушив значиму моральну чи правову норму (на відміну від почуття сорому);
- 5) у психопатології — хворобливе відчуття провини, феноменологічно схоже або ідентичне описаному в четвертому пункті, яке, як вважається, виникає виключно при меланхолійній депресії. Це почуття може бути або а) аутохтонним, абсолютно необґрунтованим, тобто пов'язаним з вигаданими, уявними проступками, або б) зведеними пацієнтом буденними помилками та промахами до рівня тяжкого, непростимого гріха [45].

Сучасний тлумачний психологічний словник надає два визначення терміну «провина»: 1) провина — це проступок, злочин, а також причина або джерело чогось негативного. В контексті психології це — почуття власної нікчемності та невпевненості у собі у дітей, чиї батьки не схильні давати їм можливість діяти самостійно. 2) Провина за Фрейдом є джерелом, пов'язаним зі страхом, який потім трансформується у совість. Цей страх

проявляється в двох формах — як дві основні причини провини: 1) страх перед авторитетом — змушує відмовитися від задоволення винних бажань; 2) страх перед Над-Я — пізніша форма, що змушує відмовлятися від заборонених бажань і веде до покарання [6].

Провина, як об'єктивна складова суб'єктивної реальності, має свою історію походження і розвитку в контексті філогенезу та онтогенезу, власні механізми і детермінанти, а також певні функції. Як зазначав Гегель, усе реальне є дійсним, тому немає сумнівів, що провина має важливу роль як у житті окремої особистості, так і в житті суспільства. Цю ідею підтверджують дослідження М. Мід, яка, порівнюючи різні підходи до виховання дітей у різних культурах, дійшла висновку, що почуття провини є однією з основних умов виживання людини як виду [40].

В процесі еволюції людського суспільства провина починає виконувати функцію морального регулятора соціально прийнятих норм поведінки, що підтверджують своїми роботами Ф. Ніцше, Н. А. Бердяєв, К. Є. Ізард, В. Вічев, Н. В. Іванова, А. А. Ігнат'єва, Є. П. Ільїн, Б. Г. Капустін, Т. В. Кириліна, І. С. Кон, М. Н. Корнілов та інші [25].

Американський психолог юнгіанського психоаналізу S. B. Perera [42], досліджуючи походження провини через приклад жертвопринесення у давньоєврейських пастухів, показує, як з онтологічної здатності людини відчувати незадоволеність собою і навколишньою дійсністю виникає почуття провини. Це почуття згодом починає використовуватися людством у своєму історичному розвитку для регулювання взаємовідносин у соціумі.

D. V. Morano [41] описує, як почуття провини формується у людини в залежності від виникнення у неї потреб (за Маслоу [39]) в процесі соціалізації. Він виділяє три фактори, що впливають на переживання провини індивідом: психічний, моральний і соціальний. D. V. Morano акцентує увагу на тому, як життєвий досвід індивіда впливає на суб'єктивне

переживання провини, який людина сприймає як єдину достовірну реальність.

Безсумнівно, рівень суб'єктивного переживання провини залежить від темпераменту людини. Надмірна раціоналізація (прагматизм) може призвести до емоційної відстороненості та нечутливості, тоді як надмірний емоційний досвід може мати негативний вплив. Ідеальним є баланс між почуттям та розумом. Водночас варто зауважити, що взаємодія емоційного та прагматичного аспектів провини здійснюється дуже складно, і на перший погляд дисгармонійні варіанти зв'язку не завжди вказують на хибну оцінку ситуації [41].

До прикладу, емоційна реакція морально зрілої особистості здебільшого є адекватною формою оцінки подій, навіть без супроводу «раціональних» аналітичних процесів — це прояв так званої «моральної інтуїції». Водночас людина потрапляє у світ, де вже діють певні нормативні правила, закони й культурні традиції, які спрямовують і обмежують поведінку, забезпечуючи її відповідність соціальним очікуванням. Коли ці норми, правила чи традиції порушуються, людина відчуває провину, яка є результатом об'єктивних причин, і тому можна говорити про об'єктивну вину. Об'єктивна провинка виникає завдяки двом факторам: соціальному (соціально-культурна традиція) та моральному (морально-правова традиція) [41].

Коли в людини з'являються бажання, пов'язані з потребами у безпеці, стабільності та порядку (відповідно до ієрархії потреб А. Маслоу [39]), виникає суб'єктивне відчуття провини, яке формується під впливом виключно психічних і соціальних чинників, адже такі бажання не мають морального забарвлення.

Згідно з концепцією вибору Д. А. Леонт'єва та Н. В. Пилипко [26], можна виділити наступні етапи розвитку провини, що відповідають типу виборів:

- 1 етап - це етап «простого вибору», який визначається орієнтацією на зовнішні правила та прагненням бути прийнятим у групі. Саме на цьому рівні вперше виникає здатність відчувати сором і провину;

- 2 етап - формується здатність до «смыслового вибору», коли людина значно менше потребує зовнішнього регулювання поведінки соромом, а провина стає більш зрілою в умовах смыслового вибору;

- 3 етап - у випадку «зради власних цінностей і смислів», коли людина виходить за межі конкретної ситуації, осмислюючи її в контексті ширших взаємин зі світом і довгострокових наслідків;

- 4 етап – це етап «вільного чи особистісного вибору», коли переживання сорому як регулятора поведінки стає непотрібним, а провина переживається у найбільш зрілих формах.

У результаті аналізу філогенетичного розвитку феномена було встановлено, що провина, як психологічне явище, є частиною емоційної сфери й може задовольняти потреби на різних рівнях — починаючи з базових біологічних і завершуючи високими соціальними та духовними. Це дозволяє провині проявлятися як у вигляді ситуативних емоцій, пов'язаних з конкретними ситуаціями, так і у вигляді стійких, більш глибоких духовно-соціальних почуттів [26].

Відчуття провини є потужною емоційною реакцією, яка виникає, коли дії людини (або її бездіяльність) суперечать її власним моральним принципам або соціальним нормам. Це почуття може супроводжуватися такими емоціями, як сором, тривога, злість на себе, а також бажанням виправити ситуацію.

Дослідник Д. Денніс у своїх роботах підкреслює, що почуття провини виконує важливу адаптивну функцію, сприяючи розвитку моральної самосвідомості та соціальної відповідальності [51]. Він зазначає, що відчуття провини – це механізм, який допомагає людині не тільки

аналізувати власні дії, але й вибудовувати довіру у міжособистісних стосунках, адже воно є індикатором того, що індивід визнає свої помилки.

Крім того, за даними його досліджень, почуття провини може мати дві сторони:

1. Конструктивну, яка спонукає до виправлення помилок та особистісного зростання.
2. Деструктивну, коли почуття провини стає хронічним і призводить до самокритики, зниження самооцінки та навіть депресивних станів.

У своїй книзі "The Psychology of Guilt" Денніс пише: "Глибоке відчуття провини здатне викликати серйозні емоційні страждання, проте воно також може стати рушійною силою для саморефлексії й морального вдосконалення" [51].

Завдяки таким дослідженням стає зрозуміло, що почуття провини є багатоаспектним явищем, яке має не лише емоційне, але й соціальне та моральне значення. Його дослідження допомагають краще зрозуміти, як почуття провини впливає на емоції та поведінку людей.

Але у психології почуття провини розглядається не тільки через емоційний, а й ще через кілька інших ключових аспектів. Серед них:

**Когнітивний аспект:** Процес обдумування та оцінювання своїх вчинків у контексті соціальних норм і власних цінностей. Дж. Левінсон, відомий дослідник у галузі когнітивної психології та емоційного інтелекту, детально вивчав, як почуття провини впливає на когнітивні процеси й поведінкові реакції людини. У своїх роботах він зазначає, що почуття провини є не лише емоційною реакцією, а й чинником, який глибоко проникає в наше мислення, впливаючи на прийняття рішень, пам'ять і навіть здатність до навчання.

У статті "The Cognitive Dynamics of Guilt" Дж. Левінсон пише: "Почуття провини активує процеси ретроспективного мислення. Людина

постійно повертається до подій, що викликали це відчуття, намагаючись знайти шляхи для виправлення ситуації або уникнення схожих помилок у майбутньому" [56]. Одним із ключових висновків його досліджень є те, що почуття провини може посилювати увагу до деталей і розвивати здатність до емпатії. Зокрема, люди, які часто відчують провину, схильні до більш глибокого аналізу своїх дій і їхнього впливу на інших. Цей феномен Левінсон називає "когнітивним переробленням провини".

У статті "Emotion and Reason: The Interplay of Guilt and Cognition" він зазначає: "Провина, яка спрямовується на конструктивні цілі, може мотивувати людину до особистісного розвитку. Проте, якщо вона стає надмірною, це блокує когнітивні ресурси, призводячи до повторюваних думок і труднощів у прийнятті рішень." Дж. Левінсон підкреслює: "Розуміння того, як провина впливає на когнітивні процеси, дозволяє створити ефективні стратегії для її подолання, що особливо важливо в психотерапії та міжособистісному спілкуванні" [56].

Соціально-психологічний аспект: Вплив соціального оточення та очікувань суспільства на формування і переживання почуття провини. Дж. Хайдт, який є відомим своїми роботами в галузі соціальної психології, зокрема, дослідженням почуття провини та його впливу на поведінку людей [52], наголошує, що почуття провини не лише виникає як внутрішня емоційна реакція, але й формується під значним впливом соціального середовища та культурних норм. У своїй спільній роботі з С. Кесебір "Morality" [52] він аналізує, як моральні стандарти суспільства визначають рамки того, що вважається вірним або невірним, і як це впливає на виникнення відчуття провини у людей. Як зазначають Дж. Хайдт і С. Кесебір: "Почуття провини є важливим соціальним регулятором, який допомагає людям підтримувати гармонійні стосунки в межах груп і суспільства загалом" [52]. Дж. Хайдт пояснює це так: "Суспільство

встановлює невидимі правила поведінки, і коли ми їх порушуємо, ми не лише відчуваємо провину, а й побоюємося осуду з боку інших."

Дослідження почуття провини та його впливу на поведінку людей Дж. Хайдта також демонструють, що почуття провини відіграє важливу роль у підтриманні соціального порядку. Воно стимулює людей до більш етичної поведінки та мотивує їх компенсувати заподіяну шкоду. Наприклад, якщо хтось помічає, що його дії викликали незручності для інших, почуття провини спонукає його вибачитися та спробувати виправити ситуацію.

Поведінковий аспект: Як почуття провини впливає на поведінку людини, включаючи прагнення до спокутування або уникнення ситуацій, що викликають провину. Д. Левінсон, відомий дослідник у галузі психології та кримінального права, у своїх роботах детально аналізує, як почуття провини формується, трансформується і впливає на прийняття рішень у різних контекстах, включаючи соціальні, юридичні та міжособистісні ситуації [56]. Люди, які відчують провину, часто намагаються компенсувати свої дії через спокутування. Д. Левінсон зазначає: "Почуття провини може бути потужним мотиватором для відновлення порушеного морального балансу. Воно спонукає людину діяти етично й турбуватися про благополуччя інших" [55]. Він підкреслює, що такий тип поведінки є особливо поширеним у тих випадках, коли провина є конструктивною, тобто людина усвідомлює свої помилки, але не заціклюється на самопокаранні. Левінсон у своїх роботах робить чіткий поділ між двома основними поведінковими реакціями на провину:

1. Конструктивна провина: Спонукає до позитивних змін, таких як саморефлексія, визнання помилок, виправлення ситуації. Наприклад, людина може навмисно шукати зустрічі з тим, перед ким почувається винною, щоб вибачитися або знайти рішення.

2. Деструктивна провина: Призводить до самознищення, депресії, тривожності та уникнення. У таких випадках людина може відмовитися від

соціальної взаємодії або замикатися в собі, не бачачи способу вирішити проблему.

Як зазначає Д. Левінсон в своїх роботах у галузі кримінального права та психології, де він вивчав, як поведінкові фактори можуть впливати на визначення провини та вини: "Межа між конструктивною та деструктивною провиною визначається здатністю людини до самоприйняття та ефективної комунікації з іншими" [55].

Психодинамічний аспект: Психодинамічний підхід зосереджується на тому, як свідомі та підсвідомі процеси взаємодіють, формуючи почуття провини. Провина в цьому контексті виникає як наслідок конфлікту між різними частинами психіки або як результат несвідомих мотивів і внутрішніх переживань, які суперечать соціальним чи моральним нормам.

3. Фрейд - ввів поняття "супер-Его" та "відчуття провини" у своїй теорії психіки. Згідно з Фрейдом, "Супер-Его" є тією частиною психіки, яка відповідає за моральний контроль і засвоєння соціальних норм. Коли "Супер-Его" конфліктує з "Ід" (несвідомими бажаннями), виникає почуття провини. Фрейд пояснював: "Провина є внутрішнім покаранням за порушення моральних норм, навіть якщо це порушення лише уявне." Це означає, що навіть тоді, коли людина лише думає про щось аморальне, вона може відчувати провину, яка впливає на її поведінку, створюючи тривожність і потребу в спокутуванні [8].

К. Юнг - розробив концепцію "тіні" або "темного боку" психіки — несвідомих аспектів особистості, які людина намагається придушити або ігнорувати. Коли людина усвідомлює свої несвідомі імпульси чи риси, які не відповідають моральним чи соціальним стандартам, це може викликати почуття провини. "Конфронтація зі своєю "тінню" є необхідною для особистісного зростання, але вона часто супроводжується гострим відчуттям провини," — зазначав Юнг. Таким чином, провина в концепції

Юнга є важливим етапом у процесі самопізнання та інтеграції несвідомого у свідомість [10].

А. Адлер - зосереджувався на соціальному контексті провини, вважаючи її наслідком порівняння себе з іншими та почуття недостатності. На його думку, провина виникає, коли людина вважає, що не відповідає очікуванням соціуму або завдає шкоди іншим. "Люди часто діють із почуття провини, намагаючись компенсувати свої недоліки чи виправити помилки перед іншими," — писав Адлер. Він підкреслював, що провина може мати як конструктивний характер, мотивуючи до саморозвитку, так і деструктивний, коли вона перешкоджає особистісному зростанню через самозвинувачення [38].

К. Хорні - досліджувала, як провина впливає на міжособистісні стосунки і внутрішній стан людини. Вона вважала, що провина є результатом внутрішніх конфліктів, зокрема між потребою відповідати ідеалізованому "Я" і реальністю. "Відчуття провини часто змушує людей іти на компроміси у стосунках, навіть якщо це шкодить їхньому добробуту," — зазначала Хорні. Вона також підкреслювала, що хронічне почуття провини може призводити до підвищеної залежності від інших або, навпаки, до агресивної поведінки, спрямованої на захист від уявного осуду [9].

З точки зору психоаналітичної теорії, онтогенез провини досліджують Ф. Тайсон та Р. Тайсон [44]. Вони стверджують, що здатність відчувати провину залежить від розвитку «Супер-Его». Цей процес розпочинається ще в ранньому дитинстві, коли стосунки між дитиною та матір'ю є надзвичайно тісними. На цьому етапі формуються базові інтроекти й ідеалізовані уявлення про батьків. У міру розширення кола міжособистісних контактів (зокрема, активнішої участі батька у взаємодії з дитиною) виникає внутрішній конфлікт між інтроскованими вимогами, які можуть бути суперечливими або взаємно виключними. На еддіповій стадії ці суперечності частково узгоджуються, уточнюються та піддаються

реорганізації. Подальші етапи психосексуального розвитку характеризуються поступовим формуванням більш автономного «Супер-Его» та еволюцією почуття провини, що дедалі менше залежить від батьківського авторитету. Цей процес є тривалим і триває й після підліткового періоду, адже норми, ідеали та цінності, засвоєні в дитинстві, можуть змінюватися упродовж усього життя [44].

Усі ці аспекти допомагають краще зрозуміти природу почуття провини та його вплив на психічний стан і поведінку особистості.

Таким чином, почуття провини, складний психологічний феномен, вивчається з різних наукових позицій. Емоційний підхід фокусується на провині як на емоційній реакції; когнітивний підхід розглядає провину через призму мислення та оцінки дій; соціально-психологічний підхід вивчає вплив суспільства на формування провини; поведінковий підхід: аналізує, як провини впливає на дії людини; психодинамічний підхід досліджує несвідомі процеси, що викликають провину.

### **Висновки до I розділу**

Аналіз теоретико-методологічних джерел дозволив сформулювати наступні висновки.

Стать визначає біологічні характеристики, що роблять людину чоловіком чи жінкою, і обумовлена генетичною структурою. Вона впливає на статеві органи, можливість репродукції, тілесні пропорції, розподіл жирових тканин, оволошіння, статеве дозрівання, м'язову силу, витривалість, риси обличчя, тембр голосу, міміку та ходу. Гендер (статева роль) – це культурне та соціальне поняття. Воно формує риси характеру та поведінкові моделі, які суспільство приписує чоловікам і жінкам. Реальна поведінка людини може відповідати культурним нормам чи бути відхиленням від них. Українські вчені більш зосереджуються на

традиційних ролях гендеру та збереженні культурної спадщини, тоді як світові дослідники частіше вивчають гендер з перспективи соціальної справедливості та прав людини, акцентуючи на рівноправності та подоланні стереотипів.

Почуття провини – це складний психологічний феномен, що вивчається з точки зору різних наукових підходів. Емоційний підхід фокусується на провині як на емоційній реакції; когнітивний підхід розглядає провину через призму мислення та оцінки дій; соціально-психологічний підхід вивчає вплив суспільства на формування провини; поведінковий підхід: аналізує, як провинна впливає на дії людини; психодинамічний підхід досліджує несвідомі процеси, що викликають провину.

## **РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ РІЗНИХ ТИПІВ ПРОВИНИ У ЖІНОК ТА ЧОЛОВІКІВ**

### **2.1. Організація та методи дослідження**

Важливу роль у психології відіграє схема організації, тобто структура, емпіричного дослідження. Організація дослідження передбачає детальний опис вибірки або досліджуваної групи, застосованих методик і конкретних методів, а також етапів експерименту та їхньої послідовності.

Під час підготовки до емпіричного дослідження було враховано ключові завдання, принципи та методичні положення психодіагностики. Дослідження здійснювалося поетапно.

На першому, пошуково-аналітичному етапі, було вивчено наукову літературу з відповідної тематики, обрано методи та методики дослідження, а також проведено аналіз і синтез літературних джерел.

У ході емпіричного дослідження використовувалися надійні та валідні психодіагностичні методики, спрямовані на виявлення міжстатевих відмінностей у переживанні почуття провини чоловіками та жінками.

#### **1. Статеворольовий опитувальник Сандри Бем.**

Метою використання Статеворольового опитувальника Сандри Бем є виявлення психологічної статеворольової ідентичності особистості, тобто того, наскільки людина ототожнює себе з традиційно маскулінними (чоловічими) або фемінінними (жіночими) рисами, або ж демонструє андрогінність — поєднання обох типів рис. Ця методика дозволяє:

1. визначити домінуючий гендерний тип (маскулінний, фемінінний, андрогінний або недиференційований),
2. дослідити особливості самосприйняття у контексті статевих ролей,

3. застосовувати результати в психологічному консультуванні, дослідженнях гендерних установок, вихованні та розвитку особистості.

Статеворольовий опитувальник (Bem Sex Role Inventory – BSRI) був розроблений у 1971 році професором Корнельського університету (США) Сандрою Липсиц Бем для емпіричного дослідження гіпотез, пов'язаних із її концепцією андрогінії.

Термін «андрогін» походить від грецького слова *androgynos* і означає поєднання чоловічих і жіночих характеристик в одній особі. Однак у своїй концепції С. Бем розглядає андрогінію не як анатомо-фізіологічну особливість, а як психосоціальну характеристику особистості. Вона вважала, що багато людей поєднують у собі як маскулінні, так і фемінні риси, що суперечило панівним до 1970 року уявленням про гендерну відповідність. Традиційні теорії вважали відповідність психологічної статі біологічній нормою, а будь-яке відхилення – патологією. На основі результатів опитування виділяють чотири типи статевої ідентичності:

1. Маскулінний – високі показники маскулінності, низькі показники фемінності.
2. Фемінний – високі показники фемінності, низькі показники маскулінності.
3. Андрогінний – високі показники як маскулінності, так і фемінності.

## 2. Опитувальник провини (Guilt Inventory).

Guilt Inventory - це психологічний інструмент, призначений для оцінки рівня провини у різних аспектах. Метою використання Опитувальника провини (Guilt Inventory) є виявлення рівня схильності особистості до переживання почуття провини, а також вивчення особливостей цього емоційного стану в різних його проявах.

Опитувальник включає 45 питань, які вимірюють три ключові компоненти:

1. Почуття провини як риса особистості – схильність до частих переживань провини.
2. Ситуаційна (реактивна) вина – інтенсивність почуття провини у відповідь на конкретні події.
3. Моральна орієнтація – рівень моральних переконань, що з почуттям провини.

Обробка результатів проводиться шляхом підсумовування балів за кожним із трьох компонентів. Високі показники вказують на виражену схильність до почуття провини, що може бути пов'язане з особистісними особливостями чи психологічними проблемами. Опитувальник використовується в клінічних та дослідних цілях для діагностики та вивчення впливу провини на емоційний стан та поведінку.

3. Опитувач для вимірювання малоадаптивних форм провини (Interpersonal Guilt Questionnaire IGQ-67).

Метою використання опитувальника міжособистісної провини IGQ-67 (Interpersonal Guilt Questionnaire) є вивчення схильності людини до переживання міжособистісної (інтерперсональної) провини, яка виникає у стосунках з близькими, друзями, родиною та соціальним оточенням. Цей опитувальник дозволяє виявити і виміряти різні форми міжособистісної провини, зокрема:

1. провину за досягнення (коли людина відчуває себе винною через успіхи, яких інші не досягли),
2. провину турботи (надмірне відчуття відповідальності за благополуччя інших),
3. провину за порушення залежності (відчуття провини через бажання автономії або відокремлення від значущих осіб),

4. узагальнену провину (хронічне, дифузне почуття провини без чітко визначеної причини).

Методика включає 67 тверджень, спрямованих на виявлення різних типів міжособистісної провини.

Кожне твердження оцінюється за шкалою Лайкерта, де респондент вказує міру своєї згоди. Отримані бали підсумовуються окремо за кожною з чотирьох категорій вини. Підсумкові показники дозволяють визначити вираженість дезадаптивних форм вини у випробуваного. Високі значення можуть свідчити про схильність до самозвинувачення, тривожності та міжособистісних конфліктів. Отримані дані інтерпретуються відповідно до нормативних значень і можуть використовуватися для психологічного консультування та клінічної діагностики.

4. Опитувальник Плутчика-Келлермана-Конте для діагностики захисних механізмів психіки – Індекс життєвого стилю (Life Style Index, LSI).

Life Style Index (LSI) – психодіагностичний інструмент, розроблений Р. Плутчиком, Г. Келлерманом і Х. Конте. Метою використання опитувальника є виявлення та оцінка провідних психологічних захисних механізмів, які людина використовує у стресових або емоційно складних ситуаціях. Цей опитувальник дозволяє:

1. вивчити, як особистість справляється з внутрішніми конфліктами, тривогою та напругою;

2. виявити вісім основних механізмів психологічного захисту, таких як: витіснення, регресія, заміщення, заперечення, проєкція, компенсація, гіперкомпенсація та раціоналізація;

3. визначити домінуючі форми захисту, які можуть впливати на поведінку, міжособистісні стосунки та психоемоційний стан.

Опитувальник складається з 97 тверджень, які відображають використання восьми основних захисних механізмів. Результати

аналізуються за кількістю балів, набраних за кожним механізмом. Високі показники вказують на домінуючі способи реагування особистості на стресові ситуації. Методика широко використовується у психологічному консультуванні, клінічній психології та наукових дослідженнях для вивчення особливостей адаптації особистості.

Наступний, емпіричний етап, передбачав розробку плану дослідження, визначення досліджуваної вибірки, уточнення гендерного аспекту при її формуванні, вибір бази дослідження, а також безпосереднє проведення емпіричного аналізу. Окрім цього, було підготовлено всі необхідні матеріали, протоколи та інші документи, необхідні для реалізації другого етапу.

Емпіричне дослідження проводилося онлайн за допомогою Google Forms. У ньому взяли участь 50 респондентів: 25 чоловіків і 25 жінок віком від 25 до 54 років.

Вибір респондентів вікової категорії 25–54 роки для дослідження переживання почуття провини та психологічних захисних механізмів зумовлений низкою науково обґрунтованих причин.

По-перше, цей віковий період охоплює фазу активного соціального, професійного та особистісного функціонування індивіда. Саме в цей час людина найчастіше стикається з високим рівнем відповідальності — за власне життя, сім'ю, кар'єру, соціальні взаємодії. Такий життєвий контекст сприяє актуалізації міжособистісної провини, зокрема провини за досягнення, провини турботи чи автономії, а також зростанню потреби у використанні психологічних механізмів захисту. Зокрема, підкреслюється, що «період зрілості є кульмінацією життєвого шляху особистості, особливо коли людина здорова, сповнена енергії, знань та значного досвіду. До цього часу вона досягає професійної майстерності та займає певне місце в суспільстві» [32].

Подруге, вказаний віковий діапазон характеризується стабілізацією особистісних рис і поведінкових патернів. На цьому етапі життєвого шляху механізми психологічного захисту набувають більш структурованих, хронічних форм, що дозволяє дослідити їх як сталу частину життєвого стилю людини, а не ситуативну реакцію. Як відзначається у літературі, «рання зрілість (25–35 років) характеризується включенням до всіх сфер людської діяльності, стабілізацією якостей особистості, побудовою власного способу життя, статусу, виробленням позиції в умовах засвоєння професійних ролей» [33].

По-третє, дорослі особи у віці від 25 до 54 років, як правило, мають вищий рівень рефлексивності та емоційної обізнаності, що підвищує валідність самозвітів у психодіагностичних методиках, спрямованих на вивчення емоційних процесів і внутрішніх конфліктів. Зокрема, зріла особистість «стикаючись із труднощами, частіше порівнює себе з тими, хто перебуває в ще гірших умовах», а «життєва мудрість необхідна людині для адекватної реакції в стресових ситуаціях» [31].

Таким чином, вибір саме цієї вікової категорії є методологічно доцільним і відповідає цілям дослідження, спрямованого на глибше розуміння динаміки почуття провини та захисних механізмів у зрілої особистості.

На третьому етапі дослідження, оціночно-рефлексивному, було проведено обробку, аналіз та узагальнення отриманих даних, а також здійснено інтерпретацію результатів. Обробка даних включала як кількісний (статистичний), так і якісний (диференціація за групами, варіантами) аналізи. Кількісна обробка мала на меті вивчення зовнішніх характеристик об'єкта дослідження, при цьому первинна обробка передбачала складання таблиць, діаграм, графіків, а вторинна обробка здійснювалася за допомогою описової статистики. Якісна обробка

фокусувалася на змістовному дослідженні об'єкта, аналізі та поясненні досліджуваних явищ.

Також було застосовано порівняльний метод, що полягав у зіставленні різних груп респондентів за статтю. Висновки, зроблені на цьому етапі, стали підсумковим синтезом результатів, де відображено результати дослідження.

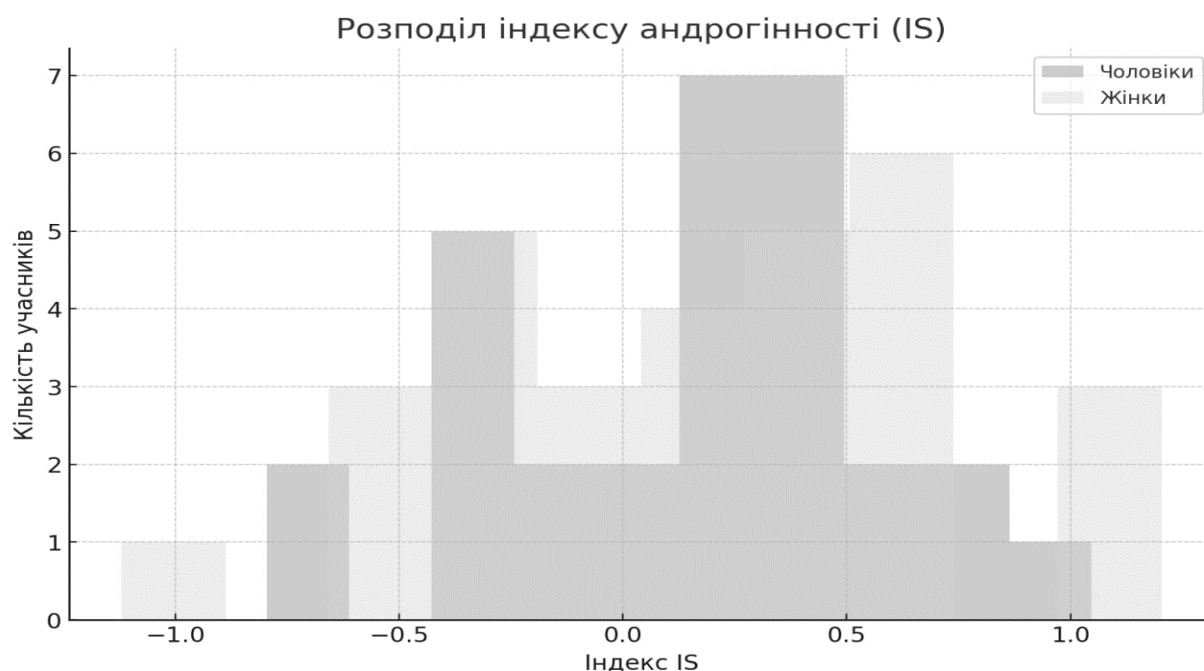
Таким чином, дослідження складалося з трьох етапів: пошуково-аналітичного, емпіричного та оціночно-рефлексивного. В рамках цих етапів використовувалися психодіагностичні методики, а також методи описової статистики та якісного аналізу даних.

## **2.2. Взаємозв'язок почуття провини та захисних механізмів психіки у жінок**

Почуття провини є складним емоційним переживанням, що виникає у відповідь на уявне або реальне порушення моральних чи соціальних норм. Для жінок ця емоція має особливу значущість у зв'язку з соціокультурними очікуваннями, які часто підсилюють потребу в самоконтролі та відповідальності. Згідно з І. Губаревою, «почуття провини виконує регулятивну функцію, сприяючи адаптації індивіда до соціальних норм» [4]. Воно активізується у випадках, коли поведінка індивіда суперечить моральним або соціальним нормам, спонукаючи до переосмислення своїх дій. Таким чином, провинна сприяє не лише усвідомленню власної відповідальності, а й адаптації до соціального середовища шляхом корекції поведінки.

За результатами статевої ролі опитувальника Сандри Бем, що було використано для виявлення психологічної статевої ролі ідентичності особистості, тобто того, наскільки респондент ототожнює себе з традиційно маскулініними (чоловічими) або фемінініними (жіночими)

рисами, можна побачити, що жінки респонденти демонструють більш високі та позитивні значення IS (індексу андрогінності), що відповідають фемінінним та андрогінним тенденціям (рис. 2.1).



**Рис. 2.1 Розподіл індексу андрогінності**

Отже, незважаючи на те, що жінки респонденти ідентифікують себе переважно з фемінінними рисами (емоційність, м'якість, співпереживання, турботливість), що є очікуваним, враховуючи культурні та соціальні стандарти жіночої ролі, але вони також демонструють високі позитивні значення IS (Індекс Статеворольової ідентичності). Це, в свою чергу, свідчить про наявність андрогінних тенденцій, тобто жінки поєднують у собі і маскулінні якості (самостійність, рішучість), і фемінінні одночасно. Подібні результати відображаються в дослідженнях, які вказують на трансформацію гендерних стереотипів та поєднання традиційно чоловічих і жіночих рис у сучасних жінок [18].

За результатами Опитувальника провини (Guilt Inventory), який було використано для виявлення рівня схильності особистості до переживання почуття провини, жінки респонденти демонструють вищий рівень

переживання провини як риси (3,03), що може свідчити про глибоке емоційне переживання провини жінками (рис. 2.2).



**Рис. 2.2 Середні значення рівня провини у жінок**

Подібні результати підтверджуються в дослідженнях, зокрема в дослідженні О. Л. Малєєвої, яка зазначає, що «жінки мають вищий рівень емоційної нестійкості та схильності до самозвинувачення, що сприяє більш вираженому переживанню провини як риси особистості» [15].

За опитувальником міжособистісної провини (The Interpersonal Guilt Questionnaire – IGQ-67), призначеним для виявлення чотирьох типів ірраціональної провини, у жінок респондентів виявлено високі показники за шкалами «гіпервідповідальності» (3,04) та «вини вцілілого» (2,63), що свідчить про підвищену емпатійність та моральну чутливість (рис 2.3).

Такі результати можуть бути зумовлені соціальними очікуваннями, які традиційно приписують жінкам роль емоційної підтримки та турботи про інших. Крім того, високий рівень гіпервідповідальності свідчить про схильність жінок брати на себе надмірну вину навіть за події, які

знаходяться поза межами їхнього контролю, що може підвищувати ризик емоційного вигорання в умовах тривалого стресу.

Це узгоджується з дослідженнями М. Е. Білової (2020), яка відзначає, що жінки частіше відчують провину за дії інших, що зумовлено соціальними очікуваннями та ролями [27].

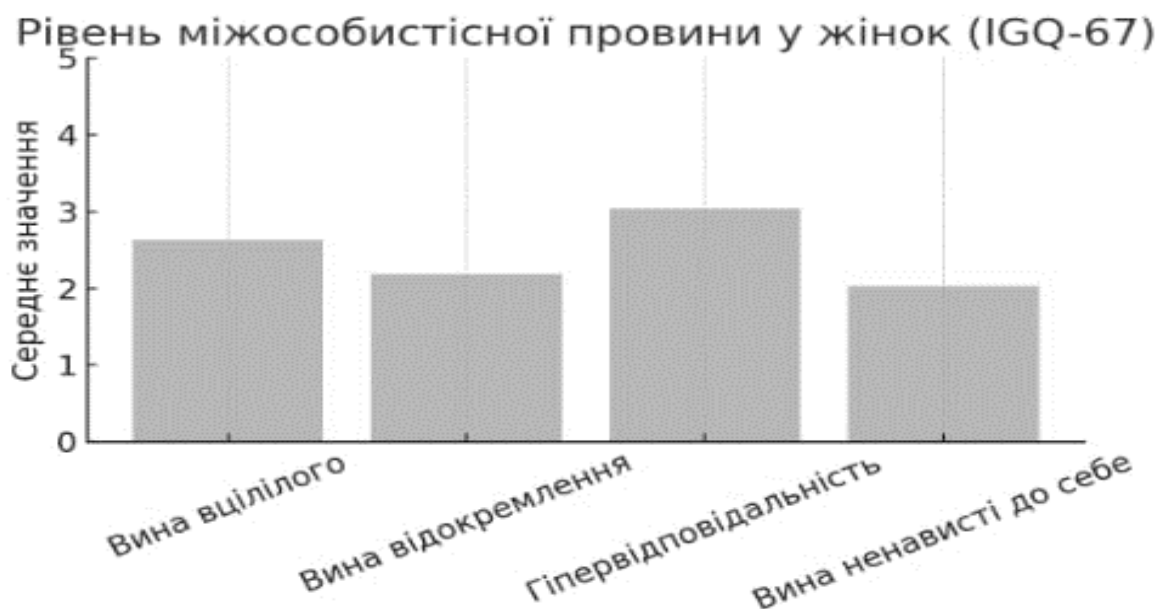


Рис. 2.3 Середні значення міжособистісної провини у жінок

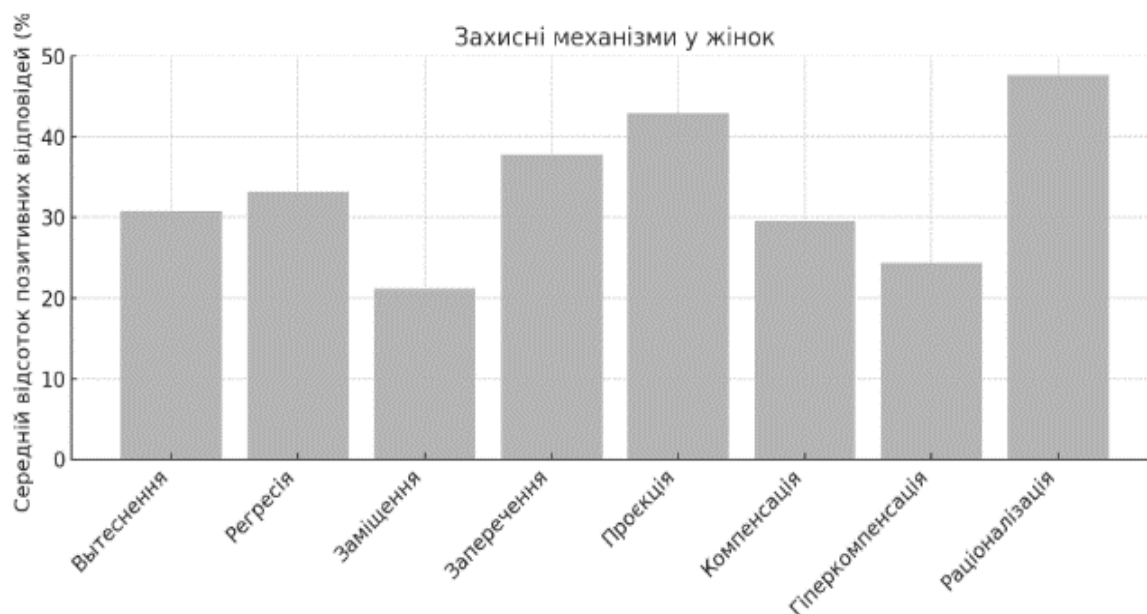
За опитувальником для дослідження захисних механізмів Плутчика-Келлермана-Конте (Life Style Index) у жінок респондентів найчастіше активуються наступні механізми (рис. 2.4):

- **Раціоналізація (48%)** — жінки схильні пояснювати свою поведінку та вчинки логічними аргументами, навіть якщо вони внутрішньо відчують провину або дискомфорт. Така стратегія дозволяє знизити рівень тривоги і зберегти цілісність «Я-образу». Раціоналізація виконує функцію зменшення когнітивного дисонансу між діями та моральними переконаннями.

- **Проекція (43%)** — тенденція переносити відповідальність за негативні емоції на інших. Таким чином жінки несвідомо захищаються від болісних переживань, уникаючи прямого визнання власних емоцій або

провин. Це допомагає підтримувати емоційну рівновагу, хоча й ускладнює саморефлексію.

- Заперечення (38%) — ігнорування або несвідоме відмовляння визнавати наявність ситуацій, які викликають почуття провини. Заперечення допомагає уникати переживання болісних емоцій, однак у довгостроковій перспективі може призводити до накопичення внутрішнього напруження.



**Рис. 2.4 Активація захисних механізмів у жінок, %**

Це свідчить про домінування когнітивно-раціональних захисних стратегій у відповіді на почуття провини. Такі результати підтверджуються дослідженнями Ю. В. Нагорняка (2024), який зазначає, що жінки в умовах стресу частіше використовують емоційні захисні механізми, спрямовані на внутрішнє переживання та самозвинувачення [22].

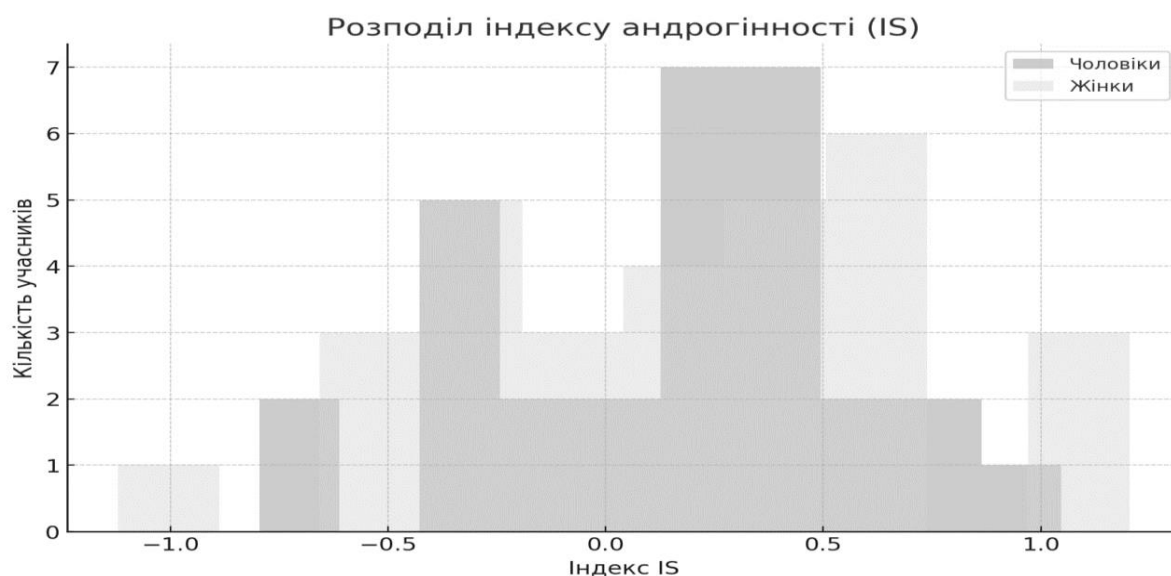
Таким чином, у жінок спостерігається тенденція до застосування когнітивних (раціоналізація, проєкція) та емоційних (заперечення) захисних стратегій. Це вказує на багатокomпонентний механізм обробки почуття провини, який поєднує одночасно інтелектуальне пояснення ситуацій та емоційне уникнення болісних переживань, що свідчить про

непряме, обхідне опрацювання почуття провини. Це механізми середнього рівня зрілості, які знижують емоційне напруження, але не сприяють глибокій інтеграції переживання.

### **2.3. Взаємозв'язок почуття провини та захисних механізмів психіки у чоловіків**

Почуття провини у чоловіків проявляється як складна емоційна реакція на реальні або уявні порушення внутрішніх моральних стандартів. Воно виконує важливу регулятивну функцію, підтримуючи інтеграцію особистісних цінностей та соціальних норм у систему самосвідомості. Переживання провини сприяє усвідомленню відповідальності за власні дії, стимулює внутрішній аналіз і орієнтує поведінку на збереження особистісної цілісності та етичної послідовності. Як зазначає О. М. Малєєв у своєму дослідженні, «провина — це негативний емоційний стан, який виникає в результаті усвідомлення неприязності власного вчинку, думки чи почуттів, і супроводжується почуттям докорів сумління, жалем і бажанням покаятися» [16].

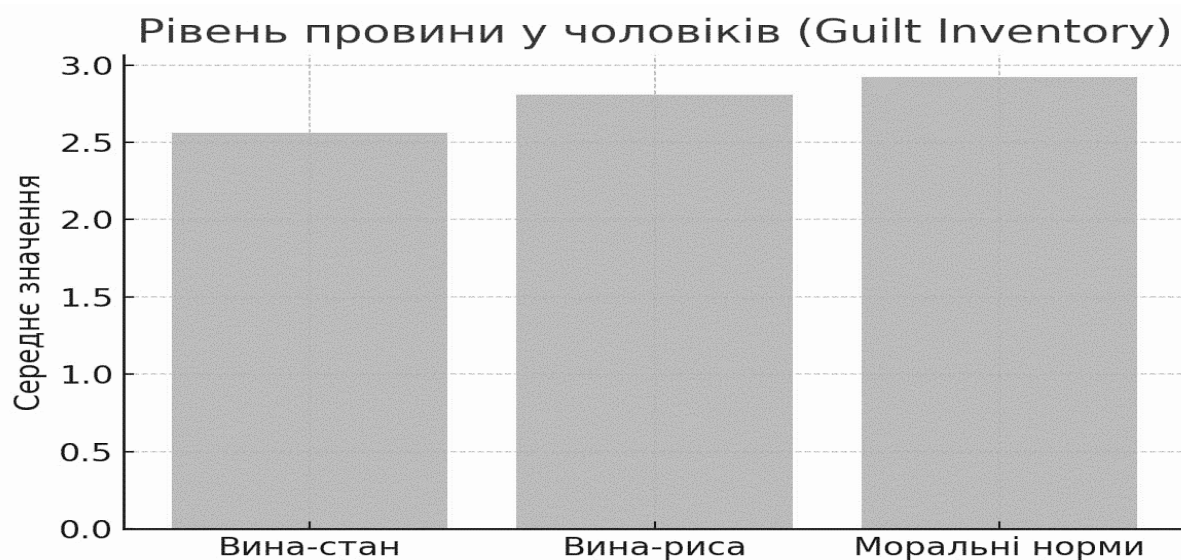
Результати Полорольового опитувальника Сандри Бем (рис. 2.1) свідчать, що чоловіки у вибірці мають переважно маскулінний профіль із певною присутністю фемінінних рис. Переважання маскулінних характеристик, таких як самостійність, наполегливість та прагнення до досягнень, супроводжується помірною емоційною чуйністю та турботливістю. Така комбінація особистісних рис безпосередньо впливає на особливості переживання почуття провини. Висока орієнтація на моральні норми та етичні принципи, притаманна маскулінній самосвідомості, зумовлює глибоке переживання провини у випадках порушення власних моральних установок. Самоконтроль, відповідальність за власні вчинки та прагнення підтримувати особисту цілісність є для цих чоловіків значущими внутрішніми регуляторами поведінки.



**Рис. 2.1** Розподіл індексу андрогінності

Водночас помірна фемінінність, яка також виявлена у вибірці, сприяє розвитку емпатії та розуміння впливу власних дій на інших людей, що підсилює глибину рефлексії у випадках моральної провини.

За результатами Опитувальника провини (Guilt Inventory), який було використано для виявлення рівня схильності особистості до переживання почуття провини, чоловіки респонденти дійсно демонструють вищий рівень переживання провини за шкалою моральних норм (рис 2.5), що свідчить про важливість для них етичних орієнтирів.



**Рис. 2.5** Середні значення рівня провини у чоловіків

У статті «Типологія переживання почуття провини» І. В. Ананової та І. В. Ващенко представлено емпіричне дослідження, в якому чоловіки «схильні конструктивно вирішувати проблемні ситуації – орієнтовані на дію» [23], тобто характеризується конструктивним підходом до вирішення проблемних ситуацій. Це всеціло узгоджується з вищезазначеними висновками про внутрішню етичну саморегуляцію у чоловіків.

За даними опитувальника міжособистісної провини IGQ-67, чоловіки демонструють помірно високий рівень гіпервідповідальності (2,90) та майже однакові рівні вини вцілілого (2,50) та вини відокремлення (2,51). Найнижчий показник (2,07) за шкалою ненависті до себе (рис 2.6).

Це свідчить про те, що чоловіки респонденти схильні відчувати надмірну відповідальність за благополуччя інших та результати спільної діяльності, але менш виражену схильність до переживання провини за власні успіхи або прагнення до автономії, та відносно невисокий рівень внутрішньої самокритики чи самозвинувачення.

Рівень міжособистісної провини у чоловіків (IGQ-67)

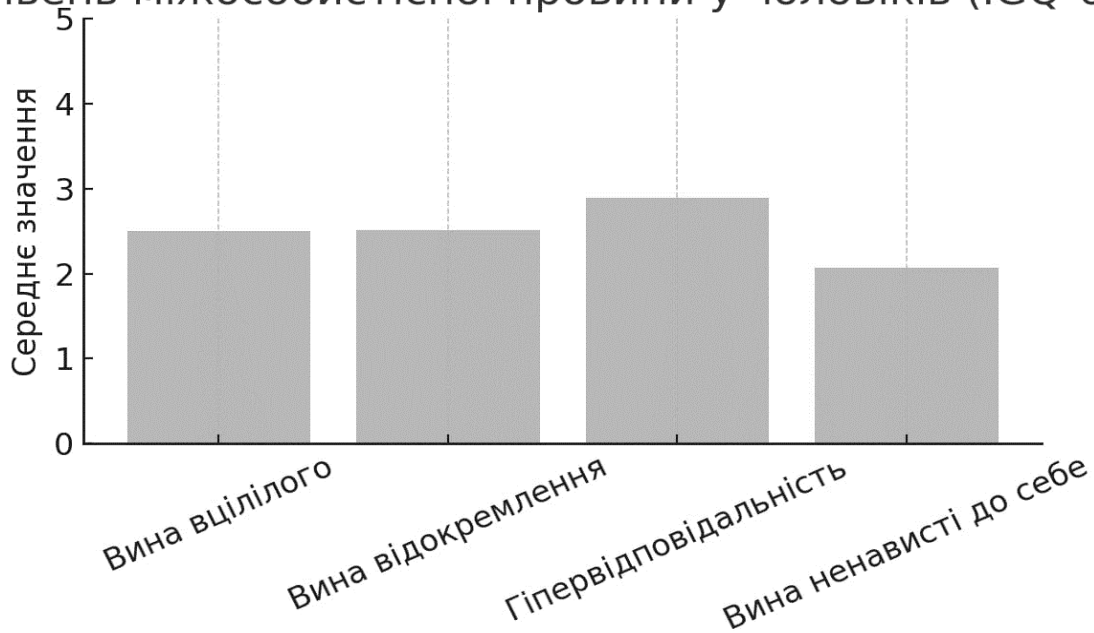


Рис. 2.6 Середні значення міжособистісної провини у чоловіків

Отже, чоловіки, хоча й зберігають певний рівень міжособистісної чутливості, загалом демонструють орієнтацію на конструктивну відповідальність без надмірної самозвинувачувальної тенденції.

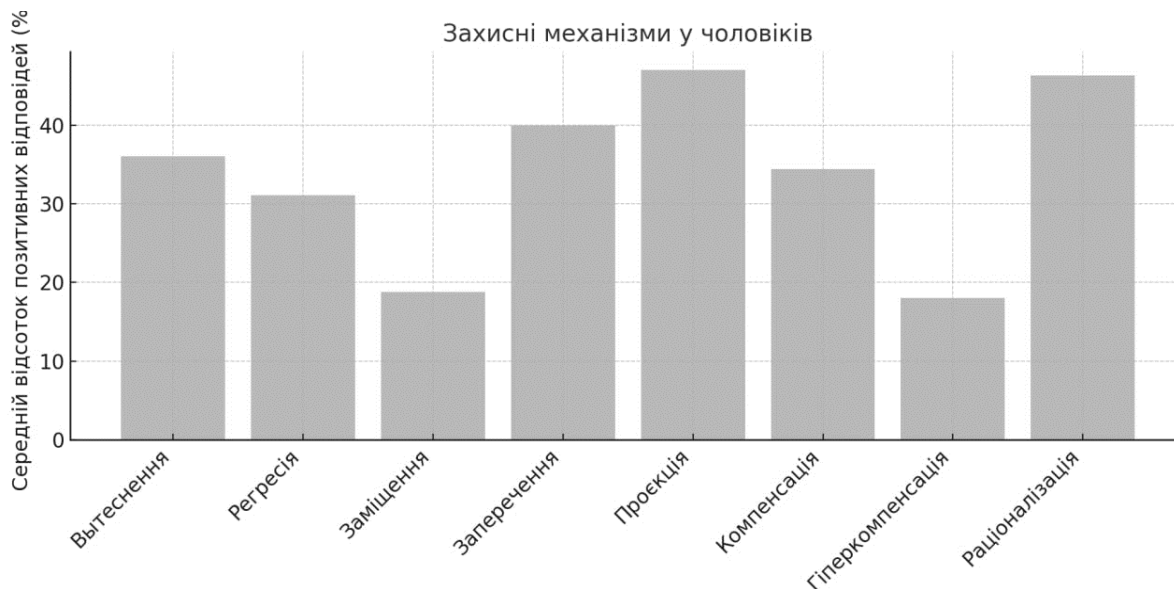
Такі отримані результати узгоджуються з даними попередніх досліджень. Зокрема, у своїй роботі Л. Д. Гошовська зазначає «провина вцілілого та провина гіпервідповідальності є притаманними більшості опитуваних» [17].

За результатами опитувальника для дослідження захисних механізмів Плутчика-Келлермана-Конте (рис. 2.7) у чоловіків респондентів найчастіше активуються наступні механізми:

- Проєкція (47%) — чоловіки мають схильність приписувати власні небажані емоції, мотиви чи вчинки іншим людям. Це дозволяє їм знижувати особисту відповідальність за негативні переживання та уникати внутрішнього конфлікту. Проєкція допомагає підтримувати позитивний образ себе, однак може утруднювати об'єктивну саморефлексію та конструктивне вирішення міжособистісних проблем.

- Раціоналізація (46%) — поширений механізм, який полягає у знаходженні логічних, соціально прийнятних пояснень власної поведінки. Чоловіки використовують раціоналізацію для зменшення почуття провини та збереження впевненості у власних діях. Це дозволяє уникати емоційної нестабільності, однак може вести до виправдання неконструктивної поведінки.

- Заперечення (40%) — механізм, за допомогою якого чоловіки відмовляються визнавати існування неприємних фактів або емоцій. Така стратегія допомагає їм тимчасово зменшити емоційне навантаження і уникати болісного усвідомлення провини чи невдач. Проте у довгостроковій перспективі заперечення може призводити до накопичення внутрішнього напруження та конфліктів.



**Рис. 2.7 Активація захисних механізмів у чоловіків, %**

Такі результати підтверджуються вже існуючими дослідженнями, зокрема, у роботі Т. Лобель та Г. Вінча, опублікованому в журналі *Sex Roles*, було виявлено, що «Чоловіки з маскулінною статевою роллю орієнтацією переважно використовують зовнішні захисти та раціоналізаційні стратегії, щоб зберегти самооцінку та впоратися з внутрішнім стресом» [48]. Це узгоджується з даними нашого дослідження, де чоловіки частіше вдавалися до проєкції, раціоналізації та заперечення як форм психологічного захисту.

Таким чином домінування механізмів проєкції, раціоналізації та заперечення серед чоловіків можна пояснити особливостями їх емоційної регуляції та соціокультурними очікуваннями. В умовах традиційних уявлень про маскулінність (самостійність, контроль над емоціями, впевненість) відкритий прояв почуття провини чи слабкості може сприйматися як небажаний або навіть загрозливий для самооцінки, а активація цих механізмів сприяє підтриманню психологічної стабільності, хоча й може ускладнювати глибоку емоційну обробку провини та розвиток саморефлексії.

## 2.4. Аналіз міжстатевих особливостей почуття провини

Поперше проаналізуємо та порівняємо результати статеворольового опитувальника Сандри Бем, що було використано для виявлення психологічної статеворольової ідентичності особистості, тобто того, наскільки респондент ототожнює себе з традиційно маскулінними (чоловічими) або фемінінними (жіночими) рисами.

Аналіз результатів показав, що як у чоловіків, так і у жінок домінує андрогінний тип особистості (індекс андрогінності в межах від -1 до 1 (таб. 2.1)). При цьому:

- Чоловіки продемонстрували дещо вищий рівень маскулінності у порівнянні з жінками (0,83 проти 0,728);
- Жінки показали дещо вищий рівень фемінінності у порівнянні з чоловіками (0,79 проти 0,724).
- За індексом андрогінності обидві групи потрапляють в межі андрогінності (від -1 до 1), однак у чоловіків він всеж таки більше зміщений у бік маскулінності (-0,25) ніж у жінок — у бік фемінінності (+0,14).

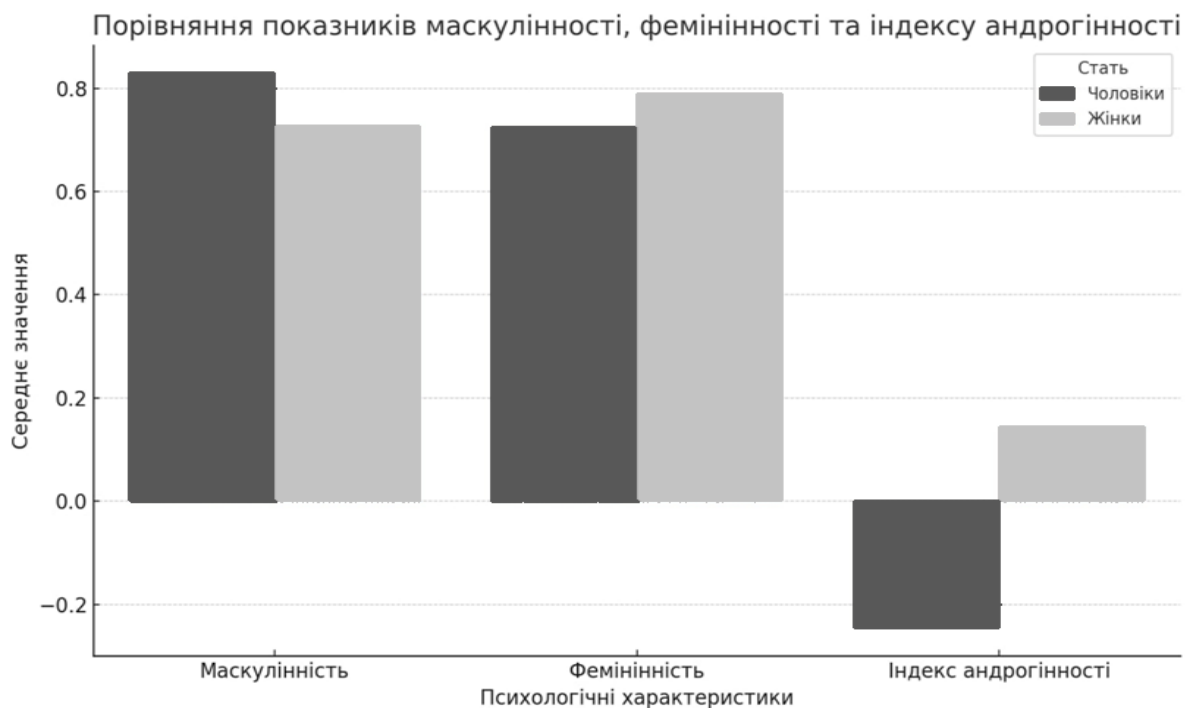
*Таблиця 2.1*

**Порівняння середніх показників індексу андрогінності**

| Психологічна характеристика | Чоловіки (середнє значення) | Жінки (середнє значення) |
|-----------------------------|-----------------------------|--------------------------|
| Маскулінність               | 0,83                        | 0,728                    |
| Фемінінність                | 0,724                       | 0,79                     |
| Індекс андрогінності        | -0,25                       | 0,14                     |

При графічному оформленні результатів ми можемо наглядно бачити, що незважаючи на те, що обидві статеві групи володіють збалансованим

поєднанням маскулінних та фемінінних рис, що є характерним для андрогінного типу особистості, але чоловіки все ж таки демонструють трохи більші показники маскулінності (рис. 2.8).



**Рис. 2.8 Порівняння середніх показників психологічних характеристик**

Такі результати повністю узгоджуються з даними інших українських досліджень. Зокрема, в роботі, проведений в Харківському національному університеті імені В. Н. Каразіна, зазначено: «Юнаки і дівчата схильні погоджуватися з наявністю у них і фемінінних, і маскулінних властивостей, що характеризує їх як андрогінних» [19].

Таким чином, сучасні представники обох статей демонструють гнучкість у поєднанні традиційно маскулінних і фемінінних рис, що відображає тенденцію до розмиття жорстких гендерних стереотипів у суспільстві.

Порівнюючи результати за опитувальником провини Guilt Inventory бачимо, що жінки демонструють вищі середні значення за шкалами вини-стану (2,74 проти 2,56) та вини-рису (3,03 проти 2,81), тоді як чоловіки

мають трохи вищий показник (2,92 проти 2,85) лише за шкалою моральних норм (таб. 2.2).

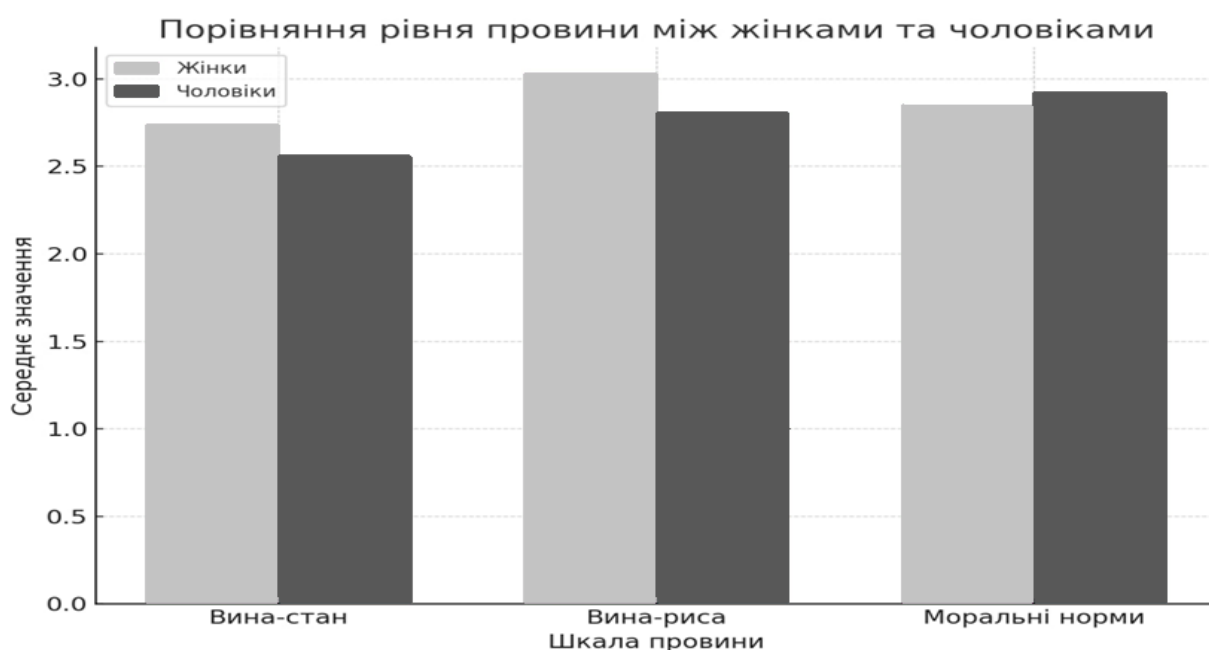
*Таблиця 2.2*

**Середні значення показників відчуття провини**

| Шкала          | Жінки | Чоловіки |
|----------------|-------|----------|
| Вина-стан      | 2,74  | 2,56     |
| Вина-риса      | 3,03  | 2,81     |
| Моральні норми | 2,85  | 2,92     |

Ці результати чітко ілюструють гендерні відмінності у сприйнятті та структурі провини.

При графічному оформленні результатів (рис. 2.9) ми можемо наглядно бачити, що жінки мають вищу інтенсивність переживання почуття провини як у контексті ситуативних проявів, так і як стабільної особистісної характеристики.



**Рис. 2.9** Порівняння середніх значень рівня провини

Така тенденція пояснюється впливом соціокультурних очікувань та емоційною спрямованістю жіночої поведінки. У той же час, чоловіки демонструють вищу орієнтацію на дотримання етичних норм, однак характеризуються меншою емоційною реактивністю на їх порушення.

Такі результати підтверджуються іншими дослідженнями, зокрема у роботі О. І. Кононенко, де вона доводить, що «жінки більше орієнтовані на вимоги, що висуваються соціальним оточенням, а чоловіки — на вимоги власної особистості» [21]

Таким чином, це може свідчити про глибше емоційне переживання провини жінками, у той час як у чоловіків більш виражене етичне орієнтування без емоційної інтенсифікації.

Аналізуючи дані, отримані за результатами опитувальника міжособистісної провини IGQ-67, бачимо наявність певних міжстатевих відмінностей у переживанні різних форм міжособистісної провини (таб. 2.3):

- Вина вцілілого: жінки мають дещо вищі середні показники (2,63) порівняно з чоловіками (2,50), що може свідчити про їх більшу емоційну чутливість до ситуацій, у яких вони почуваються винними за свої переваги або благополуччя порівняно з іншими. Це може бути зумовлено вищим рівнем емпатії та соціальною орієнтацією на турботу.

- Вина відокремлення: чоловіки демонструють вищий рівень (2,51), ніж жінки (2,19). Це може свідчити про більшу схильність чоловіків відчувати провину в ситуаціях автономії або емоційного дистанціювання, можливо, через соціальний тиск відповідати традиційній ролі захисника або відповідального суб'єкта.

- Вина гіпервідповідальності: як жінки (3,04), так і чоловіки (2,90) демонструють високі показники, проте у жінок вони трохи вищі. Це відповідає уявленням про те, що жінки частіше відчують відповідальність

за емоційний стан та благополуччя інших, що є проявом соціально схвалюваної поведінки турботи.

- Вина ненависті до себе: середні показники майже ідентичні у чоловіків (2,07) і жінок (2,03), що може свідчити про подібну схильність обох статей до самокритики та самозвинувачення, можливо через те, що цей тип провини більше пов'язаний із глибокими внутрішньоособистісними факторами, а не із соціальними ролями.

*Таблиця 2.3*

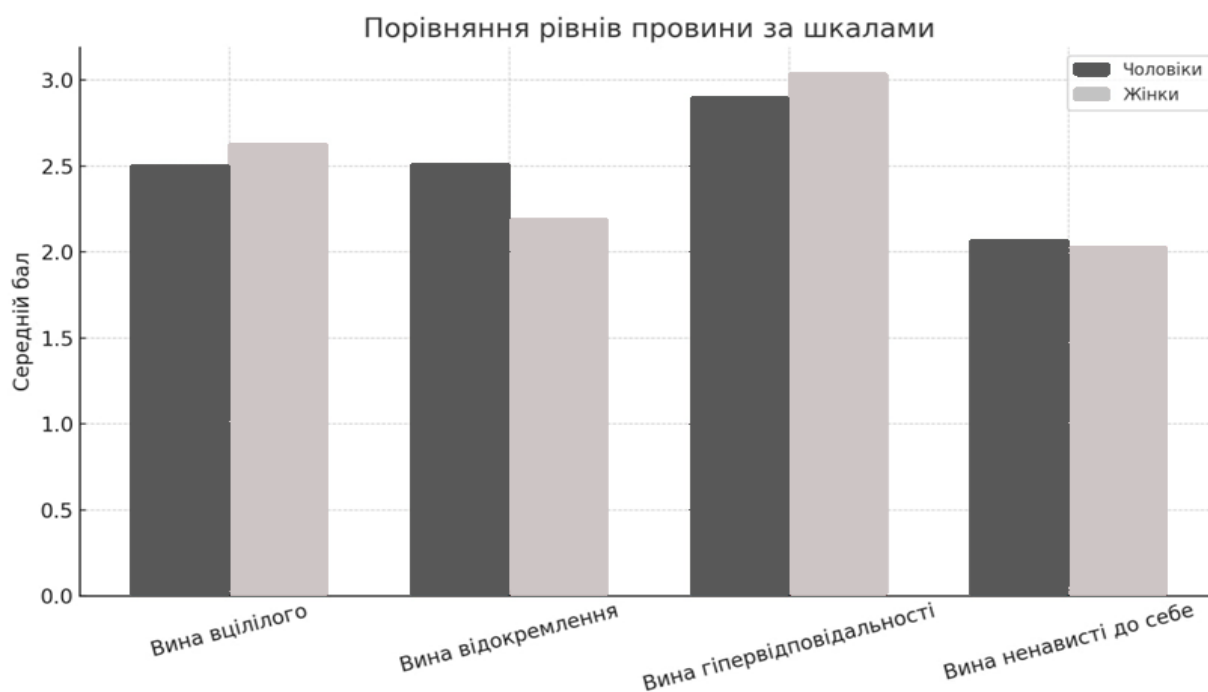
**Середні значення міжособистісної провини**

| Шкала                      | Чоловіки | Жінки |
|----------------------------|----------|-------|
| Вина вцілілого             | 2,50     | 2,63  |
| Вина відокремлення         | 2,51     | 2,19  |
| Вина гіпервідповідальності | 2,90     | 3,04  |
| Вина ненависті до себе     | 2,07     | 2,03  |

Ці результати відповідають висновкам інших досліджень, зокрема дослідження, опублікованого в журналі *Personality and Individual Differences*, яке показало, що чоловіки мають дещо вищі рівні самооцінки порівняно з жінками, що може впливати на рівень їх самокритичності та самоненависті [50], М. Е. Білова разом з Г. І. Юрченко у своїй роботі доводять, що «переживання провини має виражені гендерні особливості: жінки частіше схильні до самозвинувачення, тоді як чоловіки — до уникнення відповідальності через захисні механізми» [27], а в дослідженнях Т. П. Рєпної та В. В. Кирилової відзначається, що «чоловіки схильні до переживання провини в контексті соціальних очікувань та ролей» [28].

При графічному оформленні результатів (рис 2.10) бачимо наглядно, що і чоловіки і жінки мають найвищі показники саме за шкалою

гіпервідповідальності, що свідчить про схильність обох статей брати на себе надмірну відповідальність за події та дії інших. А найнижчі показники за шкалою ненависті до себе, що свідчить про відносно невисокий рівень самозвинувачення, самоосуду та внутрішньої агресії. Це може бути позитивним маркером емоційного стану, оскільки надмірна самоненависть часто асоціюється з депресивними розладами, низькою самооцінкою та порушенням міжособистісних стосунків.



**Рис. 2.10** Порівняння середніх значень міжособистісної провини

Такі результати корелюють з метаналізом, опублікованим у *Psychological Bulletin*, який показав, що «чоловіки мають дещо вищу глобальну самооцінку порівняно з жінками, хоча ця різниця дійсно є незначною» [49].

Таким чином, отримані результати можуть свідчити про культурні чинники, де в українському суспільстві почуття провини частіше проявляється через гіпервідповідальність або емпатійне співпереживання, ніж через самознищення та про сформовану психологічну захищеність, яка дозволяє інтерпретувати труднощі без глибокої внутрішньої самокритики.

Аналізуючи дані, отримані за результатами опитувальника Плутчика-Келлермана-Конте для діагностики захисних механізмів психіки – Індекс життєвого стилю (таб. 2.4) – середній відсоток позитивних відповідей, що відображають використання різних психологічних захисних механізмів, виявляє певні гендерні відмінності у їхньому прояві:

- Жінки частіше демонструють тенденцію до використання раціоналізації (48% проти 46%) та гіперкомпенсації (25% проти 18%), що може свідчити про прагнення до логічного обґрунтування своїх дій та компенсаторного посилення слабких сторін. Також жінки частіше вдаються до заміщення, ніж чоловіки (21% проти 19%).

- У той же час, чоловіки продемонстрували вищі показники у використанні таких захисних механізмів, як проєкція (47% проти 43%), витіснення (37% проти 31%), регресія (35% проти 33%), заперечення (40% проти 38%) та компенсація (34% проти 30%). Це може вказувати на більш виражену схильність до перенесення внутрішніх конфліктів на зовнішні об'єкти, а також уникнення свідомого усвідомлення неприємних емоцій або думок.

*Таблиця 2.4*

**Порівняння середніх відсотків прояву механізмів  
психологічного захисту**

| <b>Захисний механізм</b> | <b>Жінки (%)</b> | <b>Чоловіки (%)</b> |
|--------------------------|------------------|---------------------|
| Витіснення               | 31               | 37                  |
| Регресія                 | 33               | 35                  |
| Заміщення                | 21               | 19                  |
| Заперечення              | 38               | 40                  |
| Проекція                 | 43               | 47                  |
| Компенсація              | 30               | 34                  |
| Гіперкомпенсація         | 25               | 18                  |
| Раціоналізація           | 48               | 46                  |

При графічному оформленні результатів (рис. 2.11) наглядно бачимо гендерні особливості використання захисних механізмів:

- Проекція є найпоширенішим захисним механізмом серед обох статей, з дещо вищими показниками у чоловіків (~47%) порівняно з жінками (~44%). Це свідчить про схильність проєктувати власні емоції, бажання або конфлікти на інших осіб, що є типовим у ситуаціях психоемоційної напруги, яким є переживання відчуття провини.

- Раціоналізація друга за популярністю, з вищим рівнем серед жінок (~48%) порівняно з чоловіками (~45%). Жінки, ймовірно, частіше намагаються логічно пояснити або виправдати ці складні переживання, що відповідає тенденції до когнітивної переробки емоцій.

- Заперечення дещо частіше використовується чоловіками (~40%) порівняно з жінками (~38%). Це може бути наслідком схильності чоловіків до уникання усвідомлення емоційно болісних переживань.

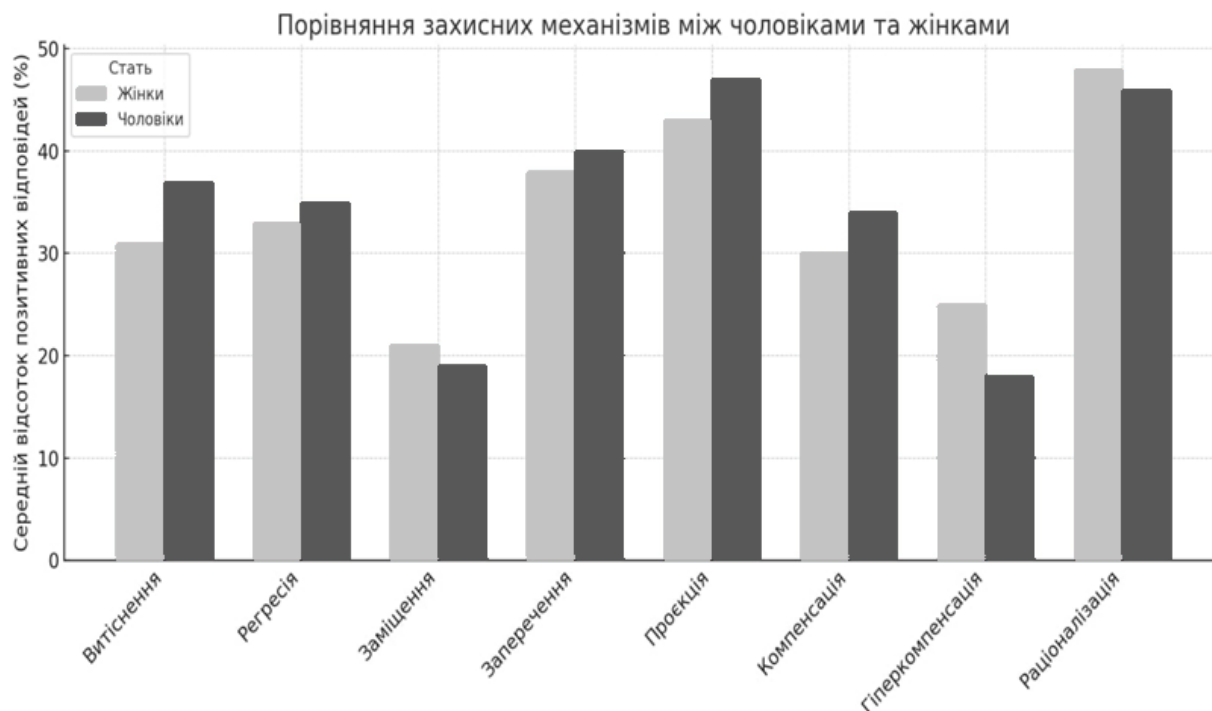


Рис. 2.11 Порівняння середніх відсотків прояву захисних механізмів

Такі результати повністю корелюють з іншими дослідженнями за цією темою. Зокрема Р. Cramer у своєму огляді зазначає, що «чоловіки частіше використовують витіснення та проекцію, тоді як жінки частіше вдаються до раціоналізації та компенсації» [46], М. Diehl & E. L. Nau у своїй праці підтверджують, що «жінки частіше використовують адаптивні захисні механізми, такі як раціоналізація, тоді як чоловіки — менш адаптивні, включно з проекцією» [47], Н. В. Чепелева у своєму дослідженні наголошує, що чоловіки частіше застосовують механізми уникнення (заперечення, витіснення), жінки — інтрапсихічні (гіперкомпенсація, раціоналізація) [7].

Таким чином, отримані результати підтверджують наявність відмінностей у характері використання захисних механізмів залежно від статі: жінки частіше вдаються до більш адаптивних захисних механізмів, зокрема до раціоналізації, тоді як чоловіки до менш адаптивних — до проекції. Це може бути зумовлено як соціальними очікуваннями та гендерними ролями, так і особливостями емоційної регуляції, пов'язаними з біологічними чинниками.

## Висновки до II розділу

Аналіз профілю статеворольової ідентичності учасників дослідження свідчить про наявність андрогінного типу особистості в обох групах — як серед чоловіків, так і серед жінок. Водночас спостерігається тенденція до домінування традиційно притаманних статевих рис із збереженням помірного впливу рис протилежного гендерного полюса.

Чоловіки вибірки демонструють переважно маскулінний профіль, що супроводжується помірною фемінінністю. Такий баланс сприяє інтеграції прагнення до самостійності та досягнень із емоційною чуйністю. Переживання почуття провини у чоловіків має глибокий внутрішній

характер і ґрунтується як на дотриманні моральних норм, так і на усвідомленні впливу власної поведінки на інших.

Збалансований профіль статеворольової ідентичності дозволяє припустити, що вина у чоловіків є не лише результатом соціального контролю, а й проявом внутрішньої етичної саморегуляції. Самоконтроль, відповідальність за власні вчинки та прагнення підтримувати особисту цілісність виступають важливими внутрішніми регуляторами їх поведінки. Помірна фемінінність, що також простежується у вибірці, сприяє розвитку емпатії та розуміння наслідків власних дій, що поглиблює рефлексію у випадках моральної провини.

Жінки, своєю чергою, демонструють фемінінний профіль із наявністю помірного рівня маскулінності. Такий поєднаний стиль особистості сприяє гармонійному поєднанню емоційної чуйності, турботи та соціальної орієнтованості з вольовими якостями та прагненням до самореалізації. Це свідчить про те, що почуття провини у жінок базується як на емпатійному відгуку, так і на внутрішньому почутті моральної відповідальності.

Домінуюча фемінінність підсилює здатність до співпереживання і турботи, що формує чутливість до порушень у міжособистісній сфері. Помірна маскулінність сприяє автономії та впевненості у прийнятті морально значущих рішень, підсилюючи глибину саморефлексії.

Таким чином, результати дослідження підтверджують важливість балансу між маскулініними та фемінініними рисами у формуванні складного етичного досвіду, зокрема почуття провини, та узгоджуються з іншими українськими дослідженнями, що вказують на андрогінність як адаптивний стиль особистості в сучасному суспільстві.

Особливої уваги заслуговує взаємозв'язок між рівнем усвідомлення почуття провини та типом домінуючого захисного механізму, з урахуванням виявлених гендерних відмінностей. Зокрема, жінки частіше

демонструють використання таких механізмів, як раціоналізація, гіперкомпенсація та заміщення. Ці механізми вказують на вищий рівень когнітивної обробки емоційного досвіду, що може свідчити про глибше усвідомлення почуття провини та прагнення інтегрувати його в особистісну структуру. Таким чином, провини у жінок частіше трансформується у конструктивні форми поведінки, пов'язані з самопізнанням, розвитком і самокорекцією.

У чоловіків же переважають проекція, витіснення, регресія, заперечення та компенсація — механізми, що мають на меті відсторонення від неприємного емоційного досвіду або його зовнішню трансформацію. Це свідчить про менший рівень інтроспекції та частіше використання непродуктивних способів уникнення або перенесення провини на зовнішні об'єкти, що може ускладнювати опрацювання внутрішнього конфлікту та затримувати формування адаптивних реакцій.

Таким чином, аналіз результатів дослідження наявно демонструє важливість урахування гендерної специфіки у психологічній підтримці, зокрема в роботі з почуттям провини та формуванням більш конструктивних захисних стратегій.

## ВИСНОВКИ

Вирішуючи перше завдання дослідження, було здійснено ґрунтовний аналіз наукових джерел, присвячених проблематиці почуття провини в сучасній психології. У роботі розглянуто основні підходи до розуміння цього феномена — емоційний, когнітивний, поведінковий, психодинамічний та соціально-психологічний. З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер, К. Хорні розглядали провину як наслідок внутрішнього конфлікту між моральними нормами та несвідомими імпульсами. Зокрема, у фрейдівському підході вона постає як результат домінування Супер-Его над Ід. Представники когнітивної психології (Дж. Левінсон) описують провину як усвідомлення власної відповідальності за скоєне, що супроводжується самокритикою та ретроспективним аналізом. Соціально-психологічні концепції (Дж. Хайтт) підкреслюють роль суспільних очікувань і нормативного тиску у формуванні моральної відповідальності та вини. У межах екзистенційної та гуманістичної парадигми (Р. Мей, І. Ялом) провина виступає як фактор розвитку особистості, що стимулює самопізнання, відповідальність і моральне зростання.

Вирішуючи друге завдання дослідження, було розкрито зв'язок між переживанням почуття провини та захисними механізмами психіки у представників різних статей. Виявлено, що у жінок домінують такі механізми захисту, як раціоналізація, проєкція, заперечення, що свідчить про глибшу емоційну залученість та схильність до внутрішнього конфлікту. У чоловіків більш вираженими виявились витіснення, уникнення та гіперкомпенсація, що вказує на орієнтацію на самозахист і збереження внутрішньої стабільності шляхом зниження афективної напруги. Такий розподіл може бути зумовлений як психофізіологічними відмінностями, так і соціально-культурними чинниками — очікуваннями щодо емоційного самоконтролю в чоловіків і чутливості в жінок. Встановлений зв'язок між

типами провини (ситуативна, міжособистісна, моральна) та домінуючими захисними стратегіями підкреслює важливість урахування статі у процесі психодіагностики та психокорекції.

Вирішуючи третє завдання дослідження, було проведено порівняльний аналіз переживання провини жінками та чоловіками. Згідно з результатами емпіричного дослідження, жінки мають вищі показники по шкалах міжособистісної провини, зокрема провини за турботу та автономію. Це свідчить про те, що вони схильні відчувати відповідальність за емоційний комфорт інших та тяжіють до самозвинувачення у ситуаціях порушення стосунків. Чоловіки, навпаки, продемонстрували вищу орієнтацію на моральні принципи та менш виражену емоційну реакцію у відповідь на міжособистісні ситуації. Такі відмінності вказують на наявність гендерно зумовлених моделей переживання провини та її регуляції. Провина у жінок частіше проявляється через глибоку афективну залученість, тоді як у чоловіків — через етичні оцінки ситуації, не завжди супроводжувані переживанням.

Таким чином, у дипломній роботі підтверджено, що почуття провини є складним емоційним утворенням, що має як адаптивне (мотивуюче), так і деструктивне (дезорганізуюче) значення. Його прояви значною мірою зумовлені індивідуально-особистісними характеристиками, гендерними особливостями та наявними захисними механізмами. Отримані результати мають практичне значення для психологічного консультування та психотерапії, оскільки дозволяють точніше визначити емоційні потреби клієнта залежно від статі, а також прогнозувати його схильність до конструктивного чи деструктивного опрацювання провини. Перспективи подальших досліджень пов'язані з вивченням культурних, вікових і професійних особливостей переживання провини та її взаємозв'язку з іншими емоційними та мотиваційними характеристиками особистості.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бусел В. Т. Великий тлумачний словник сучасної української мови (з доп. і допов.). Київ; Ірпінь: ВТФ Перун, 2005. С. 17–28.
2. Гідденс Е. Соціологія / пер. з англ. Київ: Основи, 1999.
3. Говорун Т. В., Кікінежді О. М. Гендерна психологія: навч. посіб. Київ: Академія, 2004. 307 с.
4. Губарева І. В. Психологія емоційної регуляції. — Київ: Логос, 2019. — 148 с.
5. Ткалич М. Гендерна психологія. Київ: Академія, 2021. 248 с.
6. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.
7. Чепелева Н. В. Гендерні особливості особистості: психологічні аспекти. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2008.
8. Фрейд З. Я і Воно / пер. з нім. А. Яковліва. Харків: Віват, 2020.
9. Хорні К. Невротична особистість нашого часу / пер. з англ. Київ: Основи, 2020.
10. Юнг К. Г. Айон: Дослідження феноменології Самості / пер. з англ. Київ: Український центр юнгіанської психології, 2020.
11. Гудзеляк І. І., Котик Л. І., Ванда І. В. Соціологія: навч.-метод. посіб. для самостійної роботи студентів напряму підготовки 6.040104. Львів: Вид. центр ЛНУ ім. Івана Франка, 2013. 95 с.
12. Мастерс У., Джонсон В., Коллодні Р. Основи сексології. Київ: Світ, 1998.
13. Гендерна політика в системі державного управління: підручник / за заг. ред. М. М. Білинської. Запоріжжя: Друк. світ, 2011. 132 с.
14. Статеврольова психологія: колективна монографія / Кочарян А. С. та ін. Хмельницький: ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2015. 236 с.

15. Малєєва О. Л. Психологічні особливості схильності особистості до переживання почуття провини: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Одеса, 2007. 220 с.
16. Малєєв О. М. Психологічні фактори почуття провини: магістерський дослідницький проєкт. Одеса: НУ «ОЮА», 2024. 49 с.
17. Гошовська Л. Д. Почуття провини як чинник агресивної поведінки особистості. Київ, 2022. С. 50–51.
18. Акімова Л. Н. Гендерні стереотипи і гендерна ідентичність особистості // Проблеми сучасної психології. 2012. Вип. 15. С. 28–38. Режим доступу: <https://dspace.onu.edu.ua/handle/123456789/12738>
19. Бідюк І. А. Статеворольові особливості студентів технічного вузу. Вісник Харків. нац. ун-ту ім. В. Н. Каразіна. Серія: Психологія. 2009. № 842. С. 35.
20. Коваль Г.Ш. "Трансформація психологічних характеристик чоловічої маскулінності у кіберпросторі". Стаття у фаховому виданні, категорія В. «Габітус». №58, 2024. С.. (Фахове видання, категорія В. ISSN: 2663-5216 (Online))
21. Кононенко О. І. Гендерні особливості проявів перфекціонізму особистості. Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Серія: Психологія. 2015. Т. 20, Вип. 2(36), Ч. 2. С. 99–105.
22. Нагорняк Ю. В. Гендерні особливості постстресових реакцій та інструменти позитивної психотерапії в подоланні стресу. Наук. вісник УжНУ. Серія: Психологія. 2024. № 3. С. 95–100. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.3.18>.
23. Ананова І. В., Ващенко І. В. Особистісні особливості, що визначають схильність до переживання почуття провини. Проблеми сучасної психології. 2016. № 34. С. 5–14.

- 24.Коваль Г. Ш., Кременчуцька М. К., Сисенко І. С. Гендерні особливості маніпулятивної поведінки. Вчені записки ТНУ ім. В. І. Вернадського. 2023. Т. 34(73), № 4.
- 25.Іванченко О. С. Теоретичні підходи до вивчення почуття провини у працівників МНС. Проблеми екстремальної та кризової психології: зб. наук. пр. Харків: НУЦЗУ, 2013. Вип. 12. С. 126–132.
- 26.Іванченко О. С. Конструктивна і деструктивна роль провини в житті людини. Збірник тез доповідей Української інженерно-педагогічної академії: матеріали ЛП науково-практичної конференції науково-педагогічних працівників, науковців, аспірантів та співробітників академії. Харків, 2019., Х.: Українська інженерно-педагогічна академія, 2019. С. 24.
- 27.Білова М. Е., Юрченко Г. І. Гендерна конструкція соціуму: історія і сучасність: зб. матеріалів міжнар. наук.-практ. конф. (Одеса, 20–21 трав. 2020 р.). Одеса: ОНУ ім. І. І. Мечникова, 2020.
- 28.Рєпнова Т. П., Кирилов В. В. Психологічні чинники почуття провини у німців та українців // Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір: матеріали IV міжнар. наук.-практ. конф. (Одеса, 21 черв. 2024 р.). С. 154–157. DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.28087>.
- 29.ГЕНДЕР ЯК СОЦІОКУЛЬТУРНИЙ ФЕНОМЕН [Електронний ресурс]. Режим доступу: [https://stud.com.ua/167823/pedagogika/gender\\_sotsiokulturniy\\_fenomen](https://stud.com.ua/167823/pedagogika/gender_sotsiokulturniy_fenomen)
- 30.Бенчіні К. Стат'я як біологічна характеристика і гендерні теорії [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://bioethics.ucu.edu.ua/stat-yak-biologichna-harakterystyka-i-genderni-teoriyi>
- 31.Сергеєнкова О. П. Вікова психологія – Завдання розвитку та гендерні відмінності в середній дорослості [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://ukrtextbook.com/vikova-psixologiya-sergeyenkova-o->

p/vikova-psixologiya-sergeyenko-o-p-zavdannya-rozvitku-ta-genderni-vidminnosti-v-serednij-doroslosti.html

32. Вікова психологія. Розділ 11. Психологія зрілого дорослого віку [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://textbook.com.ua/psihologiya/1473452495/s-41>
33. Шпаргалка (реферат) з вікової психології [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://ukrreferat.com/chapters/pedagogika/shpargalka-referat-6.html>
34. Вербець В. В. Лекція 18. Гендерна соціологія [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.ukrtextbook.com/sociologiya-verbec-v-v/sociologiya-verbec-v-v-lekciya-18-genderna-sociologiya.html>
35. Кравченко А. В. Соціологія / Гендерна нерівність. 2014 [Електронний ресурс]. Режим доступу: [https://stud.com.ua/74362/sotsiologiya/genderna\\_nerivnist#120](https://stud.com.ua/74362/sotsiologiya/genderna_nerivnist#120)
36. Френсіс Б. Чи є гендер соціальним конструктом чи біологічним імперативом? // Сімейне майбутнє: питання досліджень та політики. 7-ма конф. Австралійського ін-ту сімейних досліджень. Сідней, 2000. [Електронний ресурс]. Режим доступу: [https://www.endeavourforum.org.au/old/articles/babette\\_social.html](https://www.endeavourforum.org.au/old/articles/babette_social.html)
37. Конституція України: Закон України від 28 червня 1996 р. № 254к/96-ВР [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254k/96-vp>
38. Adler, A. (1956). *The Individual Psychology of Alfred Adler: A Systematic Presentation in Selections from His Writings* / edited by Heinz and Rowena Ansbacher.
39. Maslow A. H. *Motivation and Personality*. 2nd ed. New York: Harper & Row, 1970
40. Mead M. *Continuities in Cultural Evolution*. London: Taylor & Francis, 2017.

41. Morano D. V. *Existential Guilt*. Assen: Van Yorcum & Comp. B.V., 1973.
42. Perera S. B. *The Scapegoat Complex: Toward a Mythology of Shadow and Guilt*. Toronto: Inner City Books, 1986.
43. Stoller R. *Sex and Gender: On the Development of Masculinity and Femininity*. New York: Science House, 1968.
44. Tyson Ph., Tyson R. L. *Psychoanalytic Theories of Development: An Integration*. New Haven; London: Yale University Press, 1990.
45. American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 5th ed. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.
46. Cramer P. Defense mechanisms in psychology today: Further processes for adaptation. *American Psychologist*. 2000. Vol. 55, No. 6. P. 637–646. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.6.637>.
47. Diehl M., Hay E. L. Personality, coping, and defense mechanisms: The influence of gender and age. *Journal of Personality*. 2010. Vol. 78, No. 2. P. 403–438. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2009.00614.x>.
48. Lobel T. E., Winch G. L. Different defense mechanisms among men with different sex role orientations. *Sex Roles*. 1986. Vol. 15. P. 215–220. <https://doi.org/10.1007/BF00287486>.
49. Moloney F., Amini J., Sinyor M., et al. Sex Differences in the Global Prevalence of Nonsuicidal Self-Injury in Adolescents: A Meta-Analysis. *JAMA Netw Open*. 2024. Vol. 7, No. 6. e2415436. DOI: 10.1001/jamanetworkopen.2024.15436.
50. *Personality and Individual Differences*. 2019. Vol. 149 (15 October). P. 66–77. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.05.016>.
51. Dennis D. Perception of responsibility and guilt in moral judgments. *NeuroEthics Conference*. Padova, Nov. 2011.
52. Haidt J., Kesebir S. Morality. In: *Handbook of Social Psychology*. Vol. 2. Wiley, 2010.

- 53.Hirdman Y. The gender system. In: New Perspective on the Women's Movement. Aarhus: Aarhus University Press, 1991. P. 208–220.
- 54.Kononenko O., Bolotova O. Resilience of personality as a manifestation of mental and psychological health. In: Turbiarz M., Varina H. (Eds.). The psychological health of the personality and society: the challenges of today. Opole: The Academy of Management and Administration in Opole, 2020. P. 42–48.
- 55.Levinson D. Race and retribution: An empirical study of implicit bias and punishment in America. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://scholarspace.manoa.hawaii.edu/server/api/core/bitstreams/e1ed604b-7101-42c1-91fa-a5fb4d0006e5/content>
- 56.Levinson D. J. Emotion and reason: The interplay of guilt and cognition // Emotion Regulation and Well-Being: Proceedings of the Fourth International Conference on the (Non) Expression of Emotions in Health and Disease, Tilburg University, October 2007 / ed. by I. Nyklíček, A. Vingerhoets, M. Zeelenberg. – Dordrecht: Springer, 2011. – URL: <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6953-8>.
- 57.Council of Europe. Convention on preventing and combating violence against women and domestic violence. Istanbul, 11.V.2011. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://rm.coe.int/168008482e>
- 58.American Historical Review. Introduction to Revisiting “Gender: A Useful Category of Historical Analysis”. The American Historical Review. 2008. Vol. 113, No. 5. P. 1344–1345. <https://doi.org/10.1086/ahr.113.5.1344>