

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА**  
**ПСИХОТЕРАПІЇ**

**Кафедра клінічної психології**

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА**

**на тему: Роль сімейних сценаріїв у формуванні самоствалення жінок**

Студента (ки) \_\_\_\_\_ курсу \_\_\_\_\_ групи  
Спеціальності 053 Психологія  
Освітньо-професійна програма Клінічна  
психологія

\_\_\_\_\_

(прізвище та ініціали)  
Керівник \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Кількість балів \_\_\_\_\_

Національна шкала \_\_\_\_\_

Оцінка ECTS \_\_\_\_\_

Робота рекомендована до захисту

рішенням кафедри клінічної психології

Протокол № \_\_\_\_ від « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Зав. кафедри \_\_\_\_\_

підпис

(наукова ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові)

**Київ–2023**

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ I ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ СІМЕЙНИХ СЦЕНАРІЇВ У ФОРМУВАННІ САМОСТАВЛЕННЯ ЖІНОК</b> .....	6
<b>1.1. Підходи до розуміння поняття самоствавлення</b> .....	6
<b>1.2. Поняття і значення сімейних сценаріїв</b> .....	14
<b>1.3. Вплив сімейних сценаріїв на формування самоствавлення</b> .....	18
<b>Висновки до першого розділу</b> .....	22
<b>РОЗДІЛ II ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ СЦЕНАРІЇВ НА ФОРМУВАННЯ САМОСТАВЛЕННЯ ЖІНОК</b> .....	24
<b>2.1. Обґрунтування методів дослідження впливу сімейних сценаріїв на формування самоствавлення жінок</b> .....	24
<b>2.2. Вибірка, описові статистики та перевірка розподілів на нормальність</b> .....	34
<b>Висновки до другого розділу</b> .....	48
<b>РОЗДІЛ III ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ СІМЕЙНИХ СЦЕНАРІЇВ У ФОРМУВАННІ САМОСТАВЛЕННЯ ЖІНОК</b> .....	50
<b>3.1. Кореляційні зв'язки між шкалами обраних методик</b> .....	50
<b>3.2. Взаємозв'язки самоствавлення й самооцінки з результатами збору анкетних даних</b> .....	59
<b>3.3. Рекомендації щодо зменшення впливу сімейних сценаріїв на формування самоствавлення жінок</b> .....	72
<b>Висновки до третього розділу</b> .....	75
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	78
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	83
<b>ДОДАТКИ</b> .....	89

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження.** В психологічній літературі поняття самоствавлення має доволі пряме значення, що позначає ставлення особистості до себе, яке формується і розгортається протягом усього життя. Вважається, що самоствавлення представляє з себе осмислене й усвідомлене ставлення до власних особистісних характеристик. Самоствавлення безпосередньо пов'язане з самосвідомістю особистості, її Я-концепцією і власне відображає ставлення, установки особистості щодо себе. Початок формування цих установок і ставлення до себе закладається ще у дитинстві у взаємодії у сім'ї.

З наявних досліджень відомо, що хоча б частково, але когнітивні, емоційні і поведінкові шаблони, схеми, які проявляються зокрема у самоствавленні формуються під час соціалізації в дитинстві. Основними взірцями, праобразами ставлення до себе постають прояви самоствавлення значущих дорослих у житті дитини, взаємодія з якими становить вагомую частину процесу соціалізації.

Виходячи з положень транзактного аналізу та теорії системної сімейної терапії, важливою детермінантою формування Я-концепції і відповідно самоствавлення є вплив сімейних сценаріїв (зокрема, через вплив на формування сценаріїв життєвих). В рамках цього підходу розглядається соціально-культурний аспект формування Я-концепції, самоствавлення, де основною одиницею соціуму, що формує особистість виступає сімейна система зі своїми сталими механізмами функціонування, ролями, традиціями, міфами.

Всі ці елементи створюють першооснову для формування самоствавлення особистості, адже його формування у ранньому дитинстві першочергово відбуватиметься в поняттях, представлених у батьківських директивах, присудженні ролі у сім'ї батьками, дитячим рішенням, власною зацікавленістю особистості переймати і відігравати сімейний сценарій.

В ключових роботах, в яких пояснюється сутність сценаріїв і їх роль у житті людини переважно, хоч і в нейтральному характері, позиція дослідження зв'язку між сценарієм і самоствавленням має чоловічий характер. Тобто, перспектива впливу сценаріїв на розвиток самоствавлення жінки описується

порівняно в меншому обсязі. З браку інформації щодо теми, впливає чимало питань стосовно того, який характер носить роль, яку сімейні сценарії відіграють у формуванні самоставлення саме жінок, чи є відмінності у впливі, сімейних сценаріїв на формування самоставлення залежно від статі як відрізняється ця роль для процесу формування самоставлення жінок і чоловіків тощо. Відповідно, актуальність нашого дослідження визначається визначення ролі сімейних сценаріїв у формуванні самоставлення жінок.

**Об'єкт дослідження** – самоставлення жінок.

**Предмет дослідження** - роль сімейних сценаріїв у формуванні самоставлення жінок.

**Мета дослідження** – теоретично та емпірично дослідити особливості ролі сімейних сценаріїв у формуванні самоставлення жінок.

**Завдання дослідження:**

- 1) Вивчити теоретичні підходи до поняття самоставлення та сімейних сценаріїв.
- 2) Розкрити вплив сімейних сценаріїв на формування само ставлення у жінок.
- 3) Емпірично дослідити специфіку ролі сімейних сценаріїв у формуванні самоставлення жінок.
- 4) Скласти рекомендації щодо зменшення впливу сімейних сценаріїв на формування самоставлення жінок.

**Методи дослідження:**

теоретичні: методи аналізу психологічної літератури (аналіз, порівняння, систематизація, узагальнення теоретичного й емпіричного матеріалу);

емпіричні: Методика дослідження самоставлення Століна-Пантелєєва; Методика досвіду близьких стосунків К. Бреннан і Р.К. Фрейлі; Діагностика самооцінки Дембо – Рубінштейн та метод анкетування; Методика «Сімейні емоційні комунікації» А. Б. Холмогорової і С.В. Волікової; Методика «Психологічні границі особистості» Е. Гартмана.

статистичні (методи математичної статистики): методи описової статистики, U-критерій Манна-Уїтні, t-критерій Стьюдента, ранговий коефіцієнт кореляції Спірмена.

**Характеристика дослідницької вибірки:** Вибірка становила 63 особи віком від 26 до 55 років (всі жінки). Переважна більшість респондентів перебувають у шлюбі; не мають дітей (47.6%) або мають одну дитину (31.7%); є найманими працівницями (41.3%) або фрілансерами (34.9%). Дослідження у форматі онлайн з грудня 2022 року.

**Теоретична значущість роботи** полягає у розширенні наявних теоретичних уявлень про формування самоствавлення жінок і роль сімейних сценаріїв у цьому процесі.

**Практична значущість роботи** визначається тим, що результати дослідження можуть бути використані у практиці шкільного психолога або дитячої психологічної консультації, а також можуть бути корисні в практиці психокорекції.

# РОЗДІЛ І ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ СІМЕЙНИХ СЦЕНАРІЇВ У ФОРМУВАННІ САМОСТАВЛЕННЯ ЖІНОК

## 1.1. Підходи до розуміння поняття самоствавлення

Сучасна ситуація у світі зумовлює підвищену цікавість передусім до проблематики становлення самоствавлення особистості. В ході аналізу літератури спостерігається домінування інтерпретації поняття самоствавлення в рамках дослідження специфіки Я-концепції або в більш узагальненому плані, самосвідомості. Вважається, що самоствавлення відображає переважно оцінювальний афективний компонент самосвідомості, який передусім передбачає і визначає певну внутрішню активність, яка зумовлює процес самоактуалізації та розгортання особистісного потенціалу людини.

При цьому, підкреслюється залежність самоствавлення як явища від особливостей соціокультурного середовища, в якому формується особистість, і відповідно, залежність особистісного розвитку від самоствавлення. Крім того, наголос робиться на суб'єктності природи самоствавлення, що передбачає наявність у людини установки на реалізацію рефлексії своєї діяльності тощо.

Цікаву позицію стосовно поняття самоствавлення сформулював дослідник І. Д. Бех, зазначивши, що саме самоствавлення можна вважати ключовим аспектом процесу формування й розвитку особистості. Він вважає, що саме завдяки самоствавленню реалізуються процеси оцінювання й прийняття або неприйняття власного «Я». Самоствавлення виступає свого роду клейкою субстанцією, що покликана скріпити людину і світ, шляхом розкриття становлення смислового зв'язку, змістовного аспекту цієї єдності [3, с. 52-56].

Тобто, самоствавлення є тим, що наповнює форми зв'язків людини зі світом певним контекстом, надаючи їм суб'єктивної значущості і закріплюючи психічні образи, якими вона оперує у житті. Відповідно, від змісту цих зв'язків буде залежати і загалом зміст сприйняття особистістю світу і свого місця в ньому.

Розглядаючи самоствавлення в якості складного психічного процесу, дослідники дійшли висновку, що його сутність полягає у акті сприйняття

особистістю самої себе в різних ситуативних контекстах, пов'язаних з її діяльністю та поведінкою, комунікацією з іншими людьми, шляхом поєднання всіх сформованих образів у єдине ціле – спочатку певні уявлення, а потім і поняття власного «Я» як суб'єкта з-поміж суб'єктів, від яких людина відрізняється попри наявність спільних характеристик.

Одним з перших поняття самоставлення у психологічній літературі було використано дослідником Н. Сарджвеладзе. В його інтерпретації самоставлення визначалося як складна багаторівнева емоційно-оцінна система, у складі якої диференціювалися два блоки - об'єктивний («Я», як об'єкт) та суб'єктивний («Я», як суб'єкт). Обидва блоки реалізуються, на думку дослідника, завдяки когнітивній активності, афективним реакціям та алгоритмам дій чи готовності до їх реалізації людиною щодо себе. В рамках цієї концепції самоставлення виступало однією зі структурних одиниць диспозиційного ядра особистості, яке забезпечує її здатність певним чином взаємодіяти з собою та з соціальним середовищем [24]. Н.І. Сарджвеладзе також описував характеристики функціоналу самоставлення:

1. Самовідзеркалення – передбачає самовідображення особистістю себе, що створює підстави для рефлексії і самопізнання.

2. Самовираження та самореалізація – самоставлення забезпечує експресію особистістю себе і відповідно вираження себе може набувати вигляду реалізації усвідомленого особистісного потенціалу.

3. Гомеостатична, передбачає збереження стабільності внутрішньої системи Я-концепції.

4. Саморегуляція та самоконтроль – самоставлення забезпечує контроль і регуляцію поведінки шляхом сигналізації особистості про невідповідність уявлень, емоційних переживань і поведінки, що мотивує її здійснювати дії задля відновлення відповідності (перетинається зі збереженням внутрішньої стабільності «Я»).

5. Его-захисна – може діяти в межах відтворення захисних механізмів психічного апарату задля збереження його цілісності, адже функціонування

психіки змістовно залежить і від того, яким самоствавленням пронизана психічна діяльність особистості.

б. Інтрокомунікаційна – обумовлює зміст і афективне забарвлення внутрішньої комунікації особистості з собою.

Відповідно, самоствавлення як явище постає в ролі посередника інтеракції особистості з самою собою, підганяючи зміст під форму і через оцінку форми впливаючи на зміст.

Загалом, перші спроби трактування феномену самоствавлення у психології були пов'язані в першу чергу з поняттям глобальної або інтегральної самооцінки як певного узагальненого переживання, що об'єднує окремі самооцінки в одну динамічну сукупність. Відповідно, вважалося, що якщо завдяки самопізнанню людини можливим стає виявлення причини та сенсу її поведінки, На думку вчених, завдяки самопізнанню можна виявити причину та смисл поведінки людини, тоді власне самооцінка є вираженням модусу сприйняття власного «Я», своїх можливостей, позиції у соціальних відносинах.

Зокрема, Р. Бернс відзначав, що саме самооцінка відображає ставлення людини до себе. Відповідно, самоствавлення як явище виникає тому, що будь-яке знання людини про себе не може бути сприйняте нейтрально і індіферентно, що виражається в формуванні у неї оцінювальних ставлень та емоційного реагування. Якщо розглядати самоствавлення під цим кутом, воно являє собою своєрідну емоційну складову установки особистості, орієнтованої на себе, афективну складову Я-концепції, що в сутності є загальною й стійкою самооцінкою, яка може варіюватися за інтенсивністю в залежності від змісту сформованого в певному контексті образу «Я» [38].

У своїй монографії Р. Бернс зазначав, що самоствавлення в найбільш вираженій динаміці проявляється саме у дитинстві, що пов'язував з тим фактом, що в той період самоствавлення є найменш структурованим. Він додає: «Орієнтири для самооцінки, закладені у дитинстві, підтримують самі себе протягом життя людини; відмовитись від них надзвичайно важко. Ця обставина ставить під сумнів теоретичне припущення, що індивід може легко підвищити



самооцінку, знизивши рівень своїх вимог» [38, 54]. Відповідно, з віком і набуттям життєвого досвіду, розвитком організму, самоставлення стає стійкішим і більш сталим.

Також Р. Бернс звертав увагу на три компоненти Я-концепції людини (когнітивний, емоційний і поведінковий) [38]:

1. Образ «Я», когнітивна складова, яка складається з уявлень особистості.
2. Самооцінка, тобто афективна оцінка уявлень, яка може бути різною за інтенсивністю в залежності від контексту і змісту характеристик образів «Я».
3. Потенційна поведінкова реакція, тобто конкретні дії, які можуть бути реалізовані у відповідь на образ «Я» та самооцінку.

Дещо інакший підхід до інтерпретації самоставлення був виражений у концепціях С. Куперсмита і М. Розенберга. Зокрема, С. Куперсміт визначав самооцінку як ставлення особистості до себе, яке поступово розвивається, стає звичним для людини і яке набуває прояву згоди чи незгоди, міра якої визначає віру людини у власну цінність. В той же час, на думку М. Розенберга, самооцінка є відображенням ступеню розвитку у людини почуття самоповаги, власної гідності та позитивного ставлення всіх складових компонентів її «Я». Відповідно, занижена неадекватна самооцінка проявляється як самозречення, негативне ставлення до власної особистості, неприйняття її [39; 53].

Відповідно до уявлень цих дослідників, самоставлення слід розглядати як феномен, що має особливу природу і виконує певні функції у загальній системі самосвідомості. Тут самосвідомість інтерпретується як певна стійка особистісна риса, яка ж переважно незалежною від віку та контексту ситуацій, в яких опиняється людина. Заслуговує на увагу і інша концепція, згідно якої самоставлення має особливу природу та виконує специфічні функції в загальній системі самосвідомості. В цьому підході також підкреслюється значення мотиву самоповаги і потреби людини у стійкому образі «Я», що виступають гарантією сталого незмінного позитивного ставлення особистості до себе [39; 53].

Вкрай розповсюдженою стала думка, що різні сфери життєдіяльності і власне характеристики суб'єкта, які подеколи відіграють роль об'єктів

самооцінки, не є однаковими і значення ролі, яку відіграє самооцінка визначається цінністю і значенням для людини елементів, які в конкретний момент піддаються оцінюванню.

Витоки цих ідей можна знайти у роботах В. Джеймса, який свого часу відзначав, що помилки у суб'єктивно незначущих сферах мають незначний вплив на інтегральну самооцінку особистості. В. Джеймс виокремлював у «глобальному Я» особистості «Я, що усвідомлює» та «Я як усвідомлюваний об'єкт». Обидві категорії розглядалися ним як дві сторони одного цілого, які співіснують і діють одночасно. Відповідно, людина одночасно наділена здатністю усвідомлювати різні об'єкти, бути суб'єктом свідомості і виступати таким самим об'єктом реальності для усвідомлення.

При цьому, будь-який акт рефлексії передбачає ідентифікацію суб'єкта з «Я як усвідомлюваним об'єктом» і водночас встановлює нерозривний зв'язок між суб'єктом і об'єктом пізнання дійсності. Тому, В. Джеймс, розглядаючи критерії надання такої оцінки, акцентував увагу на тому, що самооцінка безпосередньо залежить від домагань індивіда, його бажання зайняти певне місце у світі, що виступає точкою відліку в процесі оцінювання людиною успіхів чи невдач («постулат Джеймса» за Р. Бернсом) [47; 38].

Власне, ця думка була підтримана і іншими дослідниками, зокрема С. Куперсміт зазначав, що загальна самооцінка за своїм змістом є сукупністю конкретних оцінок особистості щодо себе, підпорядкованих суб'єктивній особистісній цінності, значущості наданій їм самим суб'єктом [24].

Вивчаючи різноманітні способи діагностики генералізованої самооцінки, Х. Вайлі зазначав, що принцип звичайного підсумовування окремої самооцінки, який використовується при створенні оцінних процедур, є нічим іншим, як проявом фундаментального нерозуміння теорії, і що для адекватного дослідження загалом конструкту самооцінки необхідно вживати заходів для розгляду окремих оцінок особистості щодо себе і їх вкладу у загальну самооцінку [24].

В свою чергу, М. Розенберг запропонував «інтерактивну» гіпотезу, відповідно до якої вплив конкретного елемента «Я» на оцінювальне ставлення до себе змінюється залежно від рівня самооцінки у цьому конкретному аспекті та її значення для інших елементів [53].

Відповідно, можна дійти висновку, що самоставлення актуалізується саме через афективний компонент самосвідомості, безпосередньо пов'язаний з когнітивним, позаяк основу самоставлення становлять насамперед уявлення і знання суб'єкта про себе. Відповідно, на основі оцінки уявлень формується певне емоційно заряджене ставлення, яке може бути як позитивним, так і негативним, адекватним (відповідним реальності) або ж неадекватним (фантазійним). Як результат, на основі ставлення до себе у людини вибудовуються поведінкові моделі, алгоритми дій, які складають конативний чи регулятивний компонент самоставлення. Тому можна вважати самоставлення одним з найважливіших елементів самосвідомості людини, який має власну складну структуру, функції й властивості.

У сучасних дослідженнях концепту самоставлення зазначають, що двома основними способами: як самоспівчуття та як глобальна самооцінка [49]. Також констатується, що формування самоставлення відбувається в дитинстві, а на процес його формування впливає найближче оточення значущих людей [51]. Також, дослідники вказують і на значний вплив самоставлення на якість романтичних стосунків людей [40].

Дослідниця О. Камінська виділила декілька основних властивостей самоставлення, об'єднавши їх у три групи [24]:

1. структурні характеристики, до яких належать: самоповага, аутосимпатія, очікування позитивного ставлення від інших, самоцікавість, самовпевненість, власне ставлення інших, самоприйняття, самокерування, самопослідовність, самозвинувачення, самоцікавість, та саморозуміння;

2. змістовні, серед яких виокремлено: модальність, адекватність самоствавлення, повнота його складових елементів, наявність/відсутність суперечливих характеристик себе;
3. динамічні, до яких належать: рівень стабільності і лабільності, тобто, здатність особистості корегувати самоствавлення відповідно до змін, контексту процесу розвитку та отриманого досвіду.

Досліджуючи процес формування самоствавлення деякі дослідники, зокрема І. Чеснокова, зазначають, що він відбувається на двох рівнях самопізнання. На першому рівні самоствавлення має нестійкий характер і виникає внаслідок порівняння себе з іншими людьми, критеріями порівняння виступають переважно зовнішні фактори. Як результат, у людини виникають поодинокі образи себе, власної поведінки, безпосередньо пов'язані з конкретними ситуаціями; відповідно, на цьому рівні існує фрагментарне розуміння себе. На другому рівні процес формування самопізнання передбачає порівняння образів Я («Я-Я») за допомогою задіяння внутрішнього діалогу, результат якого виражається у специфіці самооцінки особистості та відображає рівень її психологічної зрілості [24].

У концепції В. Століна самоствавлення інтерпретується в якості відображення у свідомості смислу «Я», який надається самою особистістю. Відповідно до цієї концепції основою самоствавлення виникає у процесі самореалізації особистості [24].

Окрім того, самоствавлення виконує ряд функцій, зокрема:

1. Відображення людиною себе, яке відбувається як на зовнішньому плані, так і внутрішньому.
2. Самовираження, самореалізації. Тобто самоствавлення дозволяє людині з одного боку виразити власне ставлення до себе, а з іншого відповідно до цього ставлення обрати шлях реалізації власного потенціалу.
3. Збереження внутрішньої стабільності та безперервності «Я». Передбачається, що самоствавлення реалізується відповідно до прагнення

людини зберігати внутрішню узгодженість, відповідність («когнітивний консонанс»).

4. Саморегуляції та самоконтролю. Регуляція і контроль поведінки можуть здійснюватися людиною як стосовно себе, так і стосовно інших за наявності певного ставлення і уявлень про те, «як має бути». Тобто саморегуляція і самоконтроль стають можливими тоді, коли про себе дає знати її ставлення до себе, що сигналізує про певну невідповідність.

5. Его-захисну. Передбачає, що самоствавлення спрямовує процес захисту ядра особистості у відповідних для цього ситуаціях з метою його збереження, адаптації до умов ситуації і може проявлятися як зміна ставлення, формування нових шарів ідентичності, приведення у відповідність настанов з поведінкою тощо.

6. Інтракомунікації. Соціальна сутність особистості полягає не лише у її залученості у постійну взаємодію з соціумом, але і у тому, що вона може взаємодіяти й комунікувати з самою собою. Фундаментом таких внутрішніх комунікативних процесів є власне вся система самоствавлень особистості. Зокрема, зацентувати увагу на концепції Е. Берна про три позиції учасників спілкування, то у внутрішньо-особистісній комунікації їх так само суб'єкт може займати і відносно себе [37].

Отже, можна бачити, що самоствавлення є доволі неоднозначним поняттям. При цьому можливо виокремити три основні підходи до розуміння явища: 1) як афективного компоненту самосвідомості людини; 2) як риси особистості; як складової системи саморегуляції людини. Самоствавлення відіграє ключову роль у процесах саморегуляції особистості. В першу чергу ставлення особистості до себе набуває прояву у її соціальній активності. Воно може виступати власне мотивом саморегуляції поведінки і активізуватися на всіх етапах здійснення поведінкових актів. згідно з цими уявленнями, структуру самоствавлення можна проілюструвати таким чином. Розрізняють два рівні самоствавлення – рівень окремої самооцінки та рівень узагальненої самооцінки, і основним принципом

організації цих рівнів в одну систему є інтеграція окремої самооцінки з урахуванням їх суб'єктивного значення.

## **1.2. Поняття і значення сімейних сценаріїв**

З огляду на мету дослідження, яка полягала у визначенні ймовірної ролі сімейних сценаріїв у процесі формування самоствалення жінок, розглянуто поняття сімейного сценарію і його значення для формування особистості загалом.

Саме поняття сімейних сценаріїв почало використовуватись в першу чергу у рамках теорії системної сімейної терапії та транзактного аналізу. Спільним для обох цих теоретичних баз є розгляд особистості з позиції урахування її раннього досвіду взаємодії з іншими людьми (в першу чергу, з батьками), який визначив траєкторію її розвитку.

Уявлення про сім'ю як систему, в свою чергу, пов'язане з виникненням системної сімейної психотерапії, яка концептуально базувалася на теорії систем Л. фон Берталанфі. Відповідно, ключова ідея полягає у тому, що сім'ю слід розглядати як соціальну систему, які властивий свій комплекс елементів з їх специфічними властивостями, які між собою перебувають у динамічних відносинах. Важливим аспектом такої системи є й слідування нею двом основним принципам – гомеостазу та розвитку, відповідно до яких сім'я як система прагне до збереження певної внутрішньої сталості та має пройти свій життєвий цикл.

Спробувавши інтегрувати різні наявні погляди на інтерпретацію поняття сімейної системи, А.Б. Холмогорова запропонувала модель, у якій наводиться описова характеристика її чотирьох ключових аспектів:

1. Структура сім'ї, тобто певна сукупність стосунків між її членами (як кривних, так і духовних, моральних, владних, статусно-рольових тощо);
2. Мікродинаміка, тобто особливості функціонування сімейної системи. В ході аналізу мікродинаміки сімейної системи досліджуються: сімейні ролі,

стереотипні моделі взаємодії, циркуляція повідомлень, характер емоційної комунікації, метакомунікації, триангуляція;

3. Макродинаміка сімейної системи включає еволюцію контексту сімейної системи. У дослідженні цього аспекту звертається увага на сімейну історію, цикл розвитку, сімейні сценарії, трансмісії, опір системи змінам тощо;

4. Сімейна ідеологія, в яку входять сімейні норми і правила, делегування вимог і очікувань членам сімейної системи, міфи, цінності, традиції, ритуали, статево-рольові стереотипи, які характеризують зміст сімейної системи

Відповідно до представленої моделі сімейні сценарії займають своє місце на рівні макродинаміки сімейної системи, яка відображає особливості функціонування як системи в цілісності, так і кожного її члена окремо.

Поняття сімейного сценарію має велику кількість інтерпретацій, але загальним для цієї категорії є уявлення про сценарії як організуючий початок життя будь-якої сімейної системи, який детермінує його траєкторію. Поняття сімейного сценарію має досить велику кількість визначень. Сімейний сценарій є організуючим початком сімейного життя та у своїй сукупності визначає її.

Сімейний сценарій - це уявлення індивіда про певні типові (повторювані) ситуації. Це також сценарії більш менш частих подій сімейного життя. Вони допомагають індивіду орієнтуватися в тому, що відбувається, передбачити, яких подій слід очікувати, з якими труднощами і перешкодами він може зіткнутися. Зазвичай, як вказують деякі дослідники, кожен член сім'ї зазвичай доволі чітко уявляє типову приблизну послідовність подій, звичайну поведінку кожного члена сім'ї тощо.

Сімейний сценарій – повторюваний із покоління в покоління паттерн взаємодії між членами сім'ї, зумовлений подіями сімейної історії. Сімейний сценарій імпліцитно містить уявлення про те, з ким, як і для чого потрібно жити в сім'ї, скільки потрібно мати дітей, як піклуватися про них, як будувати відносини з розширеною сім'єю тощо.

На думку засновника теорії сімейних систем М. Боуена, досвід, який індивід отримує під час свого проживання у батьківській сім'ї і засвоєння ним

трансльованих у сім'ї паттернів поведінки зумовлює формування певного рівня диференціації «Я», який в подальшому впливає на відтворення схожих паттернів і стратегій вже у власній сім'ї. Як зазначав дослідник, за низького рівня диференціації у членів сімейної системи зазвичай не спостерігається виокремлення окремого Я кожного, а разом з тим немає диференціації бажань, уявлень, ідеалів – вони носять спаяний характер. При цьому більш-менш усвідомлено повторюються вже «напрацьовані» поколіннями внутрішньо-сімейні моделі інтеракції.

Розглядаючи сам процес міжпоколінної передачі та його наслідки, психіатр висунув припущення про те, що в дійсності більшість дітей, які з часом виходять зі своїх батьківських сімейних систем, мають приблизно такий самий рівень диференційованості Я, що і їхні батьки. Крім того, він вважав, що не всі зрештою переходять на інші рівні диференціації, а радше лишаяються вже на знайомому рівні. Відповідно, сталість рівня диференційованості «Я» зумовлює перенесення засвоєних сценаріїв на різні аспекти життя і те, що люди рідко від них відмовляються.

Якщо говорити детальніше про сімейні сценарії, то вперше теорія сценаріїв була розроблена Е. Берном та його колегою К. Стайнером, у середині 60-х років минулого століття. Е. Берн вважав, що життєві сценарії ґрунтуються на батьківському програмуванні. Сценарій, за визначенням Е. Берна, - це життєвий план, що безперервно розгортається і формується в ранньому дитинстві під впливом батьків. Це психічна сила, яка несе людину по певному шляху в його долі, незалежно від того, чи вважає вона цей шлях розумним чи пручається йому.

У когнітивній психології життєвий сценарій пов'язаний з поняттям «скрипт» – схемою дій автоматизованого характеру, незалежної від будь-якого вибору людини, як і закріпленою батьками чи соціальною ситуацією розвитку в ранньому дитинстві. Л. Л. Кац у визначенні життєвого сценарію вводить поняття ментальної карти як сукупності елементів, що зумовлюють специфіку світогляду, світосприйняття та поведінки особистості. Відповідно до його ідеї, саме життєвий сценарій надає сенсу всьому життєвому досвіду людини.



Відповідно до концепції А. Адлера, фундаментальну значущість мають перші п'ять років життя, після яких у реальності відбувається втілення їм життєвого сценарію. І значних змін, відповідно до зазначених раніше теорій, у життєвий сценарій людина майже не вносить, адже він записаний глибоко у підсвідомості, у несвідомому [14].

Сценарій обов'язково передбачає: 1) батьківські директиви, 2) відповідно до їх виконання особистісний розвиток і здібності, 3) рішення, прийняте в дитячому віці, 4) дійсне бажання і зацікавленість у виконанні сценарію (будь він з хорошим або з поганим кінцем), 5) переконаність у необхідності того, що відбувається [37].

Сценарій - це спроба повторення у похідній формі не просто реакції або ситуації перенесення, а цілої драми перенесення. Зазвичай вона розбита на акти, чим нагадує театральну виставу. Останнє є інтуїтивним відтворенням артистами драм нашого дитинства.

З точки зору функціонування, сценарій - це складна сукупність трансакцій, які мають характер повторюваності. Головним об'єктом трансактного аналізу є саме сценарій, адже під його впливом і формується особистість, складається доля людини.

Е. Берн поглибив уявлення про сценарії, додавши до їх опису вплив широкого соціального контексту. При цьому він акцентував увагу на їх досить ранньому виникненні, пов'язаному з дитячим вибором стратегії виживання у світі, а також на ролі казок та історій, що розповідаються в дитинстві, як основи переваги героя для неусвідомлюваної ідентифікації.

Сценарій - це неусвідомлений життєвий план кожної людини. Сценарії відносять до числа трансфертних явищ, тобто вони є похідними або адаптацією дитячого досвіду і реакцій. Сценарій не просто є реакцією чи ситуацією перенесення, це спроба відтворити у адаптивній формі цілу драму перенесення.

В трансактному аналізі сім'я розглядається як свого роду абсолют і одна з найважливіших, загальних одиниць виміру, яка дозволяє оцінити усе, що відбувається з соціумом, кожним окремим індивідом. Сімейні сценарії

передаються з покоління в покоління. З Батьківського еґо-стану до Батьківського еґо-стану передаються настанови про кількість дітей, методи виховання, сімейні традиції, відповідальність і права кожного члена сім'ї. У сімейному організмі і сценарії кожен виконує свою роль.

Сценарій сімейної ситуації грає велику роль, організуючи сприйняття її індивідом, визначаючи селективність цього сприйняття: які питання він ставить собі, зіштовхнувшись із ситуацією, потім звертає увагу, що бачить і чого не помічає. Частина уявлень індивід вже визначає у момент зіткнення із ситуацією. Сценарій нагадує карту, за якою слідує (або якої дотримується) індивід.

Дослідження «типових сценаріїв» показали, що пошук певної інформації одна із важливих частин практично будь-якого сценарію. Потрапивши в ситуацію, індивід щось уже знає про неї заздалегідь, а щось лише передбачає та прагне уточнити. Напрямок збору інформації – що саме цікавить індивіда – зазвичай закладено у сценарії.

Отже, сімейні сценарії представляють свого роду карту дій кожного члена сім'ї. Вони не усвідомлюються членами сім'ї повністю або взагалі не усвідомлюються. Сценарій може передаватись з покоління до покоління і головним чином він впливає на формування у людини її власного життєвого сценарію, який в тій чи іншій мірі проектує ранній досвід у батьківській сім'ї на подальше життя. При цьому, для того, щоб сценарій був переданий, батьки і дитина мають відповідно мати готовність і бажання передати або успадкувати сценарій

### **1.3. Вплив сімейних сценаріїв на формування самоствавлення**

Як вже зазначалося, структура сім'ї, ролі і звички в ній варіюються від системи до системи. Для кожної дитини її сімейна система є типовою, еталонною. Відповідно, концептуалізація дитиною сім'ї може розглядатися як компонент «соціального сценарію», зокрема для шлюбних відносин і побудови власної сім'ї. Інакше кажучи, сценарій можна розглядати як впорядковану

послідовність дій, пов'язаних тривалістю, причинністю та які організуються задля досягнення певної мети.

Вивчаючи особливості самооцінки і самоствавлення жінок, у дослідженнях відзначають, що основними факторами впливу на формування адекватних самооцінки і самоствавлення є рівень відкритості у міжособистісних стосунках, система реакцій на висловлення критичних суджень оточуючих, особливості родинних і дружніх відносин, параметри емоційної системи людини [20].

Говорячи про роль батьківського впливу і сімейних сценаріїв, у трансактному аналізі вважається, що людина від народження робить те, що їй кажуть (батьківське програмування). Відповідно до контексту того чи іншого сімейного сценарію батьківські директиви можуть варіюватись і відповідно до сценарію дитині надається та чи інша роль, яку вона має відігравати для підтримки функціонування усєї сімейної системи.

Якщо розглядати ймовірний вплив сімейних сценаріїв на самоствавлення особистості, то можна припустити те, що відповідно до ролі і директив, які дитина отримує у батьківській родині задля програвання домінуючого сценарію, формується і зміст її самоствавлення.

У трансактному аналізі вважається, що перше сценарне програмування відбувається у дуже ранньому дитинстві і оформлюється у вигляді коротких протоколів, які в результаті можуть переродитися у складні драми. У цей час у дітей формується почуття захищеності/його відсутність, почуття того, що все добре/погано.

Такі почуття формують основу для розподілу дітей на дві групи: хлопчиків – принців і жаб, а дівчат – принцес і гусок. Відповідно, тільки велика невдача може зробити з принца жабу, а велика удача з жаби – принца.

До періоду автономії у дітей формуються певні переконання стосовно самих себе і оточуючих, в першу чергу – батьків. Ці переконання можуть лишитися з ними до кінця життів і можуть бути резюмовані наступним чином:

- 1) «I'm OK»;
- 2) «I'm not OK»;
- 3) «You're OK»;
- 4) «You're not OK» [2; 37].

В залежності від цих переконань приймаються і життєві рішення. При цьому, яким би не було рішення, воно може бути виправдано займанням тієї чи іншої позиції, сформованої на основі міцно укорінених переконань. Найпростіші позиції для реалізації потребують всього двох людей і базуються на переконаннях, які формуються ще у ранньому дитинстві про себе та про інших.

Ряд досліджень були присвячені вивченню окремих аспектів та факторів формування життєвих сценаріїв: особливостей утримання життєвих сценаріїв у сфері трансляції особистістю моделей сексуальної поведінки, специфіки прояву життєвих сценаріїв особистості в контексті побудови моделей подружніх відносин; вплив культури та субкультури на утримання життєвих сценаріїв особистості.

Формування життєвого сценарію обумовлено специфікою соціалізації особистості у вигляді моделювання, вторинного армування та інтеграції засвоєних смислів та норм навколишньої дійсності.

Якщо взяти до уваги все вище зазначене варто звернути увагу на те, що умовно у трансактному аналізі при описі ролей дитини в рамках сценарію є поділ на позитивну роль (у випадку дівчинки – «принцеса») і негативну роль («гуска»), а перехід між цими ролями не визначається можливим.

Тобто, якщо дівчинці була призначена роль «принцеси» ставлення до неї буде відповідним, що закарбується у переконаннях і впливатиме на самоставлення у майбутньому дорослої жінки. І натомість, протилежну ситуацію можна припускати у варіанті, коли дівчинці призначається роль «гуски», конотації і специфіка контакту в рамках сценарію головним чином впливатимуть на уявлення дівчини стосовно себе і оточуючих. При цьому, ймовірно, ці уявлення можуть з часом і новим досвідом трансформуватись, але їх фундаментальний характер передбачатиме те, що кардинально їх поміняти може бути вкрай важко.

Цікаве дослідження про взаємозв'язок статево-рольової соціалізації та сімейних сценаріїв було проведено Д. Вейсом та Дж. Вороубі [58]. В цьому дослідженні сценарії було розглянуто в якості складної організації переконань і

цінностей, які скеровують маленького суб'єкта як потрібно себе вести в ролі члена сім'ї, інтерналізовані в процесі підкріплення, моделювання, репетицій та когнітивної асиміляції.

Дослідники опитали 42 дітей віком від 3 до 5 років та їхніх батьків. Інтерв'ю з дітьми структурувалося так, щоб отримати дані про сформованість відповідної гендерної ідентифікації, про те, які сценарії у них були сформовані щодо сімейних відносин та їх гендерних ролей. Опитувальники для батьків вимірювали такі характеристики, як структура сім'ї, батьківські статеві ролі, рівень освіти та доходу, забезпеченості житлом та паттерни перегляду телебачення.

В результаті свого дослідження психологи виявили, що переважна більшість дітей не ідентифікувала свою гендерну приналежність «коректно», натомість половина опитуваних дітей не давала чітких відповідей щодо своєї статевої приналежності. Втім, деякі діти приписували такі атрибути, як довге волосся, носіння спідниць та квіткові візерунки на одязі – жінкам, а чоловікам – коротке волосся і бороди. При цьому, це спостереження пов'язувалося з професійною зайнятістю батька. Жодна дитина не відзначала анатомо-фізіологічні характеристики статі, з якими могла б ідентифікуватись, що змусило дослідників дійти висновку, що провідну роль у становленні статево-рольової ідентифікації відіграють батьки шляхом прояснення і заохочення дітей спостерігати й пізнавати себе та інших.

Також було визначено, що розподіл хатніх обов'язків залежно у зв'язку зі статтю дітьми в переважній більшості випадків співпадав з реальним розподілом обов'язків у батьківських сім'ях. Також було висунуто припущення, що наявність сиблінгів сприяє формуванню статево-рольових сценаріїв на основі спостереження того, що діти, які були або єдиними у батьків або первістками з невеликою кількістю молодших сиблінгів частіше вказували на наявність нестереотипних або егалітарних уявлень про розподіл обов'язків залежно від статі. Також було виявлено закономірність, за якої діти з сімей з відносно високим доходом частіше відзначалися наявністю егалітарних сценаріїв.

В той же час, перегляд телебачення був пов'язаний у дітей з переважанням жорсткішого сценарного розподілу гендерних ролей, тобто триваліший перегляд телебачення сприяв закріпленню стереотипних умовно традиційних уявлень про гендерні ролі. Окрім того, на формування егалітарних сценаріїв впливала і можливість дітей реалізувати право обирати що дивитися по телебаченню. Відповідно, у дітей, які мали можливість обирати програми для перегляду, частіше спостерігалися егалітарні сценарії, а у дітей, які такої можливості не мали, частіше спостерігалися сценарії строгої диференціації ролей.

Відповідно, у цьому дослідженні було встановлено, що сімейні сценарії починають формуватися ще до третього року життя і ці сценарії охоплюють уявлення про структуру сім'ї, місце і роль у ній, задають певний зміст соціальному оточенню і відчуття того як світ має працювати. Відтак, сценарії суттєво впливають на формування самоствавлення особистості наповнюючи змістом її конкретні аспекти та зв'язки з оточуючими, що зумовлює розвиток оцінного і афективного спрямування на себе та інших.

Отже, в залежності від призначеної в контексті сценарію ролі, сама сімейна система сприяє формуванню того чи іншого змісту структури самоствавлення, наприклад, її наповненню уявленнями про себе як члена сімейної системи, який виконує певну роль.

### **Висновки до першого розділу**

У першому розділі кваліфікаційної роботи здійснено огляд основних підходів до розуміння понять самоствавлення і сімейних сценаріїв, а також теоретичного обґрунтування впливу сімейних сценаріїв на формування самоствавлення жінок. Самоствавлення являє собою складний психічний процес, сутність якого полягає в сприйнятті особистістю самої себе в різних ситуаціях діяльності та поведінки, в усіх формах взаємодії з іншими людьми і в поєднанні цих образів в єдине цілісне утворення – в уявлення, а потім в поняття свого власного «Я» як суб'єкта, відмінного від інших суб'єктів.

Сімейні сценарії, в свою чергу, це неусвідомлений життєвий план кожної людини. Сценарії відносять до числа трансфертних явищ, тобто вони є похідними або адаптацією дитячого досвіду і реакцій. Сценарій не просто є реакцією чи ситуацією перенесення, це спроба відтворити у адаптивній формі цілу драму перенесення.

Сценарій обов'язково передбачає: 1) батьківські директиви, 2) відповідно до їх виконання особистісний розвиток і здібності, 3) рішення, прийняте в дитячому віці, 4) дійсне бажання і зацікавленість у виконанні сценарію (будь він з хорошим або з поганим кінцем), 5) переконаність у необхідності того, що відбувається.

Формування життєвого сценарію обумовлено специфікою соціалізації особистості у вигляді моделювання, вторинного армування та інтеграції засвоєних смислів та норм навколишньої дійсності.

Якщо взяти до уваги все вище зазначене варто звернути увагу на те, що умовно у трансактному аналізі при описі ролей дитини в рамках сценарію є поділ на позитивну роль (у випадку дівчинки – «принцеса») і негативну роль («гуска»), а перехід між цими ролями не визначається можливим.

В залежності від призначеної в контексті сценарію ролі, сама сімейна система сприяє формуванню того чи іншого змісту структури самоствалення, наприклад, її наповненню уявленнями про себе як члена сімейної системи, який виконує певну роль.

## **РОЗДІЛ II ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ СЦЕНАРІЇВ НА ФОРМУВАННЯ САМОСТАВЛЕННЯ ЖІНОК**

### **2.1. Обґрунтування методів дослідження впливу сімейних сценаріїв на формування самоствалення жінок**

Метою кваліфікаційної роботи було дослідження особливостей формування і зміни Я-образу жінок в умовах воєнного стану. Відповідно до мети дослідження, було проведено опитування в онлайн-форматі за допомогою соціальних мереж, для чого була використана сформована на підготовчому етапі Google-форма, яка містила розроблену авторську анкету та підібраний діагностичний інструментарій.

Відповідно до мети дослідження було сформульовано наступні задачі:

- 1) проаналізувати наявні психодіагностичні інструменти і визначити доцільні методи та методика дослідження;
- 2) провести емпіричне дослідження з допомогою обраних методик;
- 3) здійснити аналіз та інтерпретування отриманих даних.

Зазначені задачі визначили хід емпіричної частини дослідження, організація якої складалася з наступних етапів:

1. Підготовчий етап. На основі аналізу теоретичних джерел та наявних результатів емпіричних досліджень з теми було сформовано авторську анкету. Також на підготовчому етапі була здійснена підготовка необхідних для дослідження матеріалів, сформовано форму на платформі Google задля швидкого опитування респондентів в форматі онлайн.

2. Етап проведення дослідження. Онлайн опитування відбувалося за допомогою розсилки сформованої форми у соцмережах. Опитування проводилося за добровільною участю і за отримання згоди на застосування отриманих результатів у подальшому дослідженні.

3. Етап операціоналізації отриманих даних. Отримані за допомогою розісланих Google-форм результати було перекодовано і пораховано в таблицях



програми MS Excel для зручності подальшого аналізу даних. Далі, результати розрахунків були розміщені в таблицях у програмі SPSS v. 26.

4. Етап математико-статистичної обробки даних. Після підготовки даних була проведена математико-статистична обробка даних, побудовано діаграми й складено таблиці даних, описано результати, надано кількісний та якісний аналіз отриманих даних.

5. Заключний етап полягав в аналізі усієї сукупності отриманих даних, їх узагальненні та інтерпретації. Також у задачі цього етапу входило і підбиття висновків та формулювання подальшого напрямку дослідження.

Відповідно до мети дослідження на підготовчому етапі було підібрано психодіагностичний інструментарій з метою перевірки висунутих гіпотез. До інструментарію дослідження увійшли найбільш відповідні меті та завданням методики:

- 1) Анкета;
- 2) Методика дослідження самоствавлення Століна-Пантелєєва;
- 3) Методика досвіду близьких стосунків К. Бреннан і Р.К. Фрейлі;
- 4) Діагностика самооцінки Дембо – Рубінштейн;
- 5) Методика «Сімейні емоційні комунікації» А. Б. Холмогорової і С.В. Волікової;
- 6) Методика «Психологічні границі особистості» Е. Гартмана.

Авторська анкета була створена відповідно до мети дослідження та була використана задля уточнення характеристик вибірки, які представляли цінність для емпіричного дослідження. До анкети увійшли 10 запитань с комбінованими варіантами відповідей. Пункти анкети охоплювали демографічні характеристики вибірки, а також параметри, які за припущеннями могли мати вплив на об'єкт дослідження.

**Методика дослідження самоствавлення Століна-Пантелєєва** структурована відповідно до розробленої В. В. Століним ієрархічної моделі самоствавлення. Відповідно, зазначена версія опитувальника спрямована на

виявлення трьох інтегральних рівнів самоствалення, які відрізняються за ступенем узагальненості:

1) глобальне самоствалення, яке розглядається як внутрішнє недиференційоване почуття людини «за» та «проти» самої себе;

2) самоствалення, диференційоване за самоповагою, аутсимпатією, самоцікавістю та очікуванням ставлення до себе. Тобто, мається на увазі та частина самоствалення, яка емоційно та за змістом охоплює віру людини у власні сили, здібності, ресурси, автономність тощо;

3) рівень конкретних дій щодо свого «Я».

Опитувальник включає наступні шкали:

- шкала S – вимірює інтегральне самоствалення;
- шкала I – самоповагу, яка включає внутрішню послідовність, саморозуміння, впевненість у собі;
- шкала II- аутосимпатію, яка визначається як доброзичливість або ворожість до власного «Я», відповідно до самої шкали було включено пункти, що стосуються самоприйняття та самозвинувачення. Загалом, на позитивному полюсі шкали визначається комплекс позитивних характеристик і оцінок себе людиною, пошуку у себе позитивних якостей, в той час як на другому полюсі – зосередженість на негативних аспектах власної особистості, недоліках;
- шкала III – очікуване ставлення від інших, яке передбачає відображення очікування людиною позитивного або негативного ставлення до себе від оточуючих;
- шкала IV – самоцікавість, яка відображає міру зацікавленості людиною собою, пізнавальний інтерес спрямований всередину себе та впевненість у цікавості своєї особистості для оточуючих.

Опитувальник містить також сім шкал спрямованих на вимір установки на ті чи інші внутрішні дії у відношенні власного «Я»:

- шкала 1 – самовпевненість, яка, з одного боку, виражає відчуття сили власного «Я» і впевненість у своїх силах, а з іншого – незадоволеність своїми можливостями, відчуття слабкості і сумніви у здатності викликати почуття поваги в оточуючих;
- шкала 2 – ставлення інших, яке, з одного боку, виражається як віра людини у те, що її дії заслуговують на повагу і симпатію від оточуючих, а з іншого – навпаки, віра у те, що особливості і дії людини викликать негативні реакції;
- шкала 3 – самоприйняття, з одного боку характеризується повним прийняттям себе, схваленням власних вчинків і узгодженість з «Я», а з іншого – нездатність прийняти себе, дезадаптивні тенденції;
- шкала 4 – самокерівництво, з одного боку відображає інтернальний тип локусу контролю, а з іншого – екстернальний;
- шкала 5 – самозвинувачення, яке, з одного боку, включає докори у власний бік через будь-які промахи і недоліки, а з іншого – відсутність негативних емоцій на свою адресу, адекватність у сприйнятті власних помилок;
- шкала 6 – самоцікавість, яка з одного боку передбачає відчуття цінності власної особистості та її перспективну цінність для інших, а з іншого боку – відчуття відсутності самоцінності, недооцінювання себе, що супроводжується втратою цікавості до свого внутрішнього світу і опори на власні почуття;
- шкала 7 – саморозуміння.

Відповідно, респондентам пропонується дати відповідь в сумарній кількості на 57 тверджень. За умови вияву згоди з твердженнями респонденти мають поставити знак «+», якщо ж вони не погоджуються з твердженням, то знак «-». Показники за кожним фактором вираховуються шляхом підсумовування значень тверджень, з якими випробуваний згоден, якщо вони входять у фактор з позитивним знаком та тверджень, з якими випробуваний не згоден, якщо вони входять у фактор з негативним знаком. Отриманий «сирий бал» за кожним

фактором переводиться у накопичені частоти (у %) відповідно до нормативних показників.

Інтерпретація результатів відбувається у відповідності з наступною градацією:

- 45-55 балів – адекватне самоствавлення, яке полягає у дотичному до реальності ставленні до себе, наданні собі відповідної до контексту ситуації оцінки.
- 55-70 балів – завищений рівень самоствавлення, пов'язаний недотичним до реальності надміру позитивним ставленням до себе та своїх дій, зниження критичності і адекватності регуляції поведінки.
- 40-45 балів – занижений рівень самоствавлення, пов'язаний з надміру негативним ставленням до себе, яке не відповідає реальності за змістом і передбачає завищену критичність щодо себе та схильність до знецінення особистісних властивостей.

Також вважається, що інтерпретація результатів з більш ніж 80 і менш ніж 40 балами може виявитися апріорі хибною через вплив другорядних факторів (зокрема, ефекту соціальної бажаності) і, відповідно, не рекомендується до здійснення. Отже, методика діагностики самоствавлення спрямована на визначення специфіки окремих характеристик пов'язаних зі ставленням людини до себе. В рамках цього дослідження обрана методика була визнана найбільш релевантною для досягнення мети (визначення особливостей впливу сімейних сценаріїв на формування самоствавлення жінок).

**Опитувальник «Досвід близьких стосунків» К. Бреннан і Р.К. Фрейлі (ECR-R)** був створений для надання оцінки характерним властивостям прихильності у дорослих людей, її подібності і відмінностей з дитячими формами прихильності. Ідея, на якій базуються уявлення авторів методики полягає у тому, що сформовані у дитинстві типи прихильності трансформуються у дорослі типи, для вимірювання яких слід зосереджуватися на двох ключових поведінкових аспектах стосунків між людьми: тривозі та уникненні. Загалом

передбачається, що індивіди з переважно уникаючим типом прихильності у дорослому віці реєструють інтимність як чинник дискомфорту та постійно шукають способи збільшити дистанцію й відновити незалежність, в той час як індивіди з переважно тривожним типом прихильності мають тенденцію до переживання страху неприйняття і покинення. Відповідно, дорослі типи прихильності розглядаються як результат і прояв історії (суб'єктивного досвіду) стосунків з іншими людьми.

Опитувальник містить 36 тверджень, які складають дві шкали: шкалу тривожності у стосунках (ступінь впевненості у надійності і чуйності значущої особи) та шкалу уникнення близькості (ступінь дискомфорту, який переживає людина при психологічному зближенні з іншими і формування залежності від неї).

Під час інструктажу респондентам пропонується згадати когось зі своїх близьких, кохану людину, родича чи друга і те, як складаються з ними стосунки. Респонденти мають оцінити чи відповідає кожне із наведених тверджень тим почуттям, які вони переживали у згаданих стосунках. Напроти кожного висловлювання респонденти мають позначити, чи згодні чи ні зі змістом тверджень, поставивши знаки (+) або (-) відповідно.

Перші 18 пунктів складають шкалу тривоги, пов'язаної з прихильністю. Пункти 19-36 містять шкалу уникнення прихильності. Кожен пункт оцінюється за 7-бальною шкалою, де 1 = зовсім не згоден, а 7 = повністю згоден. Щоб отримати показник тривоги, пов'язаної з прихильністю, потрібно усереднити відповіді на пункти 1–18. Щоб отримати показник уникнення прихильності потрібно усереднити відповіді на пункти 19–36. Пункти 20, 22, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35 і 36 потрібно перевести у прямі оцінки перед процедурою визначення середнього значення.

Розробники оригінальної методики спочатку припускали на підставі значень, отриманих за кожною шкалою, можливість класифікації випробуваних за одним із чотирьох типів прив'язаності. Відповідно до такого підходу до інтерпретації результатів, низькі показники за обома шкалами давали б підставу

класифікувати досвід стосунків особистості як відповідний надійному тип прив'язаності, а високі – як відповідний уникливо-відкидаючому типу. Високий показник за шкалою тривожності та водночас низький за шкалою уникнення близькості може виражати досвід стосунків відповідний тривожному типу; високі оцінки за шкалою уникнення та водночас низькі за шкалою тривожності описують досвід стосунків відповідний тривожно-уникаючому типу. Згодом автори перейшли від поділу на категорії до континуального виміру двох факторів, обґрунтовуючи це рішення вищою прогностичною точністю даних, які отримуються.

**Методика діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейн** базується на безпосередньому оцінюванні респондентами ряду власних індивідуальних якостей, таких як:

- 1) здоров'я – сприйняття свого актуального стану здоров'я та уявлення про те, яким воно має бути;
- 2) розум, здібності – актуальні уявлення про свої інтелектуальні здібності та уявлення про те, на якому рівні розвиненими вони мають бути;
- 3) характер – характеристика власних уявлень про свій характер та уявлень про те, яким він має бути;
- 4) авторитет у однолітків – характеристика актуального сприйняття власного авторитету у однолітків і прагнення його підвищити або знизити;
- 5) уміння багато робити своїми руками, умілі руки – характеристика себе як людини, яка добре справляється з різними задачами та бажаного розвитку цієї якості;
- 6) зовнішність – характеристика актуального сприйняття власної зовнішності та бажаного зовнішнього образу;
- 7) впевненість у собі – характеристика актуального сприйняття віри у власні можливості й здібності та бажаного розвитку цих переконань.

Респондентам пропонується на вертикальних лініях позначити рівень розвитку у них згаданих якостей (показник самооцінки) і рівень розвитку цих же якостей, який би задовольняв їх (рівень домагань).

Обробка проводиться за шістьма шкалами (перша шкала вважається тренувальною і не враховується у підрахунку результатів). Кожна відповідь виражається в балах. Відповідно, за кожною з шести шкал визначається:

- а) рівень домагань - відстань від нижньої точки шкали до знаку "х";
- б) висоту самооцінки - від "0" до знаку "х";
- в) значення розбіжності між рівнем домагань і самооцінкою - відстань від знаку "х" до знаку "-", якщо рівень домагань нижче самооцінки, він виражається негативним числом.

Інтерпретація результатів підпорядковується наступній градації рівнів самооцінки та домагань особистості:

- Реалістичний рівень домагань, характеризує результат від 60 до 89 балів.
- Порівняно високий рівень - від 75 до 89 балів, що підтверджує оптимальне уявлення про свої можливості, що є важливим чинником особистісного розвитку (вважається найбільш оптимальним).
- Результат від 90 до 100 балів зазвичай засвідчує нереалістичне, некритичне ставлення до власних можливостей.
- Результат менше 60 балів свідчить про занижений рівень домагань і ймовірний несприятливий розвиток особистості.
- Кількість балів від 45 до 74 ("середня" і "висока" самооцінка) засвідчують реалістичну (адекватну) самооцінку.
- Кількість балів від 75 до 100 і вище свідчить про завищену самооцінку і може вказувати на віддаленість уявлень людини від реальності, що може перешкоджати діяльності і комунікації з іншими.

- Кількість балів нижче 45 вказує на знижену самооцінку (недооцінювання, знецінення себе) і може свідчити про переживання неблагополуччя особистістю.

**Методика «Сімейні емоційні комунікації» А. Б. Холмогорової і С.В. Волікової.** Опитувальник було створено з метою виявлення дисфункцій у батьківських сім'ях дорослих пацієнтів з розладами афективного спектру, аби визначити конкретні цілі й мішені сімейної і індивідуальної терапії, пов'язаної з опрацюванням сімейного контексту розгортання цих розладів.

Для перевірки надійності опитувальника було обстежено 460 дорослих людей (213 осіб – пацієнти з розладами афективного спектру, 247 – популяційна вибірка). Експлоративний факторний аналіз виділив у опитувальнику сім шкал.

Для визначення надійності опитувальника авторами було проведено конфірмаційний аналіз, перевірку тест-ретестової надійності, підраховано коефіцієнт альфа Кронбаха, перевірку внутрішньої узгодженості та конструктну валідність опитувальника. За результатами цих процедур опитувальник було визначено як надійний. Опитувальник не залежить від статі, віку та рівня освіти досліджуваних.

Спочатку опитувальник складався із 34 питань. Одне з питань (№ 30) було виключено на етапі проведення факторного аналізу, оскільки воно характеризувалося незначним показником факторного навантаження, тобто недостатнім для включення його до будь-якого з факторів. На етапі здійснення конфірмаційного аналізу також було виключено деякі питання (№ 14, 29, 34), оскільки вони мали кілька значних факторних навантажень з різних факторів.

До остаточного варіанта опитувальника СЕК увійшли 30 прямих і зворотних тверджень, що характеризують різні аспекти сімейної системи. Відповідно до проведеного факторного аналізу було виокремлено 7 шкал (факторів):

1) фактор критики (часта батьківська критика та вираження невдоволення з боку батьків) – питання 8, 17, 18, 20, 24, 25, 27;



2) фактор індукування тривоги (індукування тривоги в сім'ї у формі негативних очікувань та передбачень) – питання 11, 12, 13, 15, 16;

3) фактор елімінування емоцій (ігнорування емоцій та заборона на їхнє відкрите вираження в сім'ї) – питання 1, 2\*, 3\*, 4, 7\*, 22\*;

4) фактор фіксації на негативних переживаннях (тривале «переживання» батьками невдач та неприємностей дитини – можливе джерело румінативного негативного мислення у дорослому віці) - питання 10, 14, 19;

5) фактор зовнішнього благополуччя (фасадність, недовіра та ворожість до людей) – питання 5, 6, 26;

6) фактор надвключеності (підвищений контроль та втручання у справи дитини) – питання 28, 29, 30;

7) фактор сімейного перфекціонізму (завищені очікування та вимоги з боку батьків) – питання 9, 21, 23.

Досліджуваним надається інструкція, згідно якої вони мають виразити згоду або незгоду з кожним з наданих тверджень, виходячи з власного досвіду життя у батьківській сім'ї. У твердженнях, які стосуються матері і батька, відповідь позначається стверджувальною якщо твердження правильно характеризує поведінку хоча б одного з батьків. Крім того у методиці визначається загальний рівень сімейних дисфункцій за сумарним показником балів, набраних за попередніми шкалами. Рівень сімейних дисфункцій може варіювати наступним чином:

1. Низький рівень – від 0 до 24 балів;
2. Нижче середнього – від 25 до 35 балів;
3. Середній рівень – від 36 до 57 балів;
4. Вище середнього – від 58 до 68 балів;
5. Високий рівень – від 69 до 90 балів.

**Методика «Психологічні границі особистості» Е. Гартмана (адаптація О.А. Шамшикової і В.І. Волохової)** складається з 18 пунктів (14 прямих та 4 зворотних питань), відповіді на які метрично аналізуються і можуть вважатися емпірично перевіреними індикаторами тонкощів особистісних кордонів.

Респондентам дається інструкція виразити наскільки вірними відносно їхнього досвіду є твердження методики (де А – абсолютно невірно; В - скоріше неправильно, ніж правильно; С – іноді; D - скоріше правильно, ніж неправильно; Е – абсолютно вірно).

У відповідях на запитання № 1, 2, 3, 4, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 18: 1 бал надається за відповідь А, 2 бали - за відповідь В, 3 бали - за відповідь С, 4 бали – за відповідь D, 5 балів – за відповідь Е. Твердження №5,6,7, 16 оцінюються за зворотною схемою.

Далі отримані результати розподіляються наступним чином:

- 21-35 балів – адаптивні адекватні особистісні кордони;
- 50 і більше балів – надто тонкі проникливі особистісні кордони;
- 20 і менше – надто товсті особистісні кордони.

Відповідно, зазначена методика була використана для встановлення особливостей особистісних кордонів респондентів як прояву самоствавлення. Логічним видається припущення про те, що за умови сформованості у людини адекватного самоствавлення її особистісні кордони також матимуть гнучкий адаптивний характер. Натомість, у особистості з неадекватним самоствавленням особистісні кордони можуть проявлятися як надміру тонкі або товсті.

## **2.2. Вибірка, описові статистики та перевірка розподілів на нормальність**

Вибірка нашого дослідження склалася з 63 осіб жіночої статі віком від 26 до 55 років. Отже, результати проведеного емпіричного дослідження висвітлюватимуть особливості формування самоствавлення у жінок під час військового стану від вікового періоду ранньої до середньої дорослості (за періодизацією Е. Еріксона).

Відповідно до результатів опитування за створеною для дослідження анкетною (рис.2.1.) було визначено особливості сімейного статусу респондентів.

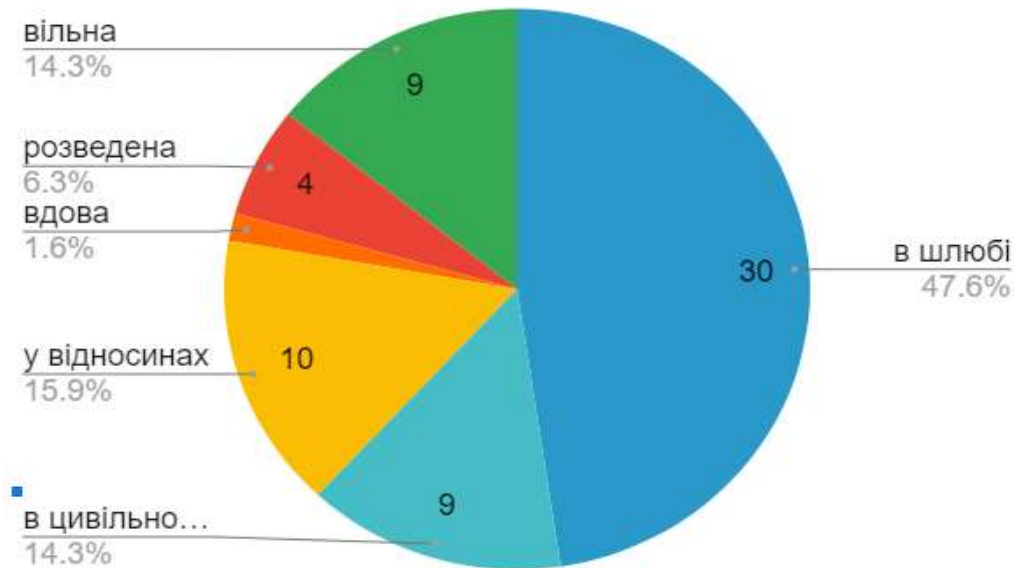


Рисунок 2.1. Розподіл вибірки за сімейним статусом

Зокрема, визначено, майже половина осіб від загальної сукупності респондентів вибірки (47,6%) знаходиться в шлюбі, рівнозначно частина респондентів (14,3% і 14,3% відповідно) зазначили, що наразі знаходяться в цивільному шлюбі або не знаходяться в стосунках («вільні»), інша частина респондентів позначила свій статус (15,9%) як «у відносинах». Найменші за чисельністю презентації серед респондентів категорії сімейних статусів, які були представлені в анкеті – «вдова» (1,6%) і «у розлученні» (6,3%). Отже, за ознакою сімейного статусу більша частина респондентів дослідження відзначає перебування у шлюбі на момент взяття участі в опитуванні.

При цьому визначено, що відповідно на питання про наявність дітей (рис.2.2.), майже половина респондентів вибірки (47,6%) відповіли, що не мають дітей, дещо менший відсоток респондентів (31,7%) вказали, що мають одну дитину, а найменша кількість вказали, що мають 2 дітей (15,9%) або більше (3,2%).

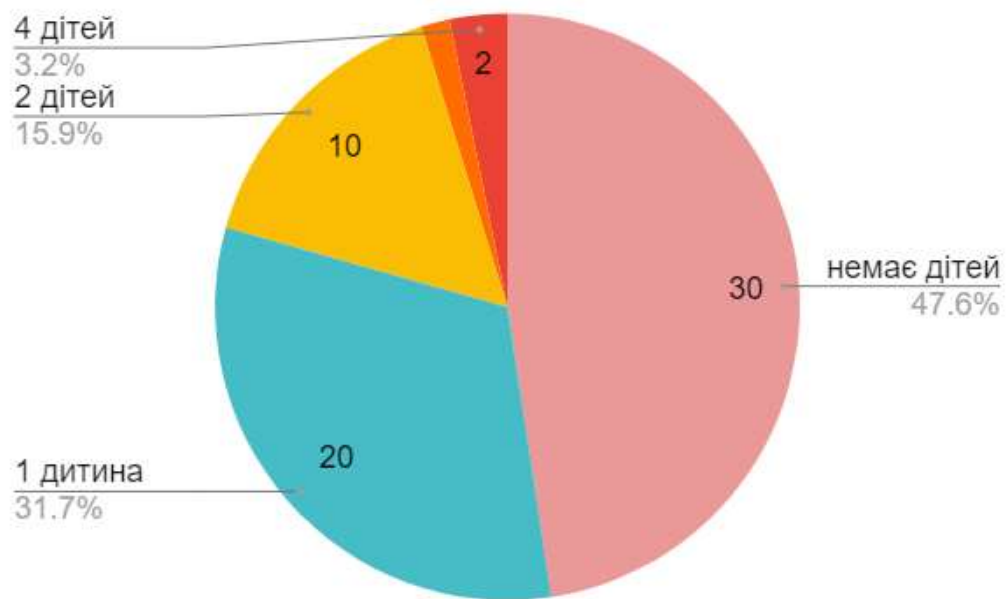


Рисунок 2.2. Розподіл вибірки за кількістю дітей в сім'ї

Отже, для більшості респондентів характерною є відсутність дітей або наявність однієї дитини на момент участі у дослідженні, для порівняно меншої кількості учасниць опитування характерною є наявність 2 і більшої кількості дітей в сім'ї.

Відповідно до отриманих даних за питанням щодо робочого статусу респондентів (рис.2.3.), близько половини учасниць дослідження (41,3%) – є найманими працівницями, дещо менша, але суттєва частка є фрілансерами (34,9%), близько 10% від загальної сукупності вибірки є власницями бізнесу (9,5%), решта – на момент участі в дослідженні перебували в декретній відпустці (1,6%) або відзначили, що не працюють (12,7%).

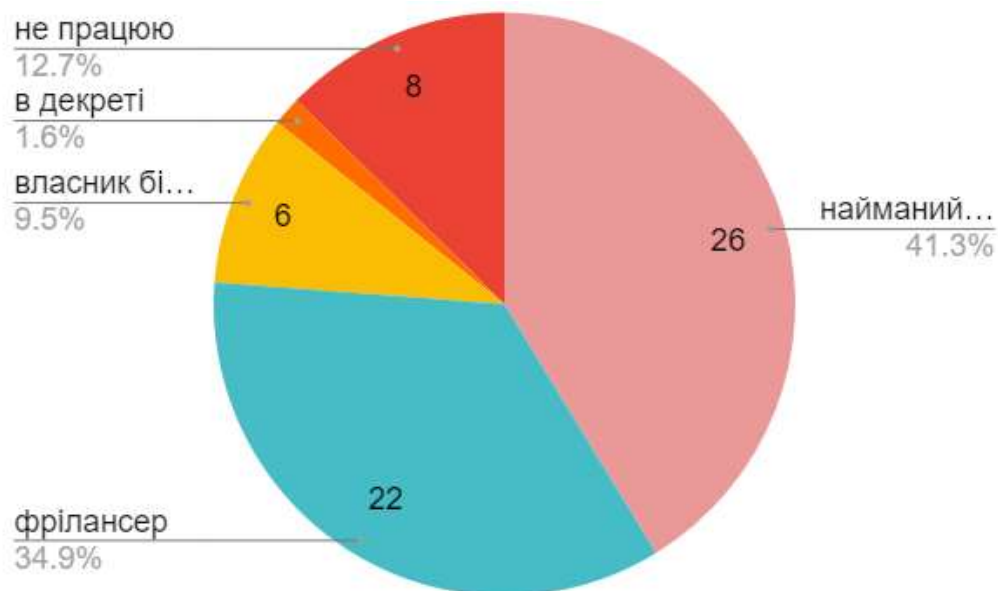


Рисунок 2.3. Розподіл вибірки за робочим статусом

Отже, здебільшого респонденти нашого дослідження є працевлаштованими, мають різні форми зайнятості від керування власним бізнесом до найманої праці. Найменш чисельна частка респондентів на момент участі у дослідженні відзначили перебування у декретній відпустці.

Відповідно до отриманих результатів анкетування попередньо можна підсумувати, що респонденти нашого дослідження переважно характеризуються перебуванням у шлюбі, відсутністю дітей або наявністю однієї дитини в сім'ї та активним робочим статусом.

Наступним кроком у процесі опису вибірки було здійснення попереднього аналізу отриманих результатів за методиками. Зокрема, за методикою «Досвід близьких стосунків» К. Бреннан і Р.К. Фрейлі було виявлено наступне. Проаналізувавши середні значення за шкалами було визначено, що переважно вибірка характеризується порівняно вищим середнім показником тривожності у стосунках ( $M = 4,67$ ).

При цьому, у порівнянні найбільший показник у вибірці зустрічається саме за шкалою уникнення близькості. Втім, різниця не видається надто суттєвою. Можна бачити (рис. 2.4.) (додаток Б), що для респондентів приблизно однакової мірі характерними є тривога і уникання в стосунках зі значущими людьми.

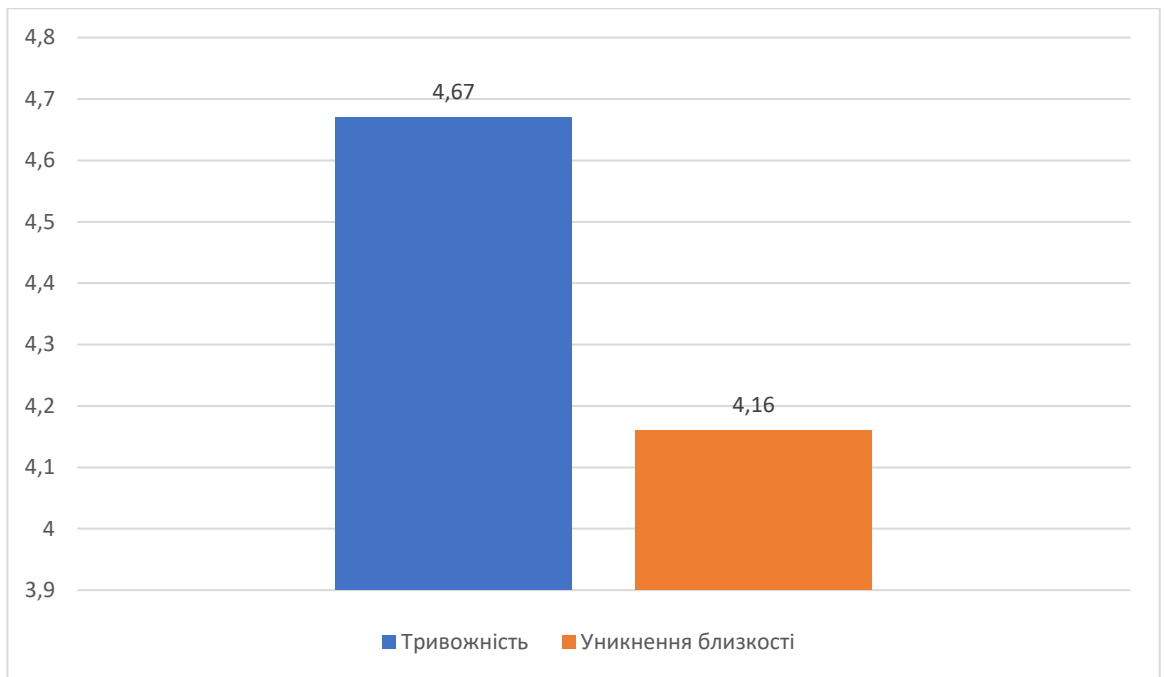


Рис. 2.4. Розподіл середніх значень за шкалами методики «Досвід близьких стосунків»

Тобто, це може свідчити про приблизне групування оцінок за шкалами у межах 2-5 балів, що також можна проінтерпретувати як низький рівень прояву тривоги і уникнення відповідно.

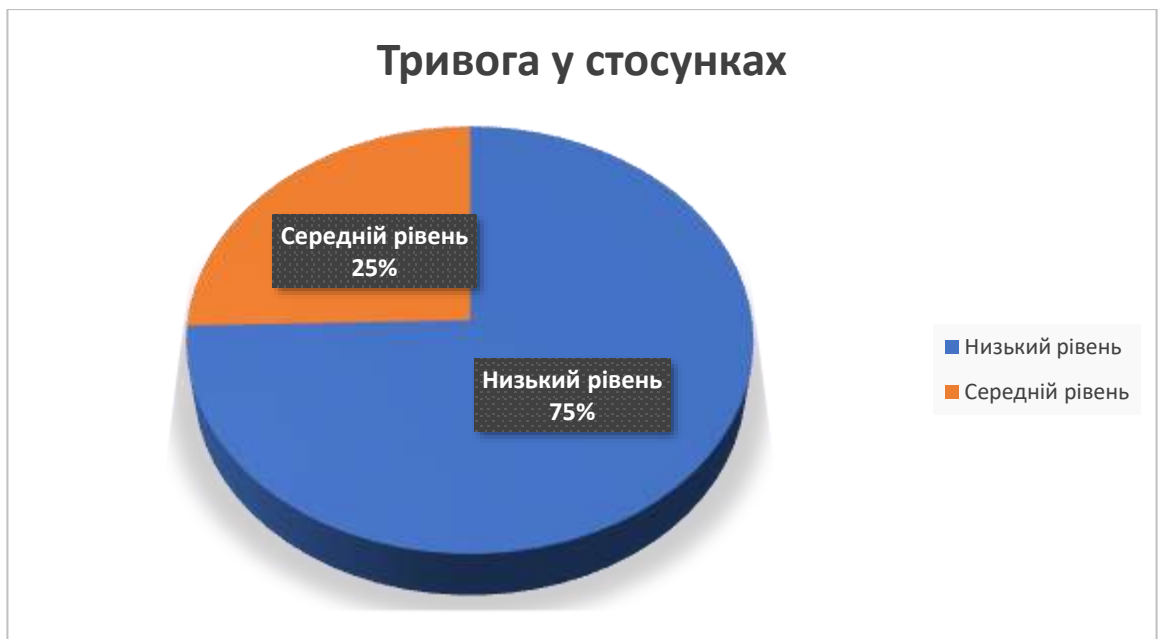


Рис. 2.5. Розподіл респондентів за шкалою тривоги у стосунках

Як можна бачити (рис.2.5.) переважна кількість респондентів за цією шкалою характеризується низьким рівнем тривоги у стосунках зі значущими людьми (n= 47). При цьому, лише одна людина відзначила відсутність тривоги у

стосунках і ще 17 людей відзначили мінімальну тривогу, характерну для їхнього досвіду побудови стосунків. Це може свідчити про порівняно високу впевненість більшості респондентів у партнерах згаданих стосунків, переживання надійності і комфорту у значущих взаєминах.



Рис. 2.6. Розподіл респондентів за шкалою уникнення близькості

Відповідно до рисунку 2.6. можна бачити, що в дійсності ситуація з показником уникнення близькості є схожою: переважна кількість респондентів характеризується низькими показниками уникання близькості. Це може свідчити про готовність респондентів йти на зближення у стосунках і також позитивний попередній досвід близькості.

Отже, якщо узагальнити отримані показники, то можна зробити висновок про наближеність попереднього і актуального досвіду близьких стосунків як відповідного надійному типу прихильності. Крім того, спостерігаються і також варіанти прояву у деяких респондентів тривожно-відкидаючого типу прихильності.

Далі було розглянуто показники отримані за методикою дослідження сімейних емоційних комунікацій (рис.2.6.) (додаток Б). Можна бачити, що в середньому для вибірки характерним є підвищений рівень показників батьківської критики, індуціювання тривоги та надвключеності, середні нормативні показники за шкалами елімінування емоцій, фіксація на негативних

переживаннях, прагнення до зовнішнього благополуччя й сімейний перфекціонізм.

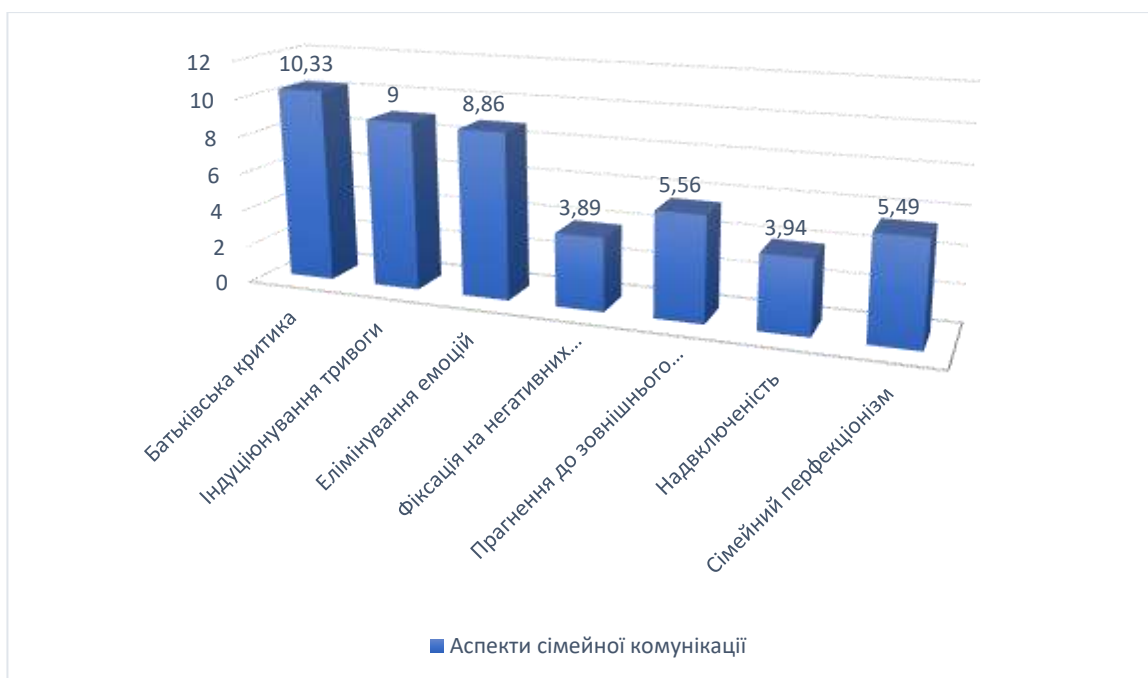


Рисунок 2.7. Розподіл середніх значень за методикою «Сімейні емоційні комунікації»

Отже, можемо бачити, що за більшістю шкал у вибірці спостерігаються здебільшого посередні показники виділених аспектів сімейної комунікації. При цьому, за шкалами показників батьківської критики і індуціювання тривоги спостерігається переважання вищих показників, що може вказувати на частоту і вплив цих комунікативних аспектів на межі з дисфункційним, дезадаптивним.

При детальнішому розгляді отриманих значень, розподілених за рівнями, було визначено, що за такими шкалами, як прагнення до зовнішнього благополуччя, фіксація на негативних переживаннях, індуціювання тривоги, елімінування емоцій, більшість респондентів характеризувалися середнім рівнем прояву зазначених аспектів сімейної емоційної комунікації.

При цьому, за такими шкалами як батьківська критика та надвключеність можна було спостерігати переважання респондентів у групі з високим рівнем прояву дисфункційності аспектів сімейної комунікації (рис. 2.8. та 2.9.). Відповідно, найчастіше респонденти набирали за цією шкалою показники середнього ( $n=25$ ; 40%) і високого ( $n=32$ ; 51%) рівнів.



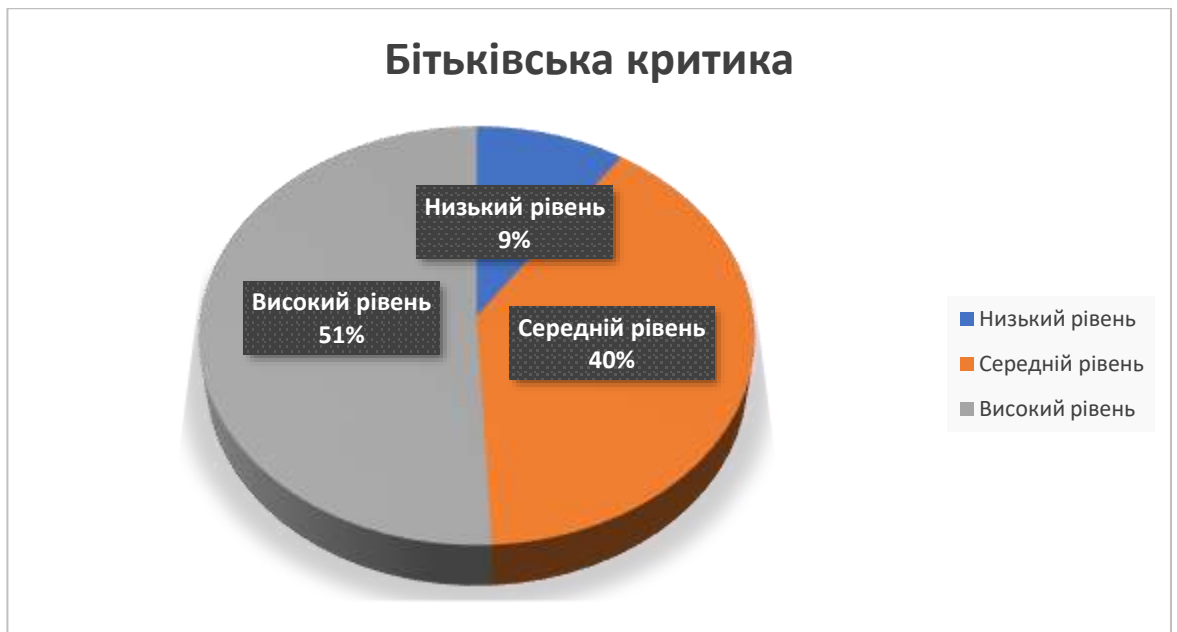


Рисунок 2.8. Розподіл вибірки за шкалою батьківська критика методики «Сімейні емоційні комунікації»

Відповідно, суттєвим аспектом сімейної комунікації переважної більшості респондентів була батьківська критика, що могло негативно вплинути на формування самоствалення, адже через критику проявляється стосунок і ставлення, яке вчить дитину як ставитися і до самої себе. Якщо батьки переважно критикують і так виражають своє ставлення, з часом дитина інкорпорує таку модель ставлення до себе.



Рисунок 2.9. Розподіл вибірки за шкалою надвключеність методики «Сімейні емоційні комунікації»

Відповідно переважна кількість респондентів характеризується високим рівнем показників за цією шкалою. Тобто респонденти занотовували сильний контроль і надвключеність у сімейній комунікації батьків, що могло заважати прояву автономії і формуванню адекватного самоствавлення.

Отже, за методикою сімейних емоційних комунікацій виявлено, що такі аспекти як батьківська критика та надвключеність у більшості респондентів проявлялися на високому рівні, що вказує на дисфункційність сімейної комунікації. Показники за рештою шкал у більшості респондентів трималися в межах середнього рівня, що вказує на значний їх вплив на досвід комунікації респондентів.

За методикою діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейн було проаналізовано розподіл середніх значень за шкалами (додаток Б). Як можна бачити на рисунку 2.10, найвищі середні значення спостерігаються за шкалами здібностей, характеру і авторитету. Найменше значення спостерігається за шкалою впевненості у собі.

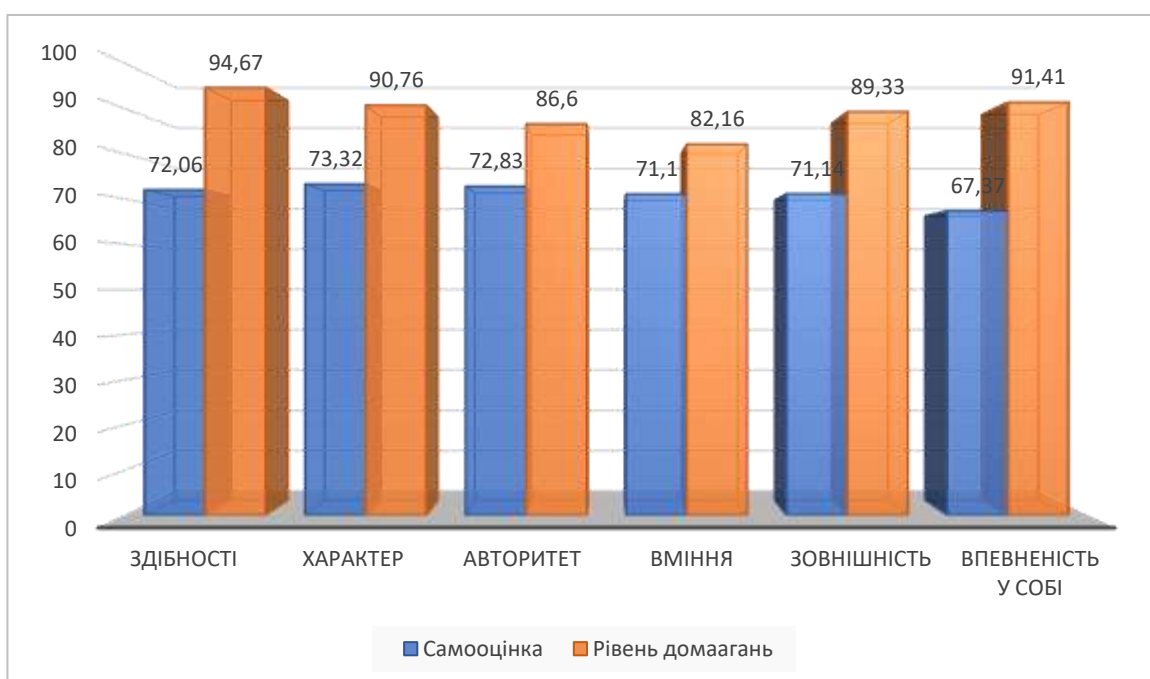


Рисунок 2.10. Розподіл середніх значень за методикою діагностики самооцінки

Відповідно, отримані дані можуть свідчити про переважання у респондентів позитивного ставлення до таких своїх характеристик як характер, авторитет та вміння. При цьому менш позитивно вираженою є впевненість респондентів у собі і своїх силах. Тобто, попри досить високу думку про свої інтелектуальні здібності, характер та авторитет респондентам важко на такому ж рівні позначити себе як впевнених у собі.

Також можемо бачити, що рівень домагань респондентів за зазначеними категоріями є доволі високим. При цьому, за такими категоріями як здібності, характер та впевненість у собі, спостерігається найбільша різниця між рівнем самооцінки і домагань. Найменшу різницю в середніх значеннях можна спостерігати за шкалами авторитету у однолітків та вміння робити щось власними руками.

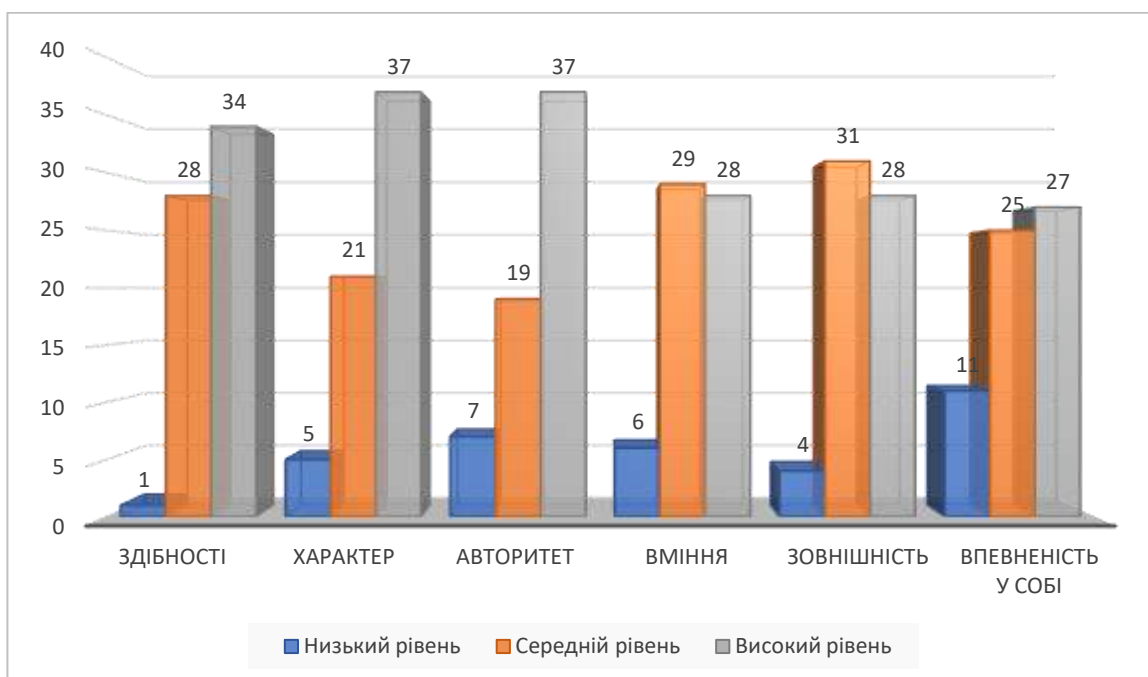


Рисунок 2.11. Розподіл респондентів за категоріями самооцінки

Можна бачити (рис. 2.11.), що за такими параметрами як: здібності, характер та авторитет, переважна більшість респондентів характеризується високим рівнем самооцінки. Це свідчить про високе позитивне ставлення респондентів до аспектів власного «Я» пов'язаних насамперед з інтелектуальними здібностями, авторитетом у однолітків та характером. Тобто

позитивне ставлення щодо себе у респондентів носить характер оцінювання за критеріями компетентності та авторитетності у стосунках з однолітками. Також варто зазначити, що такі показники передбачають надміру позитивне ставлення до певних своїх характеристик, що відрізняється від реальності.

При цьому можна бачити, що майже рівно респонденти розподілилися за шкалою впевненості у собі, саме за цією шкалою можна бачити практично рівномірний розподіл більшості респондентів у середньому та високому рівнях. Це може говорити про наявність у частини респондентів орієнтації на першість у всьому і отримання схвалення від інших, а у іншій частини – про адекватність оцінювальних суджень щодо себе.

За методикою дослідження психологічних кордонів особистості виявлено, що в середньому для вибірки характерною підвищена тонкість особистісних кордонів ( $M= 52.16$ ) (додаток Б). Виявлено, що за цією шкалою респонденти поділилися на дві групи: групу з адаптивними кордонами та групу з тонкими кордонами. При цьому переважна більшість характеризується тонкими особистісними кордонами.



Рисунок 2.12. Розподіл респондентів за типом особистісних кордонів

Передбачається, що тонкі межі пов'язані з відкритістю новому досвіду, чутливістю, вразливістю, креативністю та художніми здібностями. Для людей з тонкими межами притаманною плутанина у диференціації фантазій і реальності, мінливість почуття власної ідентичності, що зумовлює схильність розчинатися у стосунках зі значущими іншими.

Відповідно, можемо бачити, що за цією методикою більшість респондентів характеризується підвищеною тонкістю особистісних кордонів, що може дійсно зумовлювати більшу чутливість у стосунках і відкритість до нового досвіду, що також впливатиме і на самоствавлення. Тобто, жінки, які взяли участь у дослідженні проявляють орієнтованість на пізнання нової інформації про себе і світ, що впливатиме на їхні уявлення і ставлення до себе та інших. Втім, частина респондентів може переживати надмірну чутливість до усього потоку інформації, який надає світ, інтегруючи це все у основу власного самоствавлення.

З урахуванням отриманих даних за методикою дослідження досвіду близьких стосунків, можна зробити висновок, що респонденти цього дослідження схильні не перейматися можливістю встановлення залежності у стосунках, а навпаки орієнтуються на близькість і можуть переживати більше тривоги з приводу дистанціювання. Втім, також є і респонденти, які навпаки, переживають дискомфорт від близькості попри тонкощі кордонів, що може говорити про критичність щодо них і специфічний досвід зближення зі значущими людьми у стосунках.

Для подальшої коректної статистичної обробки даних за допомогою відповідних статистичних критеріїв необхідним стало визначення нормальності розподілу отриманих даних. Отже, на наступній таблиці (табл.2.13.; додаток А-Б) можна побачити значення описових статистик для шкал методики дослідження самоствавлення Століна-Пантелєєва.

Описові статистики за шкалами методики дослідження самоствавлення  
Століна-Пантелєєва

	Середнє	Середнє квадратичне відхилення	Критерій Шапіро-Вілка W	p-рівень Шапіро-Вілка
Глобальне самоствавлення	19.4	3.80	0.928	0.001
Самоповага (I)	10.2	2.74	0.920	< .001
Аутосимпатія (II)	10.3	2.84	0.926	0.001
Очікуване відношення від інших (III)	10.4	1.39	0.908	< .001
Самоінтерес (IV)	6.73	1.08	0.867	< .001
Самовпевненість (1)	5.24	1.19	0.917	< .001
Відношення інших (2)	5.76	0.856	0.778	< .001
Самоприйняття (3)	5.87	1.34	0.790	< .001
Самопослідовність (4)	4.35	1.12	0.917	< .001
Самозвинувачення (5)	3.76	1.78	0.927	0.001
Самоінтерес (6)	6.14	1.09	0.772	< .001
Саморозуміння (7)	3.44	1.30	0.924	< .001

З огляду на отримані значення перевірки нормальності розподілу, можна стверджувати, що розподіл показників за шкалами методики є віддаленим від нормального. Отже, відповідно до специфіки розподілу за цими шкалами найбільш доцільним буде застосування непараметричних критеріїв статистичного аналізу у подальшій роботі з даними.

Отримані результати перевірки на нормальність розподілу за шкалами методики дослідження самоствавлення Століна-Пантелєєва було підтверджено за допомогою графічного методу розподілу даних (рис.2.14.).

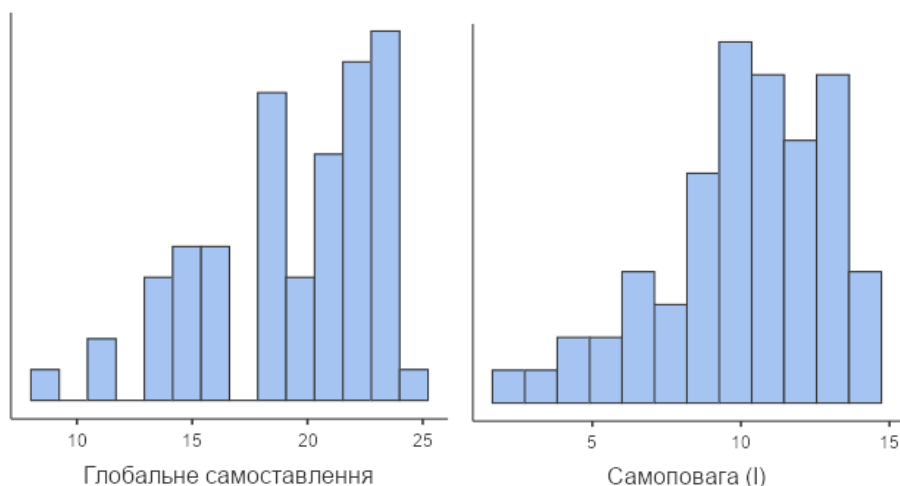


Рисунок 2.14. Графіки розподілу значень першої частини основних шкал методики самоствалення Століна-Пантелєєва

Можемо бачити на гістограмах можна було побачити як саме розподілилися значення за основними шкалами зазначеної методики.

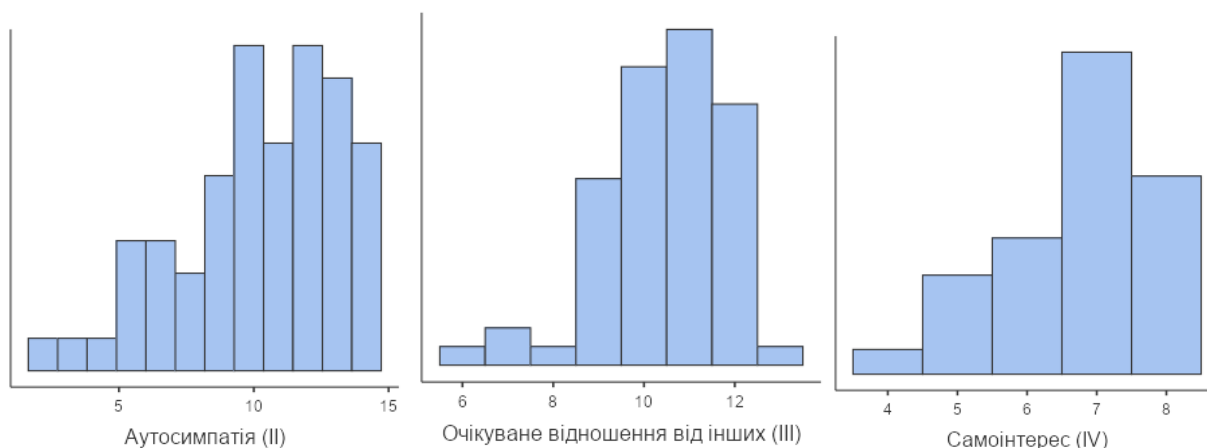


Рисунок 2.15. Графіки нормальності розподілу другої частини основних шкал методики самоствалення Століна-Пантелєєва

На основі поданих графіків розподілу значень за шкалами методики можна бачити, як саме розподіл виявився віддаленим від нормального. На всіх поданих гістограмах прослідковується зсув значень вправо, тобто значення за шкалами, які відповідають високому рівню самоствалення спостерігаються у респондентів частіше, ніж низькі.

Далі ми проаналізували розподіл шкал решти методик, використаних у дослідженні. Зокрема, з урахуванням того, що шкали методики діагностики

самооцінки Дембо-Рубінштейн були утворені як суб'єктивні оцінки досліджуваних за шкалою від 0 до 100, можемо бачити з таблиці (додаток А), що значення жодної зі шкал досить очікувано не є наближеним до нормального розподілу.

Відповідно, з отриманих показників перевірки наближеності до нормального розподілу можна бачити, що розподіл значень за переважною більшістю значень не є наближеним до нормального, що зумовлює подальше використання саме непараметричних методів статистичного аналізу даних для отримання найбільш коректних для інтерпретації результатів.

### **Висновки до другого розділу**

Отже, у другому розділі кваліфікаційної роботи було описано організацію здійсненого емпіричного дослідження, описано особливості сформованої вибірки і методів, які застосовувалися для досягнення мети роботи.

Відповідно до мети дослідження на підготовчому етапі його організації було підбрано психодіагностичний інструментарій, який дозволив перевірити сформульовані гіпотези. До інструментарію дослідження увійшли найбільш відповідні меті та завданням методики: 1) Анкета; 2) Методика дослідження самоствавлення Століна-Пантелєєва; 3) Методика досвіду близьких стосунків К. Бреннан і Р.К. Фрейлі; 4) Діагностика самооцінки Дембо – Рубінштейн; 5) Методика «Сімейні емоційні комунікації» А. Б. Холмогорової і С.В. Волікової; 6) Методика «Психологічні границі особистості» Е. Гартмана.

У дослідженні взяли участь 63 осіб жінок віком від 26 до 55 років. Відповідно до отриманих результатів було визначено, що у групах респондентів, розподілених за демографічними показниками (статус стосунків і наявність дітей) показники самоствавлення відрізняються.

Зокрема, у групі респондентів, що не перебувають у шлюбі спостерігаються порівняно менший розрив між бажаним та дійсним рівнями самооцінки за параметром зовнішності, вищі показники самоствавлення, зокрема щодо відношення інших та самоінтересу.



Також виявлено, що для респондентів, які не мають дітей, характерним є загалом вищий інтегральний показник самоствавлення, менша різниця між рівнем самооцінки і рівнем домагань, зокрема за параметрами здоров'я, зовнішності, характеру та авторитету у однолітків.

Визначено, що переважна більшість респондентів зазначала наявність у досвіді сімейної емоційної комунікації таких дисфункційних аспектів як надмірна батьківська критика та надвключеність. Крім того, у більшій частині респондентів спостерігається помірні рівні тривоги у стосунках і уникання близькості, що свідчить або про надійний тип прихильності або про уникливо-відкидаючий тип у попередньому досвіді. При цьому, результати засвідчили те, що практично всі респонденти характеризуються підвищеною тонкістю, проникливістю особистісних кордонів, що може пов'язуватися і з рівнем тривоги й уникнення у близьких стосунках, домінуючими дисфункціями у сімейній комунікації та загалом формуванням самоствавлення у жінок.

## РОЗДІЛ III ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ СІМЕЙНИХ СЦЕНАРІЇВ У ФОРМУВАННІ САМОСТАВЛЕННЯ ЖІНОК

### 3.1. Кореляційні зв'язки між шкалами обраних методик

Оскільки сформульована мета дослідження полягала у вивченні особливостей ролі сімейних сценаріїв у формуванні самоставлення жінок, для досягнення заявленої мети було використано критерій рангової кореляції Спірмена через віддаленість переважної кількості показників шкал від нормального розподілу.

В першу чергу було проаналізовано взаємозв'язки шкал методики досвіду близьких стосунків К. Бреннан і Р. К. Фрейлі зі шкалами методики дослідження самоставлення Століна-Пантелеева та методики діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейн (рис. 3.1.,3.2.,3.3.) (додаток В).

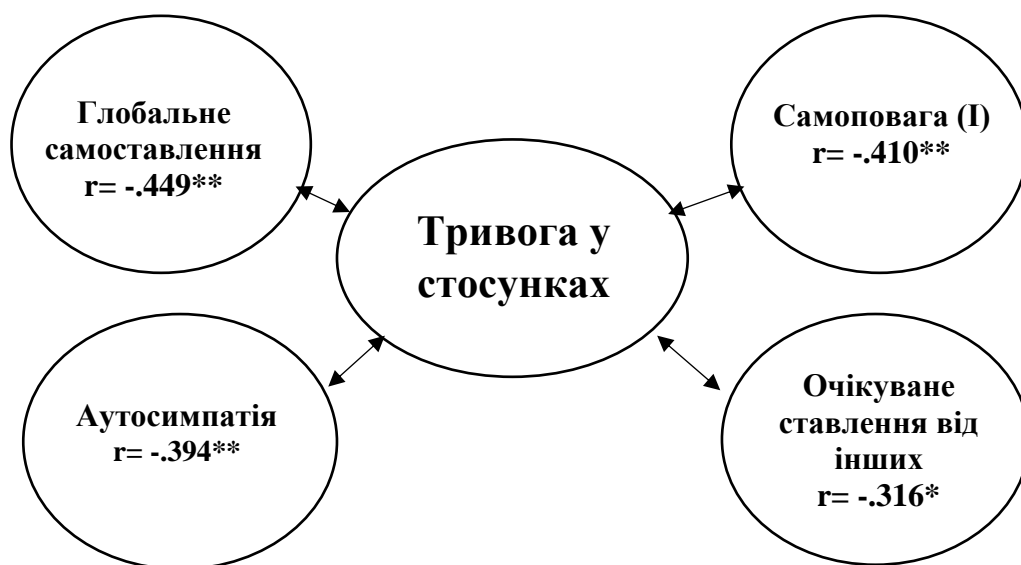


Рисунок 3.1 Кореляційні зв'язки основних шкал методики дослідження самоставлення зі шкалою тривоги у стосунках методики досвіду близьких стосунків

В ході аналізу отриманих кореляційних зв'язків між основними шкалами методики дослідження самоставлення Століна-Пантелеева та шкалою тривоги методики близьких стосунків (рис.3.1.), було встановлено, що показник тривожності в стосунках має сильні достовірні зворотні кореляційні зв'язки зі шкалами глобального самоставлення ( $r = -0,449$ ;  $p \leq 0,001$ ) та самоповаги ( $r = -0,410$ ;  $p \leq 0,001$ ). Крім того, було виявлено, що показник тривожності має

помірний достовірний зворотний зв'язок зі шкалами аутосимпатії ( $r = -0,394$ ;  $p \leq 0,001$ ) та очікуваного відношення від інших ( $r = -0,316$ ;  $p \leq 0,001$ ).

Можна проінтерпретувати це наступним чином. При загалом позитивному самоствалненні адекватного або підвищеного рівня спостерігається менша тривожність у близьких стосунках з огляду на те, що жінка почувається більш впевненою у зближенні і може проявляти активність, яка підкріплює її самоствалнення і позитивне самоствалнення може переноситися у ставлення до стосунків, зменшуючи тривогу.

Також можна припускати, що адекватний рівень аутосимпатії, самоповаги та відповідне їм очікування ставлення від інших виникають тоді, коли тривога в стосунках менша і можуть сприяти впевненості у стосунках через впевненість у собі й своїй позиції в них. Відповідно, в тих стосунках, в яких рівень тривоги вищий виникають підстави для сумнівів у собі, у близькості з іншими, що може характеризуватися острахом відкидання іншими, покинення, усвідомлення якого може знижувати самоповагу і формувати орієнтацію на очікування радше негативного ставлення від інших.

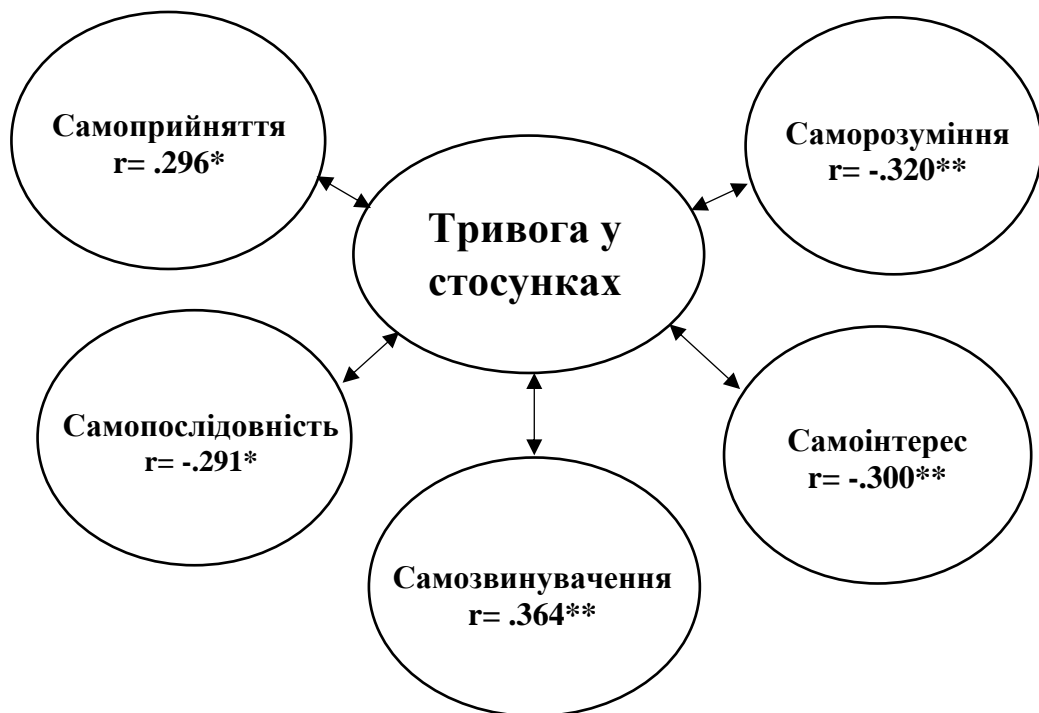


Рисунок 3.2. Кореляційні зв'язки основних шкал методики дослідження самоствалнення зі шкалою тривоги у стосунках методики досвіду близьких стосунків

Досліджуючи кореляційні зв'язки допоміжних шкал методики дослідження самоствавлення Століна-Пантелєєва зі шкалою тривоги у стосунках методики дослідження близьких стосунків (рис.3.2.) (додаток В), було встановлено, що показник тривожності у стосунках має помірний зворотний кореляційний зв'язок зі шкалами самоприйняття ( $r = -0.296$ ,  $p \leq 0.05$ ), самопослідовності ( $r = -0.291$ ,  $p \leq 0.05$ ), самоінтересу ( $r = -0.300$ ,  $p \leq 0.01$ ) та саморозуміння ( $r = -0.320$ ,  $p \leq 0.01$ ). При цьому спостерігається значущий помірний прямий кореляційний зв'язок зі шкалою самозвинувачення ( $r = 0.364$ ,  $p \leq 0.01$ )

Отримані кореляційні зв'язки можна проінтерпретувати наступним чином. З огляду на те, що єдиний позитивний взаємозв'язок було виявлено саме з аспектом самозвинувачення, можна зробити висновок, що за обставин підвищеної тривоги у близьких стосунках підвищуватиметься і схильність особистості до самозвинувачення, критики себе у цих стосунках як способу пояснення процесів, що відбуваються у них, навіть якщо такий спосіб не є повністю дотичним до реальності. І навпаки, схильність жінки до самозвинувачення може підвищувати тривогу і страх бути покинутою або неприйнятною у стосунках через недоліки, які особистість вишукує для здійснення критики.

З іншого боку, при здатності особистості до самоприйняття, самопослідовності, саморозуміння та наявності самоінтересу тривога у стосунках є мінімальною або не виникає і навпаки. Це свідчить про вагомий внесок у переживання близькості з іншими людьми самоствавлення, зокрема тих його аспектів, які дозволяють людині пізнавати себе і приймати себе такою, якою вона себе пізнає.

Отже, позитивне самоствавлення сприяє більшій впевненості у стосунках зі значущими іншими, в той час як схильність до самозвинувачень може поглиблювати тривожність у стосунках і навпаки.

Показник уникнення близькості характеризується сильними достовірними зворотними кореляційними зв'язками зі шкалами глобального самоствавлення ( $r =$

-0,344;  $p \leq 0,01$ ) та самоповаги ( $r = -0,433$ ;  $p \leq 0,001$ ). Тобто при адекватному рівні самоствавлення і самоповаги зменшується схильність людини до уникнення близькості.

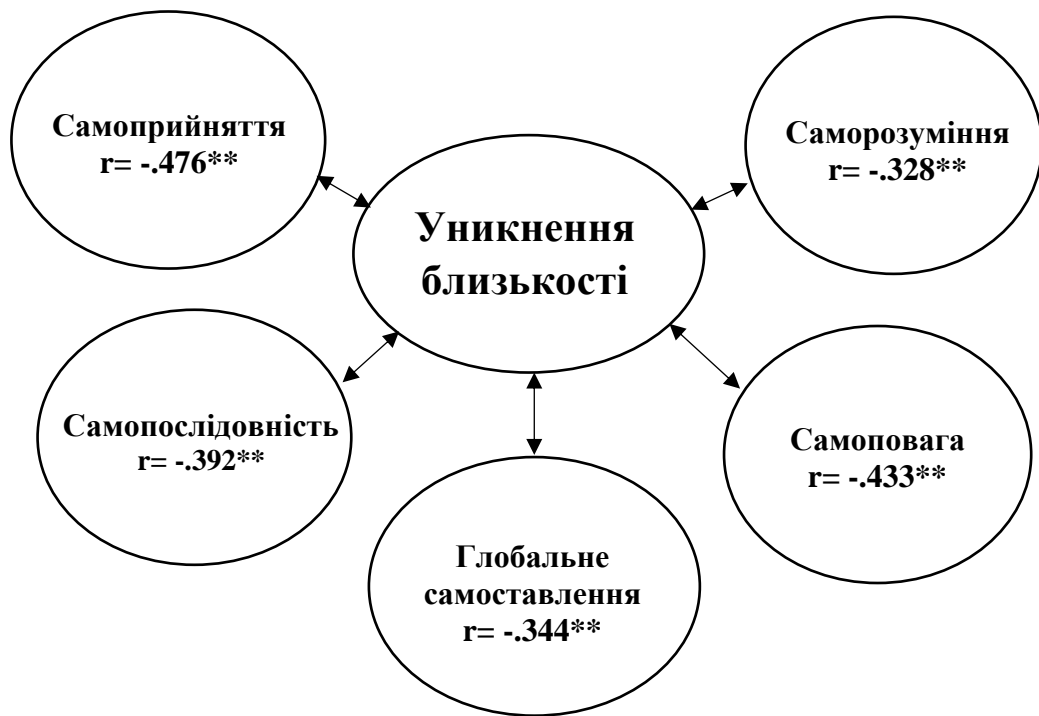


Рисунок 3.3. Кореляційні зв'язки допоміжних шкал методики дослідження самоствавлення зі шкалою уникнення близькості методики досвіду близьких стосунків

Показник уникнення близькості має сильний зворотний кореляційний зв'язок зі шкалою самоприйняття ( $r = -0.476$ ,  $p \leq 0.001$ ). При цьому показник уникнення близькості також має середній за силою зворотний зв'язок зі шкалами самопослідовності ( $r = -0.392$ ,  $p \leq 0.01$ ) та саморозуміння ( $r = -0.328$ ,  $p \leq 0.01$ ). Отже, при схильності особистості до уникнення близькості спостерігається на фоні зниження глобального самоствавлення та таких його аспектів як самопослідовність, самоповага, самоприйняття і саморозуміння. Відповідно, якщо людина має сформоване глобальне самоствавлення негативного характеру, воно може супроводжуватися у поведінці у стосунках зі значущими людьми уникненням близькості, побоюванням залежності і розчинення у інших людях.

Досліджуючи кореляційні зв'язки шкал методики діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейн зі шкалами методики досвіду близьких стосунків К. Бреннан і Р. К. Фрейлі (рис.3.4.) (додаток Г), було встановлено, що рівень самооцінки

шкали здоров'я має зворотний помірний достовірний зв'язок зі шкалою уникнення близькості.

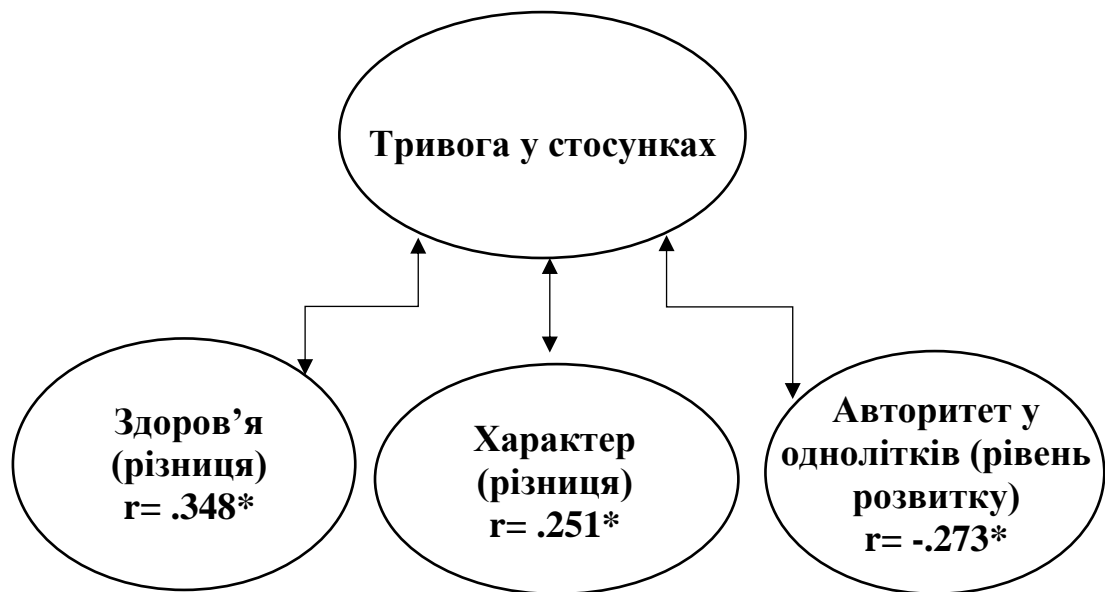


Рисунок 3.4. Кореляційні зв'язки шкал методики діагностики самооцінки зі шкалою тривожності методики досвіду близьких стосунків

В той же час, показник різниці між самооцінкою і бажаним рівнем розвитку за шкалою здоров'я має прямий середній за силою кореляційний зв'язок зі шкалою тривожності в стосунках ( $r = 0.348$ ,  $p \leq 0.01$ ).

Також можемо бачити, що різниця між самооцінкою і рівнем домагань за параметром характеру має прямий достовірний зв'язок зі шкалою тривожності у стосунках ( $r = 0.251$ ,  $p \leq 0.05$ ). Тобто, розрив між оцінкою особистості свого характеру і бажаним рівнем його розвитку при збільшенні сприяє підвищенню невпевненості і тривожності у стосунках.

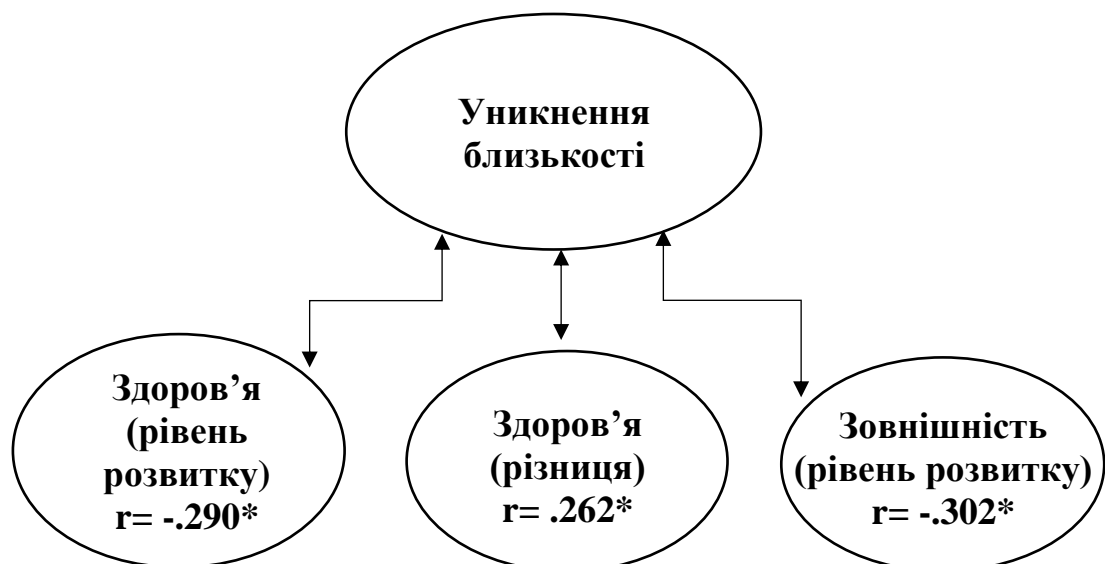


Рисунок 3.5. Кореляційні зв'язки шкал методики діагностики самооцінки зі шкалою уникнення близькості методики досвіду близьких стосунків

Натомість можна спостерігати помірний прямий достовірний зв'язок шкали уникнення близькості зі шкалою здоров'я (різниці між рівнем самооцінки і рівнем домагань) ( $r= 0.262, p\leq 0.05$ ). Також, при збільшенні дистанції між рівнем самооцінки і рівнем домагань за шкалою паралельно підвищується інтенсивність тривожності і особистість частіше вдається до уникнення близькості в стосунках.

Відповідно, можемо бачити, що тривога і уникнення близькості у стосунках значущим чином пов'язується з самооцінкою жінкою свого здоров'я і характеру, а суттєва різниця між актуальною оцінкою цих параметрів та рівнем домагань супроводжується підвищенням тривоги і схильності до уникнення близькості.

Можна припускати, що здоров'я і характер розглядаються як фізична та психологічна складова образу, яким послуговується особистість у встановленні контакту і відповідно невдоволення цими компонентами породжує очікування подібного реагування від партнера стосунків, що закріплює переважно негативні тенденції у самоствавленні.

Відповідно до рисунку 3.4 можемо бачити, що показник самооцінки за параметром авторитету у однолітків має помірний достовірний зворотній зв'язок з показником тривожності у стосунках ( $r= -0.273, p\leq 0.05$ ). Тобто, при підвищенні рівня самооцінки авторитету у однолітків знижується тривожність у стосунках зі значущими людьми. Отже, рівень авторитету у однолітків може сприяти впевненості особистості в стосунках зі значущими іншими і навпаки, суб'єктивна оцінка відсутності авторитету серед однолітків може знижувати впевненість у собі і негативно впливати на самоствавлення, що у близьких стосунках буде супроводжуватись підвищенням тривоги.

Далі можемо бачити (рис.3.5.), що рівень самооцінки за параметром зовнішності має помірний достовірний зворотний зв'язок зі шкалою уникнення близькості у стосунках ( $r= -0.302, p\leq 0.05$ ). Тобто, уявлення особистості про власну зовнішність має досить суттєвий вплив на потребу уникати близькості

ймовірно в тому сенсі, що при впевненості у власній зовнішній привабливості особистість відчуватиме більш явну готовність до зближення зі значущими іншими.

Досліджуючи кореляційні зв'язки шкали методики дослідження психологічних кордонів особистості зі шкалами інших відібраних опитувальників було виявлено, що показник товщини особистісних кордонів має значущі прямі помірні кореляційні зв'язки з такими шкалами, як: тривога у стосунках ( $r = 0.272$ ,  $p \leq 0.05$ ) та самозвинувачення ( $r = 0.274$ ,  $p \leq 0.05$ ).

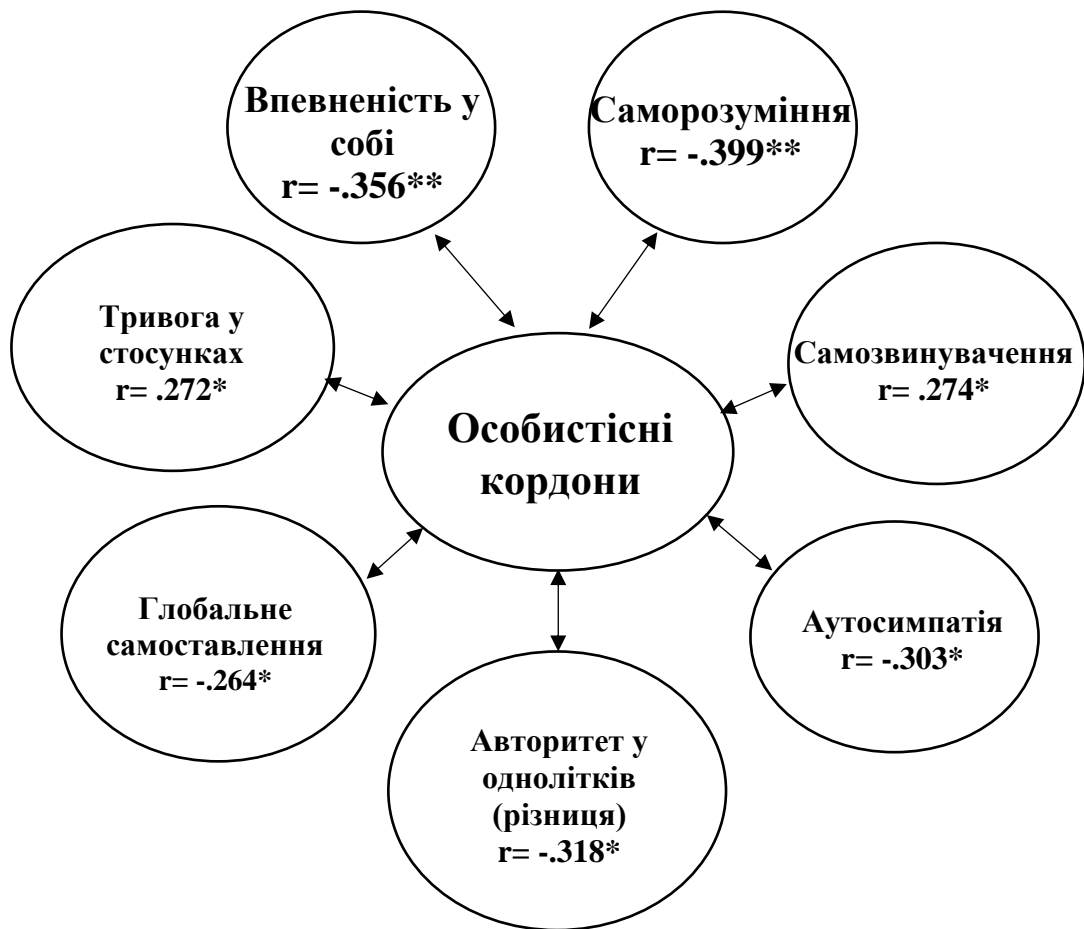


Рисунок 3.6. Кореляційні зв'язки шкали методики діагностики особистісних кордонів зі шкалами інших методик

Тобто товщина особистісних кордонів позитивно корелює з підвищенням тривоги у близьких стосунках та тенденції до самозвинувачення. Відповідно, якщо особистісні кордони є адекватними або наближаються до тонких рівень тривоги і самозвинувачення знижується, і навпаки, при збільшенні товщини особистісних кордонів тенденція до тривоги і самозвинувачення підвищується.



Можемо пов'язати це з тим, що у концепції психологічних кордонів Е. Гартмана тонші особистісні кордони передбачають відкритість новому досвіду, чутливість і вразливість до нього, але також творчість і подеколи розмивання межі між реальністю й фантазією, відповідно людина з такими межами може мати в певних ситуаціях прояви екстернального локусу контролю, що передбачатиме уникнення самозвинувачення при зростанні тривоги й атрибуцію відповідальності іншим чинникам. В такому варіанті інтерпретації, людина з товстими кордонами передбачається більш закритою до нового досвіду і менш гнучкою, що може зумовлювати фокусування на власних недоліках і відповідне підсилення тривоги у стосунках.

Далі, визначено, що показник особистісних кордонів має статистично значущі зворотні кореляційні зв'язки зі шкалами: впевненості у собі ( $r = -0,356$ ,  $p \leq 0.01$ ), авторитет у однолітків (різниця) ( $r = -0.318$ ,  $p \leq 0.05$ ), глобальне самоствавлення ( $r = -0.264$ ,  $p \leq 0.05$ ), аутосимпатія ( $r = -0.303$ ,  $p \leq 0.05$ ) та саморозуміння ( $r = -0.399$ ,  $p \leq 0.01$ ).

Такі зв'язки свідчать про те, що зі зменшенням товщини особистісних кордонів спостерігається зниження впевненості в собі, зменшується різниця між самооцінкою авторитету у однолітків та рівнем домагань за цим параметром, глобальне самоствавлення також знижується разом з аутосимпатією та саморозумінням. Можна припустити, що при зменшенні товщини кордонів особистості, диференціація «Я» так само зменшується, що у зв'язку з розмиттям меж реальності і підвищенням вразливості й сугестивності стає підставою для формування негативного за змістом самоствавлення, послаблення аутосимпатії і підвищенням невпевненості у собі.

Досліджуючи кореляційні зв'язки шкали методики дослідження аспектів сімейної емоційної комунікації зі шкалами інших відібраних опитувальників було виявлено, що шкали батьківської критики, елімінування емоцій та інтегральна шкала дисфункцій мають досить велику кількість кореляційних зв'язків зі шкалами інших методик.

Зокрема, шкала батьківської критики має статистично значущі помірні зворотні кореляційні зв'язки зі шкалами глобального самоствалення ( $r = -0.256$ ,  $p \leq 0.05$ ), очікуваного ставлення від інших ( $r = -0.356$ ,  $p \leq 0.01$ ), самопослідовності ( $r = -0.306$ ,  $p \leq 0.05$ ), розумових здібностей (бажаного рівня) ( $r = -0.280$ ,  $p \leq 0.05$ ), характеру (бажаного рівня) ( $r = -0.379$ ,  $p \leq 0.01$ ) та впевненості у собі (бажаного рівня) ( $r = -0.262$ ,  $p \leq 0.01$ ). Тобто, при підвищенні показника батьківської критики зменшуються показники рівня домагань за різними параметрами та самоствалення разом з певними своїми характеристиками набуває негативного характеру. Відповідно, надмірність батьківської критики супроводжується порушенням формування позитивного самоствалення, зокрема самопослідовності та негативним змістом очікуваного ставлення від інших як реагування на постійну критику.

Шкала елімінування емоцій виявилася взаємопов'язаною з параметрами самооцінки і рівня домагань, уникненням близькості та показниками самоствалення. Зокрема, виявлено негативний зв'язок елімінування емоцій з уникненням близькості ( $r = -0.280$ ,  $p \leq 0.05$ ), тобто при підвищенні тенденції до уникнення близькості рідше в досвіді сімейної комунікації згадувалися заборони на вираження емоцій, настанови щодо їх репресії.

Решта взаємозв'язків цієї шкали носить статистично значущий прямий помірний характер і вказує на те, що з елімінуванням емоцій у респондентів підвищувалися показники самооцінки та рівня домагань, а також загальне самоствалення, включаючи самопослідовність та саморозуміння.

Отже, за допомогою кореляційного аналізу було визначено, що різні аспекти самоствалення особистості мають суттєвий взаємозв'язок з виникненням тривожності і потребою в уникненні близькості в стосунках. При зниженні самооцінки частіше спостерігається підвищення тривожності і схильності до уникнення близькості. Також виявлено, що збільшення відстані між рівнем самооцінки і рівнем домагань супроводжується підвищенням тривожності і схильності до уникнення близькості, як відповіді на невпевненість

у певних аспектах уявлень особистості про себе, що впливає на її стосунки з оточуючими.

### 3.2. Взаємозв'язки самоствавлення й самооцінки з результатами збору анкетних даних

При проведенні дослідження окрім результатів проходження методик було зібрано низку анкетних даних. За допомогою питань, запропонованих в анкеті, було отримано кілька метричних шкал стосовно демографічних показників (вік, свобода від узаконених стосунків та кількість дітей), а також п'ять шкал, що характеризують міру вдоволеності різними сферами свого життя.

Шкала «Свобода від узаконених стосунків» складалась з наступних варіантів відповідей: 1 – в шлюбі, 2 – в цивільному шлюбі, 3 – у відносинах, 4 – вдова, 5 – розведена, 6 – вільна.

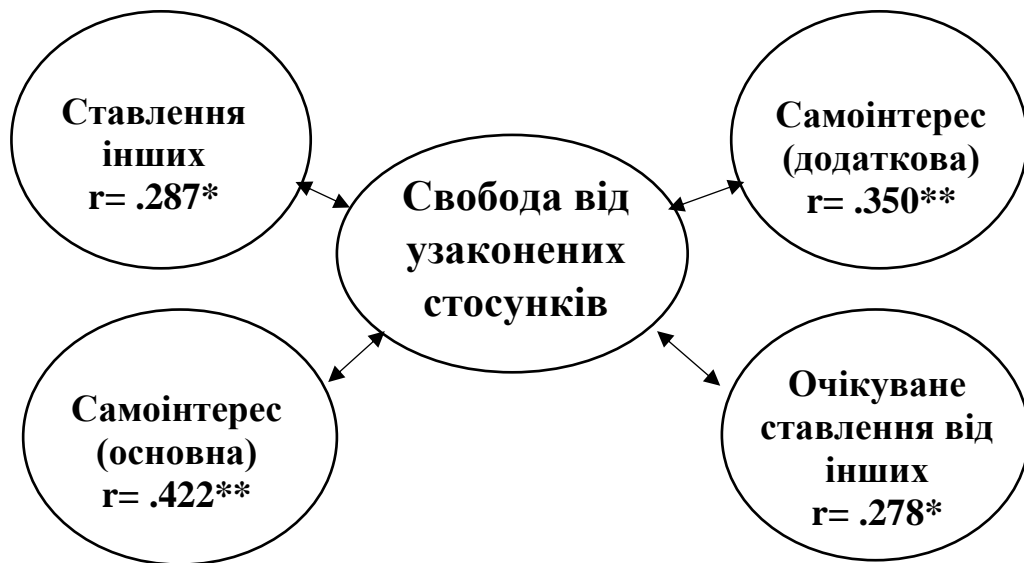


Рис 3.7. Кореляційні зв'язки між шкалами методики дослідження самоствавлення та демографічними показниками

За допомогою кореляційного аналізу (рис. 3.6.) (додаток Г) було встановлено, що свобода від стосунків має прямий достовірний зв'язок зі шкалами очікуваного відношення від інших ( $r = 0.278$ ,  $p \leq 0.05$ ), самоінтересу (основна) ( $r = 0.422$ ,  $p \leq 0.01$ ), відношення інших ( $r = 0.287$ ,  $p \leq 0.05$ ) та самоінтересу (додаткова) ( $r = 0.350$ ,  $p \leq 0.05$ ). Отже, можна бачити, що показники ставлення

інших і самоінтересу підвищуються при паралельному підвищенні показника за шкалою статусу стосунків.

Це може свідчити про специфіку фокусу особистості під час перебування в тому чи іншому статусі стосунків зі значущими людьми, зокрема і про те, що коли особистість не перебуває у стосунках, які передбачають повну залученість і є умовно вільною, вона більше фокусується на ставленні інших до себе та дослідженні себе.

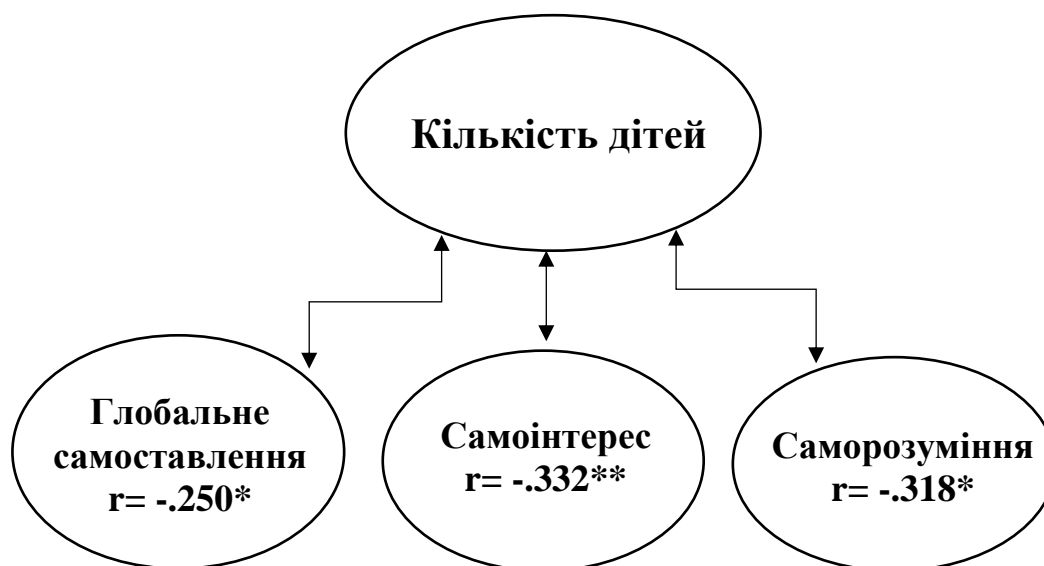


Рис 3.8. Кореляційні зв'язки між шкалами методики дослідження самоствавлення та показником кількості дітей

Також можемо бачити, що показник кількості дітей має помірний зворотний зв'язок зі шкалою глобального самоствавлення ( $r = -0.250$ ,  $p \leq 0.05$ ), самоінтересу ( $r = -0.332$ ,  $p \leq 0.05$ ) та саморозуміння ( $r = -0.318$ ,  $p \leq 0.05$ ). Тобто, в залежності від кількості дітей у респондентів спостерігається динаміка, за якої коли дітей менше, показник глобального самоствавлення підвищується наряду з показниками самоінтересу та саморозуміння.

Досліджуючи кореляційні зв'язки демографічних показників зі шкалами методики діагностики самооцінки (додаток Д) було встановлено, що показник кількості дітей має прямий помірний кореляційний зв'язок зі шкалою здоров'я (різниця) ( $r = 0.261$ ,  $p \leq 0.05$ ), тобто з різницею між бажаним та реальним рівнем здоров'я. Отже, при збільшенні чисельності дітей у сім'ї може спостерігатись

збільшення дистанції між актуальною оцінкою особистістю власного здоров'я та його бажаним рівнем.

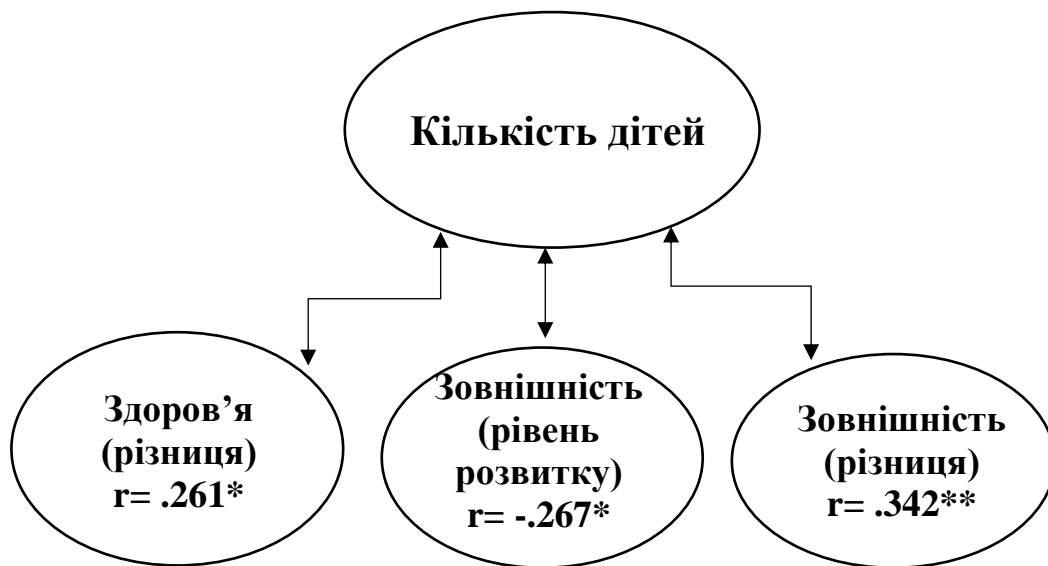


Рисунок 3.9. Кореляційні зв'язки між шкалами методики діагностики самооцінки та показником кількості дітей

Також з поданих у таблиці даних можемо бачити, що показник кількості дітей має помірний зворотний зв'язок з параметром самооцінки, який стосується зовнішності ( $r = -0.267$ ,  $p \leq 0.05$ ) та прямий досить сильний зв'язок з показником різниці між актуальною оцінкою власної зовнішності і її бажаним рівнем ( $r = 0.342$ ,  $p \leq 0.01$ ). Тобто, при збільшенні чисельності дітей у респондентів спостерігається зниження самооцінки за параметром зовнішності та паралельне збільшення різниці між актуальним ставленням до своєї зовнішності й бажаним уявленням про неї.

Окрім того, виявлено, що показник свободи від стосунків має помірний зворотний кореляційний зв'язок зі шкалою зовнішності (різниця) ( $r = -0.278$ ,  $p \leq 0.05$ ). Тобто, при підвищенні рівня свободи у романтичних стосунках (вкрай до їх відсутності) спостерігається зменшення різниці між актуальною оцінкою особистістю власної зовнішності і її бажаним рівнем.

Отже, показник віку не був пов'язаний суттєвими статистично значущими зв'язками з жодним параметром самооцінки, що може свідчити про приблизну схожість динаміки показників самооцінки у визначеному для дослідження віковому діапазоні. Далі, визначено, що кількість дітей у родині має досить

суттєвий зв'язок з різницею актуальної оцінки власного здоров'я і зовнішності та бажаним їх рівнем, що може вказувати на те, що при збільшенні кількості дітей у сім'ї жінка може відчувати брак ресурсів і часу, які необхідні для підтримки бажаних станів здоров'я й зовнішності. В той же час, більш вільний статус стосунків може передбачати більшу можливість фокусування ресурсів і уваги на себе, що проявляється як наближення актуальної оцінки, зокрема власної зовнішності, до бажаного рівня.

Досліджуючи кореляційні зв'язки основних шкал методики дослідження самоставлення зі шкалами суб'єктивних оцінок задоволеності своїм життям, було встановлено, що показник важливості побудови кар'єри має прямий помірний кореляційний зв'язок з основною шкалою самоінтересу ( $r=0.264$ ,  $p\leq 0.05$ ).

Тобто, підвищення показника суб'єктивної значущості побудови кар'єри може бути проявом самоінтересу особистості, її орієнтації на актуалізацію власного потенціалу і розкриття ресурсів, що становить фундамент для позитивного самосприйняття. При зниженні самоінтересу, значущість побудови власної кар'єри також може йти на спад, що може проявлятися в меншій ініціативності в діяльності, меншій зацікавленості у розкритті власного потенціалу та у розвитку й застосуванні своїх задатків у діяльності.

Також виявлено, що показник задоволеності власним життям має помірний прямий кореляційний зв'язок з основною шкалою самоповаги ( $r=0.295$ ,  $p\leq 0.05$ ). Крім того, шкала самоповаги також має суттєвий прямий кореляційний зв'язок зі шкалою задоволеності стосунками з оточенням ( $r=0.394$ ,  $p\leq 0.01$ ).

Тобто, при підвищенні задоволеності особистим життям і стосунками з оточуючими, при позитивному досвіді у взаємодії з іншими людьми, підвищується і укріплюється конструкт самоповаги. Відповідно, при позитивному досвіді взаємодії з іншими і загальній задоволеності організацією особистого життя, взаємодії зі світом, у особистості підкріплюється позитивне ставлення до самої себе.

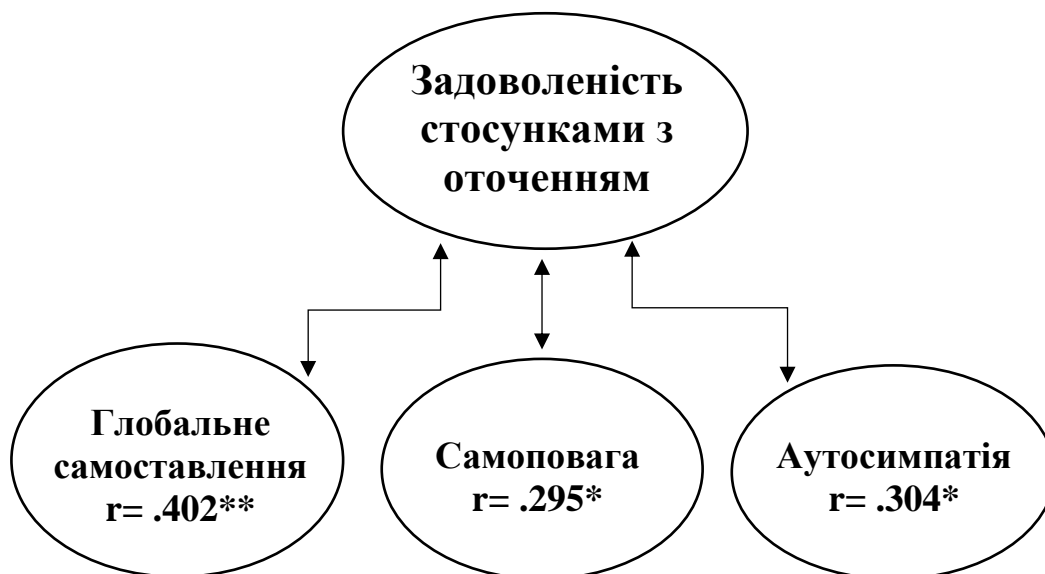


Рисунок 3.10. Кореляційні зв'язки основних шкал методики дослідження самоствавлення зі шкалою суб'єктивної оцінки задоволеності стосунками

Крім того, можемо бачити (рис.3.10.), що показник задоволеності стосунками з оточенням також має прямий сильний кореляційний зв'язок зі шкалою глобального самоствавлення ( $r= 0.408$ ,  $p \leq 0.001$ ) та середній за силою прямий зв'язок з основною шкалою аутосимпатії ( $r= 0.345$ ,  $p \leq 0.01$ ). Тобто, як вже зазначалося, при позитивному досвіді взаємодії з оточуючими самоствавлення особистості, її повага та симпатія до власної особистості підкріплюється й загалом має позитивний характер.

Можемо також бачити, що задоволеність дозвіллям особистості має помірний прямий кореляційний зв'язок зі шкалою глобального самоствавлення ( $r= 0.263$ ,  $p \leq 0.05$ ), що може вказувати на те, що для адекватного й позитивного оцінювання себе, особистості необхідно виробити і застосовувати адекватні стратегії поповнення внутрішніх ресурсів, способів переспрямування уваги й енергії на ті види діяльності, які дозволяють їй розслабитися і впоратися зі стресом без труднощів.

Досліджуючи кореляційні зв'язки допоміжних шкал методики дослідження самоствавлення Століна-Пантелєєва зі шкалами суб'єктивних оцінок задоволеності своїм життям (додаток Е), було встановлено, що показник задоволеності особистим життям має досить сильний прямий кореляційний зв'язок з допоміжною шкалою самопослідовності ( $r= 0.348$ ,  $p \leq 0.01$ ) і помірний

прямий кореляційний зв'язок з допоміжними шкалами самоприйняття ( $r= 0.260$ ,  $p\leq 0.05$ ) та саморозуміння ( $r= 0.282$ ,  $p\leq 0.05$ ).

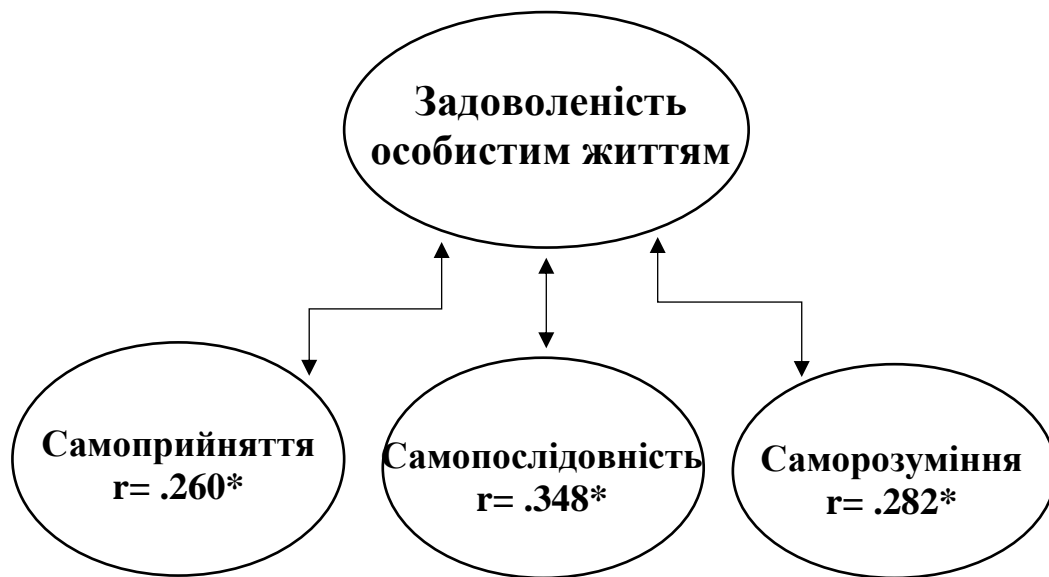


Рисунок 3.11. Кореляційні зв'язки допоміжних шкал методики дослідження самоствавлення зі шкалою суб'єктивної оцінки задоволеності особистим життям

Такі зв'язки свідчать про те, що при вищій самопослідовності, здатності до самоприйняття і саморозуміння задоволеність особистим життям підвищується. При цьому, більш значну роль відіграє самопослідовність, що свідчить про те, що коли особистість притримується власної позиції й принципів, здатна відстоювати свої межі і орієнтується в своїх можливостях й бажаннях, вона відчуває більшу задоволеність особистим життям.

Також було визначено, що показник задоволеності стосунками з оточенням має прямий сильний кореляційний зв'язок зі шкалою саморозуміння ( $r= 0.471$ ,  $p\leq 0.001$ ) та прямий помірний зв'язок зі шкалами самоприйняття ( $r= 0.278$ ,  $p\leq 0.05$ ) й самопослідовності ( $r= 0.312$ ,  $p\leq 0.05$ ). При цьому показник задоволеності стосунками з оточуючими має помірний зворотний зв'язок зі шкалою самозвинувачення ( $r= -0.296$ ,  $p\leq 0.05$ ) (рис. 3.12) (додаток Е).



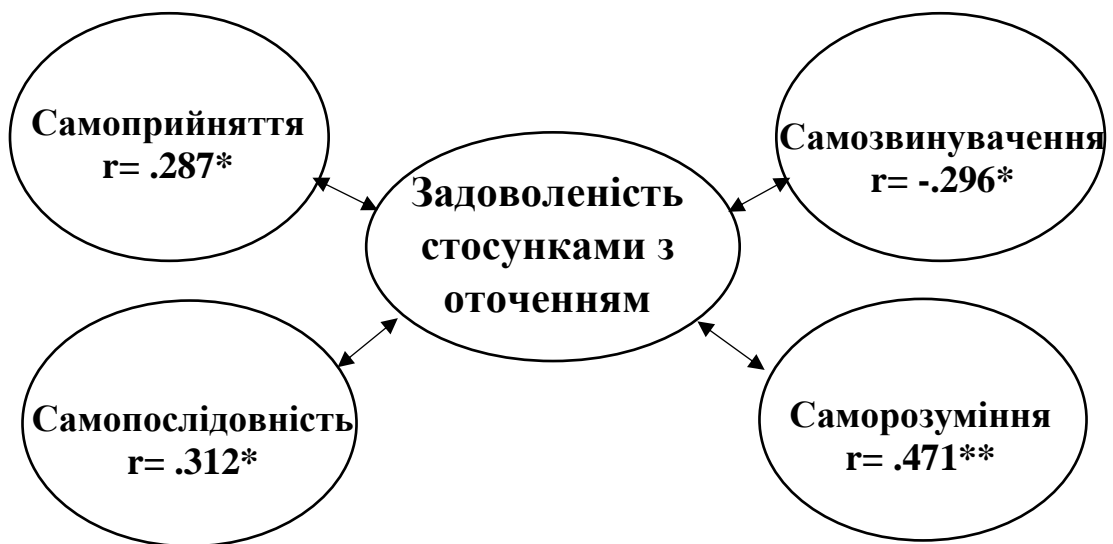


Рисунок 3.12. Кореляційні зв'язки допоміжних шкал методики дослідження самоствалення зі шкалою суб'єктивної оцінки задоволеності стосунками

Отже, при позитивному досвіді взаємодії з оточуючими і встановлення близьких стосунків особистість має змогу поглибити власне саморозуміння за допомогою цього контакту, що також сприяє розвитку здатності до самоприйняття і самопослідовності. В той же час, такий досвід зменшує схильність особистості до самозвинувачення, натомість фокусуючи людину на більш реалістичному сприйнятті обставин ситуацій та взаємодії з іншими.

Досліджуючи кореляційні зв'язки першої половини шкал методики діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейн зі шкалами суб'єктивних оцінок задоволеності своїм життям, було встановлено, що важливість побудови кар'єри має прямий досить сильний кореляційний зв'язок зі шкалою характеру (бажаний рівень розвитку) ( $r = 0.348, p \leq 0.01$ ). Тобто значущість побудови власної кар'єри у респондентів асоціюється з втіленням бажаного особистісного розвитку, з уявленнями про бажані риси характеру.

Показник задоволеності особистим життям має прямий помірний кореляційний зв'язок зі шкалою розуму і здібностей (бажаний рівень розвитку) ( $r = 0.285, p \leq 0.05$ ). Тобто, у респондентів підвищення задоволеності особистим життям асоціюється з підвищенням рівня домагань в інтелектуальній сфері, що

може свідчити про наявність установки на необхідність розвитку певних здібностей і засвоєння навичок як умови задовольняючого рівня життя.



Рисунок 3.13. Кореляційні зв'язки першої половини шкал методики діагностики самооцінки зі шкалою суб'єктивної оцінки задоволеності стосунками

Також виявлено, що показник задоволеності стосунками з оточенням має статистично значущі прямі кореляційні зв'язки зі шкалами здоров'я (рівень розвитку) ( $r = 0.372$ ,  $p \leq 0.01$ ), розуму і здібностей (бажаний рівень розвитку) ( $r = 0.429$ ,  $p \leq 0.001$ ), характеру (рівень розвитку) ( $r = 0.412$ ,  $p \leq 0.001$ ), характеру (бажаний рівень розвитку) ( $r = 0.283$ ,  $p \leq 0.05$ ), авторитету у однолітків (рівень розвитку) ( $r = 0.269$ ,  $p \leq 0.05$ ) та відповідно має статистично значущі зворотні кореляційні зв'язки з різницями за шкалами здоров'я ( $r = -0.280$ ,  $p \leq 0.05$ ), характеру ( $r = -0.296$ ,  $p \leq 0.05$ ) та авторитет у однолітків ( $r = -0.292$ ,  $p \leq 0.05$ ).

Тобто, при позитивному досвіді стосунків з іншими людьми впевненість у актуальному стані здоров'я, інтелектуальних здібностей, характеру і авторитеті

у однолітків підвищується. При цьому особистість формує для себе очікування, щодо особистісного розвитку, які можуть проявлятися саме через роботу над власним характером і взаємодією з іншими.

Крім того, бачимо, що при задоволеності взаємодією з іншими людьми і стосунками з ними, відстань між самооцінкою і рівнем домагань зменшується за параметрами здоров'я, характеру і авторитету, що свідчить про те, що у позитивній взаємодії з іншими особистість підкріплює переконання у тому, що актуальний стан цих характеристик є наближеним до бажаного, що сприяє адекватному подальшому розвитку особистості.

Досліджуючи кореляційні зв'язки другої половини шкал методики діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейн зі шкалами суб'єктивних оцінок задоволеності своїм життям (додаток Є), було встановлено, що задоволеність особистим життям має прямий помірний за силою зв'язок зі шкалою зовнішності (бажаний рівень розвитку) ( $r = 0.282$ ,  $p \leq 0.05$ ). Тобто, рівень задоволеності особистим життям оцінюється особистістю з урахуванням наближеності її зовнішності до бажаного. Задоволеність життям дещо підвищується з підвищенням особистих стандартів зовнішності.

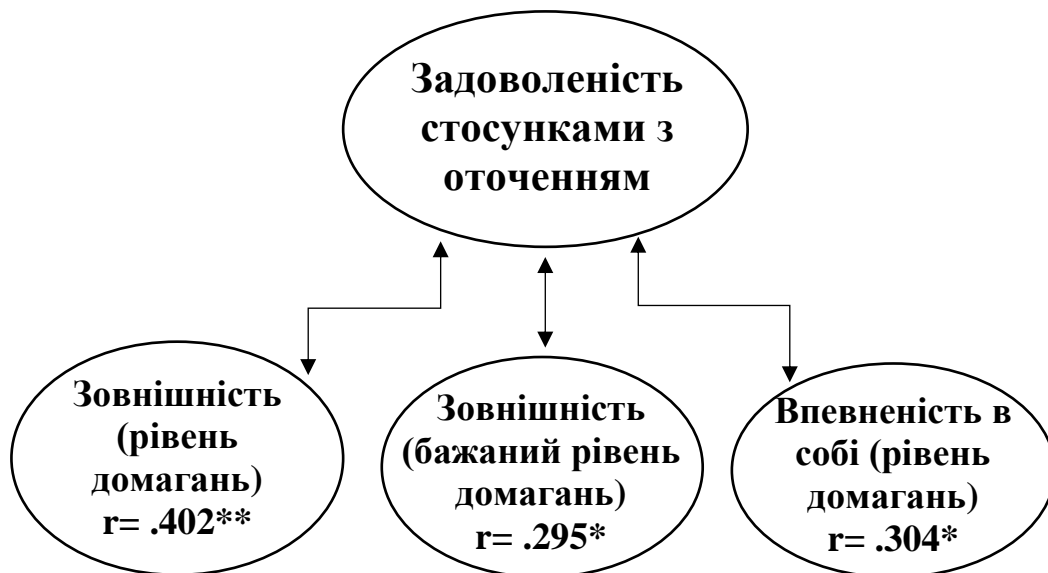


Рисунок 3.14. Кореляційні зв'язки другої половини шкал методики діагностики самооцінки зі шкалою суб'єктивної оцінки задоволеності стосунками

Також виявлено, що задоволеність стосунками з оточенням має прямі статистично значущі кореляційні зв'язки зі шкалами зовнішність (рівень розвитку) ( $r= 0.402$ ,  $p\leq 0.01$ ), зовнішність (бажаний рівень розвитку) ( $r= 0.295$ ,  $p\leq 0.05$ ) та впевненість в собі (рівень розвитку) ( $r= 0.304$ ,  $p\leq 0.05$ ). Тобто, позитивний досвід взаємодії і побудови стосунків з оточуючими має позитивний вплив на впевненість особистості в собі, в оцінці власної зовнішності і сприяє переосмисленню особистістю стандартів зовнішності.

Порівнюючи групи тих, хто знаходяться в шлюбі (30 осіб) з тими, хто не знаходяться в шлюбі (33 особи) було встановлено, що респонденти, які знаходяться в шлюбі, мають дещо нижчий рівень середніх значень за шкалами Очікуваного відношення від інших (III), Самоінтересу (IV), Відношення інших (2) та самоінтересу (6) (рис. 3.15. і табл. 3.16.).

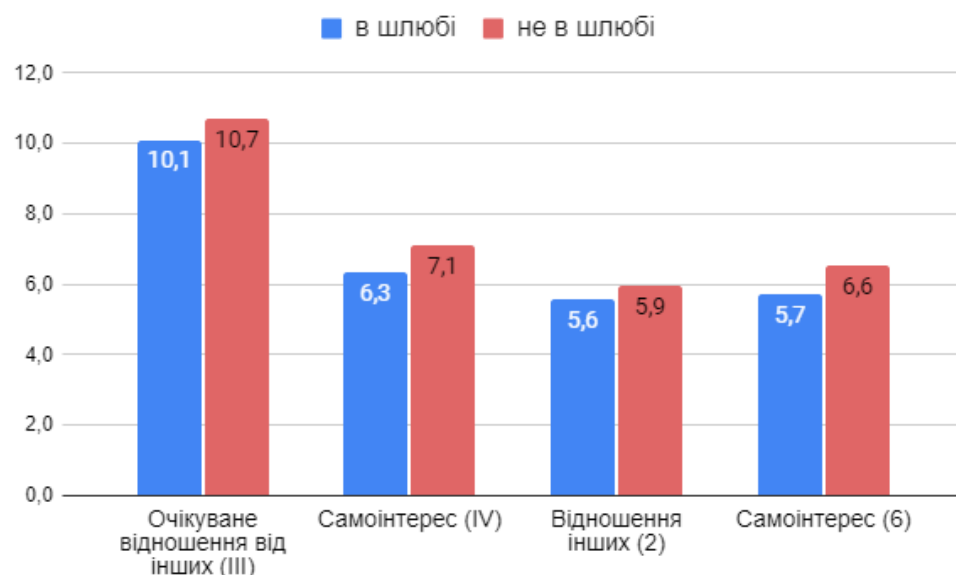


Рисунок 3.15. Середні значення за шкалами методики дослідження самоствавлення між тими, хто в шлюбі та хто не в шлюбі

При цьому, за результатами перевірки відмінностей між показниками у виділених групах респондентів було визначено, що в дійсності між показниками групи, що включала респондентів у шлюбі і групи, що включала респондентів, які не перебувають у шлюбі, є статистично значущі відмінності за основними шкалами методики дослідження самоствавлення. Отже, перебування у шлюбі певною мірою може впливати на самоствавлення особистості.

Таблиця 3.16.

Результати перевірки гіпотез про середні для груп тих, хто в шлюбі та хто не в шлюбі за основними шкалами методики дослідження самоствавлення

	Критерій	Статистика	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Очікуване відношення від інших (III)	U критерій Манна-Уїтні	350	0.020	в шлюбі < не в шлюбі
Самоінтерес (IV)	U критерій Манна-Уїтні	312	0.004	в шлюбі < не в шлюбі
Відношення інших (2)	U критерій Манна-Уїтні	388	0.045	в шлюбі < не в шлюбі
Самоінтерес (6)	U критерій Манна-Уїтні	280	< .001	в шлюбі < не в шлюбі

Порівнюючи тих, хто не має дітей (30 осіб), з тими, у кого є діти (33 особи), було встановлено, що респонденти, які не мають дітей, характеризуються дещо вищим рівнем середніх значень за шкалами глобального самоствавлення, самоінтересу (6) та саморозуміння (7) (рис.3.17. і табл. 3.18.).

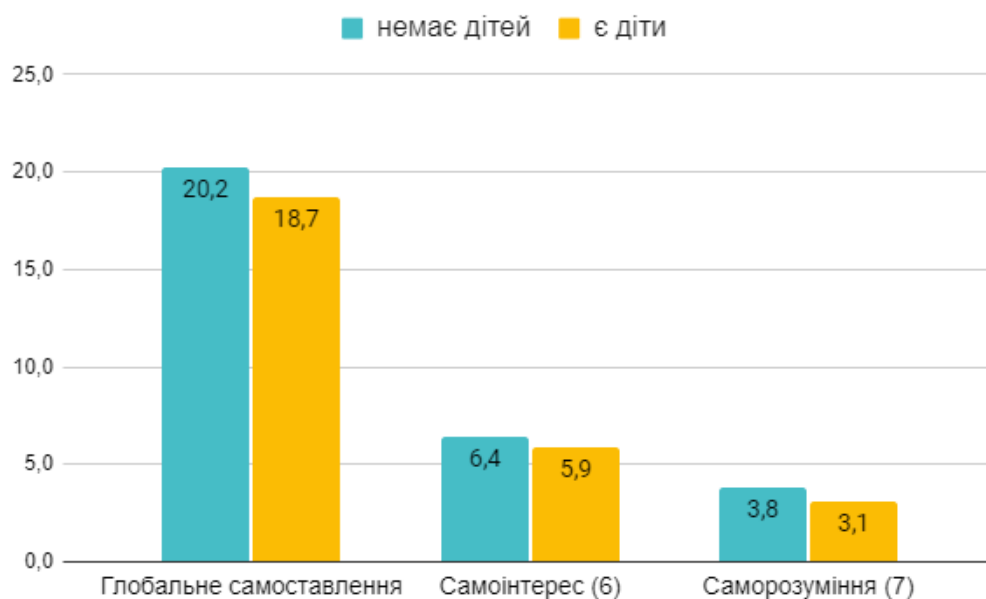


Рисунок 3.17. Середні значення за шкалами методики дослідження самоствавлення між тими, хто має дітей та тими, хто не має

При цьому, за результатами перевірки відмінностей між показниками у виділених групах респондентів було визначено, що за зазначеними шкалами методики дослідження самоствавлення є статистично значущі відмінності. Це вказує на те, що в дійсності зазначені параметри самоствавлення змінюються

залежно від наявності дітей у респондентів. Отже, наявність дітей може впливати на особливості самоствавлення особистості.

Таблиця 3.18.

Результати перевірки гіпотез про середні для груп тих, хто не має дітей та хто має, за шкалами методики дослідження самоствавлення

	Критерій	Статистика	р-рівень	Альтернативна гіпотеза
Глобальне самоствавлення	U критерій Манна-Уїтні	349	0.022	немає дітей > є діти
Самоінтерес (6)	U критерій Манна-Уїтні	325	0.006	немає дітей > є діти
Саморозуміння (7)	U критерій Манна-Уїтні	317	0.006	немає дітей > є діти

Ми дослідили також відмінність між кожною парою вказаних підгруп за шкалами методики діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейн (табл.3.19.). Порівнюючи між собою підгрупи, утворені за сімейним статусом, було встановлено, що ті респонденти, хто знаходяться в шлюбі, мають вище значення за шкалою Зовнішність (різниця) ніж ті, хто не знаходяться в шлюбі (t-критерій Стьюдента = 2.19,  $p = 0.016$ ). Тобто цій групі респондентів притаманним є порівняно більший розрив між бажаним та дійсним рівнями самооцінки за параметром зовнішності.

Таблиця 3.19.

Результати перевірки гіпотез про середні для груп тих, хто в шлюбі та хто не в шлюбі за шкалами методики діагностики самооцінки

	Критерій	Статистика	Ступінь свободи	р-рівень	Альтернативна гіпотеза
Зовнішність (різниця)	t-критерій Стьюдента	2.19	61.0	0.016	в шлюбі > не в шлюбі

Порівнюючи між собою підгрупи, утворені за наявністю дітей, було встановлено, що ті, хто не мають дітей, мають вищий рівень показника за шкалою зовнішність (рівень розвитку), а також нижчі рівні показників за шкалами здоров'я (різниця) та зовнішність (різниця) (табл. 3.20.).

Таблиця 3.20.

Результати перевірки гіпотез про середні для груп тих, хто не має дітей та хто має, за шкалами методики діагностики самооцінки

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Здоров'я (різниця)	U критерій Манна-Уїтні	345		0.020	немає дітей < є діти
Зовнішність (рівень розвитку)	t-критерій Стьюдента	1.78	61.0	0.040	немає дітей > є діти
Зовнішність (різниця)	t-критерій Стьюдента	-2.68	61.0	0.005	немає дітей < є діти

Тобто, групі респондентів, що не мають дітей більш притаманним є менший розрив між актуальним і бажаним рівнем параметрів зовнішності й здоров'я, ніж у групи, що мають дітей. Крім того, для групи, що не мають дітей, характерним у порівнянні також є і більш позитивне оцінювання власної зовнішності. Відмінності в групах на рівні різниці візуально представлені на рис.3.21.

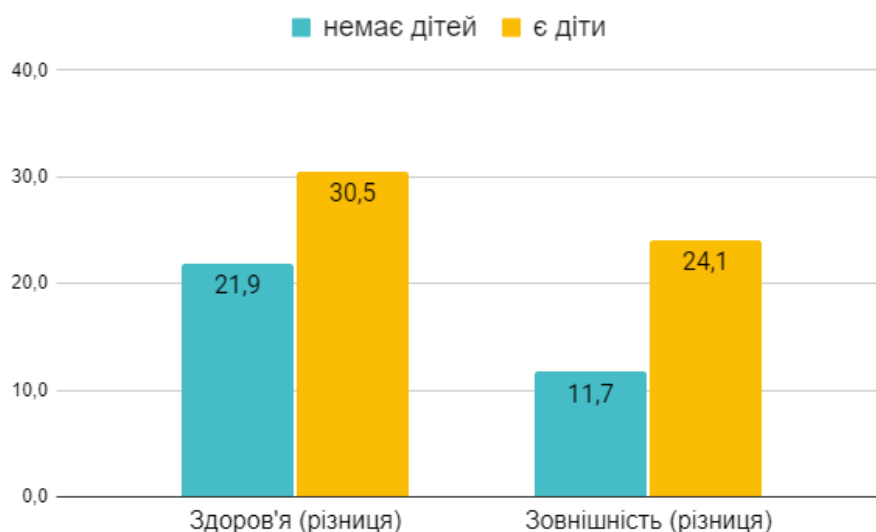


Рисунок 3.21. Середні значення за шкалами методики діагностики самооцінки між тими, хто має дітей та тими, хто не має

При перевірці показників за критерієм робочого статусу респондентів не було встановлено відмінностей за шкалами методики діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейн між групою найманих працівників (26 осіб) та групою фрілансерів і власників бізнесу (28 осіб) (решта досліджуваних не відповіли на

питання про статус роботи). Відсутність відмінностей може свідчити про те, що характер працевлаштування або його відсутність не мають у цій вибірці значущого впливу на параметри самооцінки і рівня домагань.

Отже, було виявлено, що показники ставлення інших і самоінтересу підвищуються при паралельному підвищенні показника за шкалою статусу стосунків, що може свідчити про специфіку фокусу особистості під час перебування в тому чи іншому статусі стосунків зі значущими людьми. В залежності від кількості дітей у респондентів спостерігається динаміка, за якої коли дітей менше, показник глобального самоствавлення підвищується наряду з показниками самоінтересу та саморозуміння. При збільшенні чисельності дітей у респондентів спостерігалось зниження самооцінки за параметром зовнішності та одночасне збільшення різниці між актуальним ставленням до своєї зовнішності й уявленням про бажану зовнішність. Також при підвищенні рівня свободи у романтичних стосунках (вкрай до їх відсутності) спостерігається зменшення різниці між актуальною оцінкою особистістю власної зовнішності і її бажаним рівнем.

### **3.3. Рекомендації щодо зменшення впливу сімейних сценаріїв на формування самоствавлення жінок**

Підвищення рівня самоствавлення є вкрай важливим аспектом будь-якого консультативного і психотерапевтичного втручання. І відповідно, з особливою увагою цей напрям діяльності слід розглянути у рамках цього дослідження.

В ході дослідження було виявлено, що в дійсності певні аспекти емоційної комунікації у сім'ях респондентів носили характер виражених дисфункцій і що цікаво, концептуальний зміст цих дисфункцій перетинався з обов'язковими компонентами сімейних або життєвих сценаріїв, про які говорять у рамках трансактного аналізу.

Було визначено, що найбільш впливовими й найбільш спостережуваними аспектами такої комунікації виявилися батьківська критика, тенденція у сім'ї до елімінування емоцій та надвключеність батьків. Тобто, надмірна завзятість



батьків у включенні у будь-які аспекти життя їх дочок, підвищений рівень і частота критики їхній бік та домінування переконань про релевантність заборони або знецінення емоційної експресії суттєвим чином вплинули на формування самоствалення жінок, що взяли участь у цьому дослідженні. Ці всі аспекти передбачають трансляцію певних повідомлень, які також можна назвати батьківськими директивами або настановами, як при повторенні інтерналізуються дитиною і стають складовою частиною її уявлень про те, як ставитися до себе, через яку призму себе бачити і як на себе реагувати. Відповідно, у домінуючій кількості респондентів спостерігалися тонкі проникливі особистісні кордони, від низького до середнього рівня вираженість тривоги і уникнення у близьких стосунках з іншими.

Самі сімейні сценарії частіше слугують свого роду засобом для структурування досвіду проживання у батьківській сім'ї, який є формуючим для особистості. Але в деяких випадках спостерігаються і варіанти, коли вплив зазначеного досвіду і його структура настільки ригідні, що новий досвід в повній мірі не засвоюється і не може модифікувати ті структури, які були сформовані в дитинстві. Тоді особистість може переживати різного роду психоемоційний дискомфорт, який в першу чергу набуватиме представлення у стосунках з собою та близькими людьми.

Як метод роботи з сімейними сценаріями дослідники пропонують застосування метод терапії повторного прийняття рішень, що базується на моделі трансактного аналізу, пов'язаній з его-станами і передбачає безпосередню роботу з такими аспектами сімейного сценарію як директиви і рішення дитини. Основна ідея полягає у тому, що рішення, зроблені в дитинстві і в его-стані дитини можуть бути прийняті наново – змінені. Відповідно, для того, щоб змінити мені структурні компоненти самоствалення і самоусвідомлення, особистість має наново з позиції внутрішньої дитини надати переоцінку ситуації і прийняти нове рішення. Це рішення має бути прийняте саме «дитиною», а не «дорослим», але з дозволу останнього стану, аби реструктуризація досвіду могла

відбутися. Інакше ж, нове рішення не зможе бути прийняте повністю через внутрішній конфлікт.

Психотерапевти М. Голдінг і Р. Голдінг [44] описали кілька терапевтичних стратегій фасилітації повернення у стан «дитини» для прийняття рішення і як визнання цього рішення «дорослим». Зокрема, перша стратегія полягає власне у фасилітації людини говорити як дитина, пригадавши якийсь аспект дитячого досвіду, директиву, яка, як було виявлено, сильно вплинула на переконання щодо себе в дорослості і зробити в той момент нове рішення, дати відповідь на директиву як дитина (при цьому, нерідко, відповідь аргументувалася здобутками дорослого віку).

Інший варіант – дати інструкцію повторювати найбільш важливу емоційно заряджену фразу «дитини» відносно суб'єкта директив, яка первинно стосувалася минулого, але у теперішньому, кілька разів. Далі, автори також пропонують скористатися методом роботи зі снами в рамках гештальт-підходу, де подія розгортається як вистава, а клієнт виступає в ролях всіх об'єктів і суб'єктів цієї вистави. Початок діалогу між цими частками, об'єктами, дозволяє клієнту переходити у різні его-стани швидко і опрацьовувати ці позиції задля прийняття нового рішення щодо себе і директиви. Схожі методи використовуються в опрацюванні досвіду у рамках груп зустрічей.

Крім того, дослідниці І. Орленко і О. Бальбуза [23] наводять приклад використання арт-терапевтичних методів у психокорекційній роботі з самоствавленням жінок. Вони зазначають, що реалізація групових форм арт-терапевтичних програм є більш ефективним у впливі на самоствавлення жінок, з огляду на те, що сам формат сприяє підвищенню комунікативної компетентності, відповідно з тим сприяє і налагодженню міжособистісних стосунків у малій групі з подібним досвідом, що загалом позитивно впливає на самоствавлення кожної з учасниць групи.

Дослідницями було проведено перевірку ефективності роботи довготривалої арт-терапевтичної групи за власною програмою і виявлено, що загалом тривалий досвід взаємодії у подібних групах має позитивний вплив на

динаміку самоствавлення жінок (у порівнянні з жінками, які не були учасницями подібних груп). Відповідно, арт-терапевтичні методи можуть бути корисними засобами для впливу на самоствавлення і проробку відголосу певних аспектів сімейних сценаріїв, які мали негативний формуючий вплив на самоствавлення жінок.

Зокрема, у згаданому дослідженні було виявлено, що в результаті участі в довготривалій арт-групі знизився загальний негативний фон самоствавлення учасниць, самооцінка власних можливостей та особистісних якостей стала більш адекватною, самоінтерес підтримувався на досить високому рівні, що зумовлювало підтримку або підвищення рівня суб'єктивної цінності власної особистості у учасниць.

Отже, серед основних методів психокорекції впливу сімейних сценаріїв на самоствавлення жінок можна виокремити вплив поєднання технік трансактного аналізу, гештальт-терапії та поведінкової терапії у моделі повторного прийняття рішень в Его-стані дитини, що сприяє реконцептуалізації вже дорослими жінками отриманих у дитинстві настанов та первинного реагування на них, що було інтегровано у самоствавлення. А також рекомендованим є застосування методів арт-терапії у груповій формі впливу, що сприятиме самопізнанню і підвищенню самоприйняття жінок.

### **Висновки до третього розділу**

Отже, у третьому розділі кваліфікаційної роботи було проаналізовано результати проведеного емпіричного дослідження. Відповідно до отриманих даних було визначено, що у групах респондентів, розподілених за демографічними показниками (статус стосунків і наявність дітей) показники самоствавлення відрізняються.

За допомогою кореляційного аналізу було визначено, що різні аспекти самоствавлення особистості мають суттєвий взаємозв'язок з виникненням тривожності і потребою в уникненні близькості в стосунках. При зниженні самооцінки частіше спостерігається підвищення тривожності і схильності до

уникнення близькості. Також виявлено, що збільшення відстані між рівнем самооцінки і рівнем домагань супроводжується підвищенням тривожності і схильності до уникнення близькості, як відповіді на невпевненість у певних аспектах уявлень особистості про себе, що впливає на її стосунки з оточуючими.

Було виявлено, що показники ставлення інших і самоінтересу підвищуються при паралельному підвищенні показника за шкалою статусу стосунків, що може свідчити про специфіку фокусу особистості під час перебування в тому чи іншому статусі стосунків зі значущими людьми. В залежності від кількості дітей у респондентів спостерігається динаміка, за якої коли дітей менше, показник глобального самоствавлення підвищується наряду з показниками самоінтересу та саморозуміння. При збільшенні чисельності дітей у респондентів спостерігалось зниження самооцінки за параметром зовнішності та одночасне збільшення різниці між актуальним ставленням до своєї зовнішності й уявленням про бажану зовнішність. Також при підвищенні рівня свободи у романтичних стосунках (вкрай до їх відсутності) спостерігається зменшення різниці між актуальною оцінкою особистістю власної зовнішності і її бажаним рівнем.

Підвищення показника суб'єктивної значущості побудови кар'єри може бути проявом самоінтересу особистості, її орієнтації на актуалізацію власного потенціалу і розкриття ресурсів, що становить фундамент для позитивного самоприйняття. При підвищенні задоволеності особистим життям і стосунками з оточуючими, при позитивному досвіді у взаємодії з іншими людьми, підвищується і укріплюється конструкт самоповаги.

Було виявлено, що при вищій самопослідовності, здатності до самоприйняття і саморозуміння задоволеність особистим життям підвищується. При цьому, більш значну роль відіграє самопослідовність, що свідчить про те, що коли особистість притримується власної позиції й принципів, здатна відстоювати свої межі і орієнтується в своїх можливостях й бажаннях, вона відчуває більшу задоволеність особистим життям.

У порівнянні груп за статусом стосунків було виявлено, що перебування у шлюбі певною мірою може впливати на самоствалення особистості. Схожі відмінності було виявлено при порівнянні кількості дітей у респондентів.

## ВИСНОВКИ

Кваліфікаційна робота мала на меті теоретично та емпірично дослідити особливості ролі сімейних сценаріїв у формуванні самоставлення жінок. Відповідно до мети було здійснено теоретичний аналіз наявної на сьогодні літератури з тематики дослідження понять сімейного сценарію та самосталення та впливу сімейного сценарію на само ставлення у жінок, проаналізовано наявні результати схожих емпіричних досліджень. Емпірично досліджено специфіку ролі сімейних сценаріїв у формуванні самоставлення жінок та описано складені рекомендації щодо зменшення впливу сімейних сценаріїв на формування самоставлення жінок.

У першому розділі кваліфікаційної роботи здійснено огляд основних підходів до розуміння понять самоставлення і сімейних сценаріїв, а також теоретичного обґрунтування впливу сімейних сценаріїв на формування самоставлення жінок. Самоставлення являє собою складний психічний процес, сутність якого полягає в сприйнятті особистістю самої себе в різних ситуаціях діяльності та поведінки, в усіх формах взаємодії з іншими людьми і в поєднанні цих образів в єдине цілісне утворення – в уявлення, а потім в поняття свого власного «Я» як суб'єкта, відмінного від інших суб'єктів.

Самоставлення виконує ряд функцій, які забезпечують формування і розвиток особистості за певним сценарієм. Ці функції здійснюються для налагодження комунікації між внутрішніми підсистемами особистості та зовнішніми об'єктами взаємовпливу. Відповідно, початок формування самоставлення відбувається вже у ранньому дитинстві і на нього значно впливають зовнішні впливи, досвід близьких стосунків, паттерни взаємодії у стосунках з близькими людьми тощо.

Сімейні сценарії, в свою чергу, це неусвідомлений життєвий план кожної людини. Сценарії відносять до числа трансфертних явищ, тобто вони є похідними або адаптацією дитячого досвіду і реакцій. Сценарій не просто є

реакцією чи ситуацією перенесення, це спроба відтворити у адаптивній формі цілу драму перенесення.

Сценарій обов'язково передбачає: 1) батьківські директиви, 2) відповідно до їх виконання особистісний розвиток і здібності, 3) рішення, прийняте в дитячому віці, 4) дійсне бажання і зацікавленість у виконанні сценарію (будь він з хорошим або з поганим кінцем), 5) переконаність у необхідності того, що відбувається.

Формування життєвого сценарію обумовлено специфікою соціалізації особистості у вигляді моделювання, вторинного армування та інтеграції засвоєних смислів та норм навколишньої дійсності. Якщо взяти до уваги все вище зазначене варто звернути увагу на те, що умовно у трансактному аналізі при описі ролей дитини в рамках сценарію є поділ на позитивну роль (у випадку дівчинки – «принцеса») і негативну роль («гуска»), а перехід між цими ролями не визначається можливим. В залежності від призначеної в контексті сценарію ролі, сама сімейна система сприяє формуванню того чи іншого змісту структури самоставлення, наприклад, її наповненню уявленнями про себе як члена сімейної системи, який виконує певну роль.

Отже, у другому розділі кваліфікаційної роботи було описано організацію здійсненого емпіричного дослідження, описано особливості сформованої вибірки і методів, які застосовувалися для досягнення мети роботи.

Відповідно до мети дослідження на підготовчому етапі його організації було підібрано психодіагностичний інструментарій, який дозволив перевірити сформульовані гіпотези. До інструментарію дослідження увійшли найбільш відповідні меті та завданням методики: 1) Анкета; 2) Методика дослідження самоставлення Століна-Пантелєєва; 3) Методика досвіду близьких стосунків К. Бреннан і Р.К. Фрейлі; 4) Діагностика самооцінки Дембо – Рубінштейн; 5) Методика «Сімейні емоційні комунікації» А. Б. Холмогорової і С.В. Волікової; 6) Методика «Психологічні границі особистості» Е. Гартмана.

У дослідженні взяли участь 63 осіб жінок віком від 26 до 55 років. Відповідно до отриманих результатів було визначено, що у групах респондентів,

розподілених за демографічними показниками (статус стосунків і наявність дітей) показники самоствалення відрізняються.

Зокрема, у групі респондентів, що не перебувають у шлюбі спостерігаються порівняно менший розрив між бажаним та дійсним рівнями самооцінки за параметром зовнішності, вищі показники самоствалення, зокрема щодо відношення інших та самоінтересу. Також виявлено, що для респондентів, які не мають дітей, характерним є загально вищий інтегральний показник самоствалення, менша різниця між рівнем самооцінки і рівнем домагань, зокрема за параметрами здоров'я, зовнішності, характеру та авторитету у однолітків.

Визначено, що переважна більшість респондентів зазначала наявність у досвіді сімейної емоційної комунікації таких дисфункційних аспектів як надмірна батьківська критика та надвключеність. Крім того, у більшій частині респондентів спостерігається помірно рівні тривоги у стосунках і уникання близькості, що свідчить або про надійний тип прихильності або про уникливо-відкидаючий тип у попередньому досвіді. При цьому, результати засвідчили те, що практично всі респонденти характеризуються підвищеною тонкістю, проникливістю особистісних кордонів, що може пов'язуватися і з рівнем тривоги й уникнення у близьких стосунках, домінуючими дисфункціями у сімейній комунікації та загально формуванням самоствалення у жінок.

У третьому розділі кваліфікаційної роботи було проаналізовано результати проведеного емпіричного дослідження. Відповідно до отриманих даних було визначено, що у групах респондентів, розподілених за демографічними показниками (статус стосунків і наявність дітей) показники самоствалення відрізняються.

За допомогою кореляційного аналізу було визначено, що різні аспекти самоствалення особистості мають суттєвий взаємозв'язок з виникненням тривожності і потребою в уникненні близькості в стосунках. При зниженні самооцінки частіше спостерігається підвищення тривожності і схильності до уникнення близькості. Також виявлено, що збільшення відстані між рівнем самооцінки і рівнем домагань супроводжується підвищенням тривожності і



схильності до уникнення близькості, як відповіді на невпевненість у певних аспектах уявлень особистості про себе, що впливає на її стосунки з оточуючими.

Було виявлено, що показники ставлення інших і самоінтересу підвищуються при паралельному підвищенні показника за шкалою статусу стосунків, що може свідчити про специфіку фокусу особистості під час перебування в тому чи іншому статусі стосунків зі значущими людьми. В залежності від кількості дітей у респондентів спостерігається динаміка, за якої коли дітей менше, показник глобального самоствавлення підвищується наряду з показниками самоінтересу та саморозуміння. При збільшенні чисельності дітей у респондентів спостерігалось зниження самооцінки за параметром зовнішності та одночасне збільшення різниці між актуальним ставленням до своєї зовнішності й уявленням про бажану зовнішність. Також при підвищенні рівня свободи у романтичних стосунках (вкрай до їх відсутності) спостерігається зменшення різниці між актуальною оцінкою особистістю власної зовнішності і її бажаним рівнем.

Підвищення показника суб'єктивної значущості побудови кар'єри може бути проявом самоінтересу особистості, її орієнтації на актуалізацію власного потенціалу і розкриття ресурсів, що становить фундамент для позитивного самоприйняття. При підвищенні задоволеності особистим життям і стосунками з оточуючими, при позитивному досвіді у взаємодії з іншими людьми, підвищується і укріплюється конструкт самоповаги.

Було виявлено, що при вищій самопослідовності, здатності до самоприйняття і саморозуміння задоволеність особистим життям підвищується. При цьому, більш значну роль відіграє самопослідовність, що свідчить про те, що коли особистість притримується власної позиції й принципів, здатна відстоювати свої межі і орієнтується в своїх можливостях й бажаннях, вона відчуває більшу задоволеність особистим життям.

У порівнянні груп за статусом стосунків було виявлено, що перебування у шлюбі певною мірою може впливати на самоствавлення особистості. Схожі відмінності було виявлено при порівнянні кількості дітей у респондентів.

Також було сформульовано загальні уявлення про рекомендовані інструменти у психокорекційному впливі з метою підвищення самоствалення жінок та опрацюванню впливу сімейних сценаріїв на їх формування. Зокрема, серед основних методів психокорекції впливу сімейних сценаріїв на самоствалення жінок можна виокремити вплив поєднання технік трансактного аналізу, гештальт-терапії та поведінкової терапії у моделі повторного прийняття рішень та застосування методів арт-терапії у груповій формі впливу, що сприятиме самопізнанню і підвищенню самоприйняття жінок.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Александров Ю. В. Особливості я-концепцій жінок і чоловіків зрілого віку. // Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України : тези доп. Всеукр. наук.-практ. конф., (м. Харків, 30 берез. 2018 р.) / Харківський національний університет внутрішніх справ, Харків, 2018. С. 269-271
2. Берн Е. Ігри, у які грають люди (пер. з англ. К. Меншикової). Харків : Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2016. 256 с.
3. Бех І. Д. Категорія «ставлення» в контексті розвитку образу «Я» особистості. Педагогіка і психологія. 1997. № 3. С. 52-56.
4. Бігун Н. І. Арт-терапевтичні технології розвитку самодостатності особистості. Інноваційні арт-терапевтичні технології: збірник наукових статей міжнар. наук. інтернет-конф., м. Переяслав, 12 березня 2020 р., м. Переяслав, 2020. С. 19-23 URL: <http://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/34679/Bihun%20Nelia%20Ivanivna.pdf?sequence=> (дата звернення: 10.09.2022).
5. Бондаренко Я. І., Кубриченко Т. В. Самоствавлення самотніх жінок [Електронний ресурс]. Актуальні проблеми психології. 2015. Т. 12, Вип. 21. С. 49-61. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/appsu\\_h\\_2015\\_12\\_21\\_7](http://nbuv.gov.ua/UJRN/appsu_h_2015_12_21_7)
6. Борщ К.К. Трансформація статусно-рольових характеристик сучасної сім'ї в Україні. Наукові праці Чорноморського державного університету ім. Петра Могили. Миколаїв. 2012. Т. 201. №189. С.81-84
7. Васильєва В. О. Психологічні особливості самоствавлення у юнацькому віці // Синергетичний підхід до проектування життєвого простору особистості : зб. наук. матеріалів Міжнарод. наук.-практ. онлайн-конф. (27-28 квітня 2021 р., м. Полтава). Полтава, 2021. С. 43-47.
8. Волошок О. В. Самоствавлення та цінності жінок з різним рівнем сімейної тривоги. // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : збірник наукових праць / М-во освіти і

науки України, Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2015. Серія 12 : Психологічні науки, Вип. 1 (46). С. 72-78.

9. Гаврилова Ю. О. Взаємозв'язок самооцінки жінки та особливостей сімейних стосунків. // Соціально-психологічні технології розвитку особистості : зб. наук праць за матеріалами VIII Усеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених, аспірантів та студентів «Соціально-психологічні технології розвитку особистості» (м. Херсон, 07 квітня 2023 р.) [Електронний ресурс] / ред. колегія : І. Р. Крупник, І. С. Попович, Н. І. Тавровецька, О. М. Танасійчук (відп. за випуск) та ін. Херсон : Херсон ; Івано-Франківськ : ХДУ, 2023. С. 203-206.

10. Горбатих В. В. Самоствалення особистості як емоційний компонент самосвідомості [Електронний ресурс]. Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки. 2010. № 2. С. 48-52. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vznu\\_ped\\_2010\\_2\\_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vznu_ped_2010_2_10)

11. Григор'єва О., Драпака А. Психологічні межі особистості та метод оцінки їх сформованості. Наука і освіта. Одеса. 2013. (№ 1 – 2). С. 8 – 13.

12. Грисенко Н. В. Ставлення до себе та світу як фактори задоволеності життям молоді. Молодий вчений. 2018. №11. с. 626-631

13. Гуменюк О.Є. Психологія Я-концепції: Навчальний посібник. Тернопіль: Економічна думка, 2004. 310 с.

14. Зелінська Т.М. Амбівалентність особистості: Теорія, діагностика, психокорекція. Київ : Каравела, 2010. 256 с.

15. Зінченко С.В. Роль «Я-концепцій» в особистісному самовизначенні дорослих. // Європейський Союз – Україна: освіта дорослих: збірник матеріалів форуму до Міжнародних днів освіти дорослих в Україні. К. Ніжин. 2015. С. 131-135.

16. Кідалова К.С. Психологічні особливості самоствалення особистості: аналіз концепцій та підходів. Український психологічний журнал, 2(8), 2018. 48–58.

17. Колодяжна А.В. Поєднання компонентів самоствавлення особистості відповідно до її творчих проявів. *Scientific Journal*, 5, 2016. 93–96.
18. Кочубейник О. М. Трансформація уявлень про «Я-концепцію» у крос-культурних психологічних дослідженнях: Автореф. дис. ...канд. психол. наук. К., 2003. 16 с.
19. Криворучко Т. І. Особливості розуміння самооцінки в сучасній психологічній науці. // Тернопіль: Медсестринство. 2015. № 4. С. 19-22.
20. Магдисюк Л. І. Особливості шлюбно-сімейних стосунків у залежності від подружнього стажу: діагностика та консультування : монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 188 с.
21. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості: Наук. монографія. К.: Вид-во ТОВ «КММ», 2006. 256 с.
22. Носовська О., Полукаров Ю. Дослідження впливу самооцінки на формування емоційної сфери. Проблеми охорони праці, промислової та цивільної безпеки. 2021. С. 156-161.
23. Орленко І., Бальбуза О., Психологічні аспекти впливу арт-терапії на позитивні зміни самоствавлення у жінок. Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. Київ. 2022. Вип. 17 (62). С. 72-83.
24. Радул І. Г. Теоретичні засади дослідження проблеми самоствавлення в психології. Всеукраїнська науково-практична Інтернет-конференція «Психологічні умови становлення особистості у сучасному суспільстві» (м. Кропивницький, 19 березня, 2017 р.).
25. Тищенко Л. Феноменологія самоствавлення в психологічній науці. Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського, 2(9), 2012. 230–233.
26. Ткалич М. Г. Жіночі гендерні ролі. Рольові моделі та норми. Соціальна психологія, 2011. № 6. С. 158-167
27. Ткачук С. Психологічний аналіз самостворення позитивної Я-концепції. Психологія і суспільство. 2003. С. 107–113.

28. Фурман А. В. Психологія Я-концепції: Навчальний посібник. Львів : Новий світ-2000, 2006. 360 с.
29. Халік О. О., Косяк Т. С. Взаємозв'язок загальної та рольової самооцінки жінок, їх вплив на стосунки в сімейній системі. Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права. 2021. С. 80-86.
30. Хоменко К. В. Програма психокорекції самоствавлення: особливості використання в юнацькому віці. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки. Випуск 7(52), 2018. С. 157-165
31. Шестопад І.А. Психологічні особливості професійної самореалізації жінок зрілого віку : автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю: 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Національний університет «Острозька академія», Острог, 2017.
32. Щербан Т.Д., Ковач О.В. Психологічні особливості самосприйняття в юнацькому віці. Науковий вісник Мукачівського державного університету. Гуманітарні і суспільні науки. Мукачево, 20(15), 2016. – 153-162.
33. Яворська-Ветрова І.В. Теоретичний аналіз проблеми самоствавлення: ціннісний аспект. Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 6(13), 2017. 198–206.
34. Tkalych M., Zinchenko T. and Kasyan A. “Gender Identity: Contents, Structure, Gender-Role Differentiation”, PSYCHOLOGICAL JOURNAL, 2020. 6(1), pp. 101–109. doi: 10.31108/1.2020.6.1.10.
35. Hjelle L. A., Ziegler D. J. *Personality theories: Basic assumptions, research, and applications* (3rd ed.). McGraw-Hill Book Company, 1992.
36. Maslow A. H., Frager R. *Motivation and Personality*. 3rd ed. New York, Harper and Row, 1987.
37. Burns R. B. *Self-Concept Development and Education*. London: Holt Rinehart and Winston, 1982. 441 p.

38. Coopersmith S. The antecedents of self-esteem. San Francisco, 1967. 216 p.
39. Rosenberg M. Conceiving the self. New York, 1979. 350 p.
40. James W. The Principles of Psychology, in two volumes. New York: Henry Holt and Company. 1890.
41. Weis D., Worobey J. Sex-roles and family scripts in early childhood. *Early Child Development and Care*, 1991. 77. 109-114. [10.1080/0300443910770110](https://doi.org/10.1080/0300443910770110).
42. O'Toole, T. Gender and Genre: Women and the Family Script. In: *Genealogy and Fiction in Hardy*. Palgrave Macmillan, London. 1997. [https://doi.org/10.1057/9780230372184\\_4](https://doi.org/10.1057/9780230372184_4)
43. Teitelman A. M. Learning from girls: Family scripts, cultural context and sexual health. University of Michigan ProQuest Dissertations Publishing, 2002.
44. Fraley R. C., Waller N. G., Brennan K. A.. An item-response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2000. 78, 350-365 p.
45. Fraley R. C. Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of development mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 2002. 6, 123-151 p.
46. Hartmann E. Boundaries in the mind: A new psychology of personality. Basic Books. 1991.
47. Rawlings D. An exploratory factor analysis of Hartmann's Boundary Questionnaire and an empirically-derived short version. *Imagination, Cognition and Personality*, 2001-2002. 21(2), 131-144. <https://doi.org/10.2190/3XM9-LGA6-MJ76-X658>
48. Goulding R., Goulding M. Injunctions, Decisions, and Redecisions, *Transactional Analysis Journal*, 1976. 6:1, 41-48, DOI: [10.1177/036215377600600110](https://doi.org/10.1177/036215377600600110)
49. Berlin A., Berlin M. Ego States and Projective Identification: A Six-Stage Relational Methodology. *Transactional Analysis Journal*, 2022. 52:4, pages 325-339.

50. Vos J., van Rijn B. The Evidence-Based Conceptual Model of Transactional Analysis: A Focused Review of the Research Literature. *Transactional Analysis Journal*, 2021. 51:2, pages 160-201.
51. Allen J. R. The Experienced Self as a Developmental Line and Its Use in Script Work, *Transactional Analysis Journal*, 2011. 41:1, 58-68, DOI: 10.1177/036215371104100108
52. Arnold R. Navigating Loss Through Creativity: Influences of Bereavement on Creativity and Professional Practice in Art Therapy. *Art Therapy*, 37(1), 2020. 6–15, <https://doi.org/10.1080/07421656.2019.1657718>
53. Erol R. Y., & Orth U. Self-esteem and the quality of romantic relationships. *European Psychologist*, 21(4), 2016. 274–283. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000259>
54. Neff K.D., & Vonk R. Self-compassion versus global self-esteem: two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality*, 77(1), 2009. 23–50. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00537.x>
55. Oyserman D. Self-concept and identity In: Tesser A, Schwarz N, editors. *The Blackwell Handbook of Social Psychology*. Malden, MA: Blackwell; 2001, 499–517.
56. Salom A. Art therapy and its contemplative nature: unifying aspects of imaging, art therapy. 2013. 30(4), 142–50. <https://doi.org/10.1080/07421656.2014.846203>.
57. Fine C. & Sojo V. Women's value: beyond the business case for diversity and inclusion. *The Lancet*, 2019. 393(10171), 515. doi: 10.1016/S0140-6736(19)30165-5
58. Berne E., Steiner C.M., Kerr C. *Beyond Games and Scripts*, 1976. 352 p.



## ДОДАТКИ

### Додаток А

Результати перевірки нормальності розподілу використаних методик

	Критерій Шапіро-Вілکا	
	W	p-рівень
Здоров'я (рівень розвитку)	,929	,001
Здоров'я (бажаний рівень розвитку)	,667	,000
Здоров'я (різниця)	,928	,001
Розум, здібності (рівень розвитку)	,954	,021
Розум, здібності (бажаний рівень розвитку)	,567	,000
Розум, здібності (різниця)	,949	,011
Характер (рівень розвитку)	,945	,007
Характер (бажаний рівень розвитку)	,819	,000
Характер (різниця)	,857	,000
Авторитет у однолітків (рівень розвитку)	,889	,000
Авторитет у однолітків (бажаний рівень розвитку)	,833	,000
Авторитет у однолітків (різниця)	,926	,001
Вміння робити щось руками (рівень розвитку)	,955	,021
Вміння робити щось руками (бажаний рівень розвитку)	,875	,000
Вміння робити щось руками (різниця)	,925	,001
Зовнішність (рівень розвитку)	,972	,160
Зовнішність (бажаний рівень розвитку)	,715	,000
Зовнішність (різниця)	,965	,074
Впевненість в собі (рівень розвитку)	,954	,020
Впевненість в собі (бажаний рівень розвитку)	,673	,000
Впевненість в собі (різниця)	,920	,001
Тривожність	,932	,002

Уникання близькості	,956	,025
Критика	,980	,393
Індукування тривоги	,966	,077
Елімінування емоцій	,952	,016
Фіксація на негативних переживаннях	,961	,046
Зовнішнє благополуччя	,953	,018
Надвключеність	,929	,001
Сімейний перфекціонізм	,965	,072
Інтегральна шкала дисфункцій	,971	,148

## Додаток Б

### Результати описової статистики за шкалами всіх методик

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
Глобальне самоставлення	9	25	19,43	3,796	14,410
Самоповага (I)	2	14	10,19	2,741	7,512
Аутосимпатія (II)	2	14	10,33	2,840	8,065
Очікуване відношення від інших (III)	6	13	10,43	1,388	1,926
Самоінтерес (IV)	4	8	6,73	1,081	1,168
Самовпевненість (1)	2	7	5,24	1,187	1,410
Відношення інших (2)	3	7	5,76	,856	,733
Самоприйняття (3)	2	7	5,87	1,338	1,790
Самопослідовність (4)	1	7	4,35	1,124	1,263
Самозвинувачення (5)	1	8	3,76	1,775	3,152
Самоінтерес (6)	3	7	6,14	1,090	1,189
Саморозуміння (7)	0	6	3,44	1,305	1,703
Здоров'я (рівень розвитку)	11	90	64,25	18,754	351,709
Здоров'я (бажаний рівень розвитку)	50	100	90,68	15,049	226,478
Здоров'я (різниця)	-40	80	26,43	20,309	412,475
Розум, здібності (рівень розвитку)	40	100	72,06	13,325	177,544
Розум, здібності (бажаний рівень розвитку)	50	100	94,67	10,480	109,839
Розум, здібності (різниця)	-25	60	22,60	15,664	245,372
Характер (рівень розвитку)	20	100	73,32	18,214	331,736
Характер (бажаний рівень розвитку)	50	100	90,76	11,032	121,700
Характер (різниця)	-4	70	17,44	17,576	308,928
Авторитет у однолітків (рівень розвитку)	10	100	72,83	21,084	444,534
Авторитет у однолітків (бажаний рівень розвитку)	39	100	86,60	14,956	223,695

Авторитет у однолітків (різниця)	-40	80	13,78	22,466	504,724
Вміння робити щось руками (рівень розвитку)	20	100	71,10	20,400	416,152
Вміння робити щось руками (бажаний рівень розвитку)	33	100	82,16	17,980	323,265
Вміння робити щось руками (різниця)	-40	61	11,06	17,572	308,770
Зовнішність (рівень розвитку)	30	100	71,14	16,534	273,382
Зовнішність (бажаний рівень розвитку)	50	100	89,33	15,379	236,516
Зовнішність (різниця)	-40	58	18,19	19,342	374,124
Впевненість в собі (рівень розвитку)	16	100	67,37	21,724	471,913
Впевненість в собі (бажаний рівень розвитку)	50	100	91,41	13,782	189,956
Впевненість в собі (різниця)	-35	81	24,05	22,515	506,917
Тривожність	0	11	4,67	2,828	8,000
Уникання близькості	0	12	4,16	2,689	7,232
Критика	0	20	10,33	4,892	23,935
Індукування тривоги	3	15	9,00	2,940	8,645
Елімінування емоцій	1	13	8,86	2,184	4,770

Фіксація на негативних переживаннях	0	8	3,89	1,824	3,326
Зовнішнє благополуччя	1	9	5,56	1,821	3,315
Надвключеність	0	9	3,94	1,874	3,512
Сімейний перфекціонізм	0	9	5,49	1,975	3,899
Інтегральна шкала дисфункцій	23	64	47,06	9,488	90,028
Границі	35	70	52,16	7,746	60,007

## Додаток В

Кореляційні зв'язки шкал методики дослідження самоствавлення зі шкалами  
методики досвіду близьких стосунків

		Тривожність	Уникання близькості
Глобальне самоствавлення	коэф. Спірмена	-0.449 ***	-0.344 **
	р	< .001	0.006
Самоповага (I)	коэф. Спірмена	-0.410 ***	-0.433 ***
	р	< .001	< .001
Аутосимпатія (II)	коэф. Спірмена	-0.394 **	-0.234
	р	0.001	0.065
Очікуване відношення від інших (III)	коэф. Спірмена	-0.316 *	-0.174
	р	0.012	0.172
Самоінтерес (IV)	коэф. Спірмена	-0.002	0.043
	р	0.987	0.740
Самовпевненість (1)	коэф. Спірмена	-0.155	-0.142
	р	0.226	0.267
Відношення інших (2)	коэф. Спірмена	-0.120	-0.045
	р	0.350	0.729
Самоприйняття (3)	коэф. Спірмена	-0.296 *	-0.476 ***
	р	0.018	< .001
Самопослідовність (4)	коэф. Спірмена	-0.291 *	-0.392 **
	р	0.021	0.001
Самозвинувачення (5)	коэф. Спірмена	0.364 **	0.197
	р	0.003	0.123
Самоінтерес (6)	коэф. Спірмена	-0.300 *	-0.218
	р	0.017	0.086
Саморозуміння (7)	коэф. Спірмена	-0.320 *	-0.328 **
	р	0.011	0.009

## Додаток Г

### Кореляційні зв'язки шкал методики діагностики самооцінки зі шкалами методики досвіду близьких стосунків

		Тривожність	Уникання близькості
Здоров'я (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.114	-0.290 *
	p	0.375	0.021
Здоров'я (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.162	-0.030
	p	0.204	0.817
Здоров'я (різниця)	коэф. Спірмена	0.348 **	0.262 *
	p	0.005	0.038
Розум, здібності (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.152	-0.183
	p	0.233	0.150
Розум, здібності (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.015	-0.159
	p	0.906	0.212
Розум, здібності (різниця)	коэф. Спірмена	-0.176	0.063
	p	0.169	0.623
Характер (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.124	-0.240
	p	0.334	0.059
Характер (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.156	-0.108
	p	0.223	0.398
Характер (різниця)	коэф. Спірмена	0.251 *	0.223
	p	0.047	0.079
Авторитет у однолітків (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.273 *	-0.184
	p	0.030	0.149
Авторитет у однолітків (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.017	-0.071
	p	0.892	0.582
Авторитет у однолітків (різниця)	коэф. Спірмена	0.218	0.193
	p	0.086	0.130
Вміння робити щось руками (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.018	0.120

	p	0.886	0.348
Вміння робити щось руками (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.051	-0.016
	p	0.691	0.904
Вміння робити щось руками (різниця)	коэф. Спірмена	-0.083	-0.156
	p	0.519	0.221
Зовнішність (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.160	-0.302 *
	p	0.210	0.016
Зовнішність (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.021	-0.198
	p	0.870	0.120
Зовнішність (різниця)	коэф. Спірмена	0.174	0.162
	p	0.172	0.206
Впевненість в собі (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.047	-0.173
	p	0.715	0.176
Впевненість в собі (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.032	-0.029
	p	0.806	0.823
Впевненість в собі (різниця)	коэф. Спірмена	0.064	0.159
	p	0.618	0.213



## Додаток Г

Кореляційні зв'язки між шкалами методики дослідження самоствавлення та демографічними показниками

		Вік	Свобода від узаконених стосунків	К-ть дітей
Глобальне самоствавлення	коэф. Спірмена	-0.048	0.165	-0.250 *
	p	0.710	0.196	0.048
Самоповага (I)	коэф. Спірмена	-0.173	-0.036	-0.195
	p	0.176	0.782	0.125
Аутосимпатія (II)	коэф. Спірмена	-0.009	0.069	-0.132
	p	0.946	0.590	0.301
Очікуване відношення від інших (III)	коэф. Спірмена	0.116	0.278 *	-0.234
	p	0.367	0.027	0.065
Самоінтерес (IV)	коэф. Спірмена	0.111	0.422 ***	-0.108
	p	0.385	< .001	0.401
Самовпевненість (1)	коэф. Спірмена	0.029	0.175	-0.069
	p	0.821	0.170	0.594
Відношення інших (2)	коэф. Спірмена	0.088	0.287 *	-0.162
	p	0.495	0.023	0.203
Самоприйняття (3)	коэф. Спірмена	-0.077	0.065	-0.134
	p	0.550	0.613	0.296
Самопослідовність (4)	коэф. Спірмена	-0.159	-0.186	-0.079
	p	0.213	0.144	0.537
Самозвинувачення (5)	коэф. Спірмена	0.038	0.093	0.067
	p	0.767	0.468	0.601
Самоінтерес (6)	коэф. Спірмена	-0.133	0.350 **	-0.332 **
	p	0.298	0.005	0.008
Саморозуміння (7)	коэф. Спірмена	-0.179	-0.039	-0.318 *
	p	0.161	0.762	0.011

## Додаток Д

Кореляційні зв'язки між шкалами методики діагностики самооцінки та демографічними показниками

		Вік	Свобода від узаконених стосунків	К-ть дітей
Здоров'я (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.101	0.021	-0.241
	p	0.429	0.869	0.057
Здоров'я (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.207	0.081	-0.094
	p	0.103	0.527	0.462
Здоров'я (різниця)	коэф. Спірмена	-0.021	0.05	0.261 *
	p	0.871	0.697	0.039
Розум, здібності (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.011	-0.016	-0.002
	p	0.932	0.899	0.987
Розум, здібності (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.143	-0.093	-0.137
	p	0.262	0.469	0.283
Розум, здібності (різниця)	коэф. Спірмена	-0.065	0.008	-0.117
	p	0.611	0.95	0.36
Характер (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.172	0.145	-0.216
	p	0.177	0.256	0.089
Характер (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.239	0.125	-0.197
	p	0.059	0.329	0.122
Характер (різниця)	коэф. Спірмена	-0.034	0.006	0.032
	p	0.79	0.961	0.804
Авторитет у однолітків (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.084	0.091	-0.025
	p	0.512	0.477	0.844
Авторитет у однолітків (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.075	0.014	0.007
	p	0.561	0.911	0.959
Авторитет у однолітків (різниця)	коэф. Спірмена	-0.017	0	0.089
	p	0.896	0.998	0.489

Вміння робити щось руками (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.056	0.112	-0.042
	p	0.665	0.384	0.744
Вміння робити щось руками (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.078	-0.102	-0.065
	p	0.543	0.426	0.61
Вміння робити щось руками (різниця)	коэф. Спірмена	-0.065	-0.181	-0.076
	p	0.611	0.156	0.554
Зовнішність (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.164	0.165	-0.267 *
	p	0.2	0.195	0.035
Зовнішність (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.138	-0.135	0.045
	p	0.281	0.291	0.726
Зовнішність (різниця)	коэф. Спірмена	0.1	-0.278 *	0.342 **
	p	0.437	0.028	0.006
Впевненість в собі (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.077	0.173	-0.05
	p	0.548	0.175	0.696
Впевненість в собі (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.022	-0.026	-0.112
	p	0.865	0.837	0.383
Впевненість в собі (різниця)	коэф. Спірмена	-0.146	-0.06	-0.072
	p	0.252	0.643	0.573

## Додаток Е

Кореляційні зв'язки шкал методики дослідження самоствавлення зі шкалами  
суб'єктивних оцінок задоволеності своїм життям

		Задоволеність кар'єрою	Важливість побудови кар'єри	Задоволеність особистим життям	Задоволеність стосунками з оточенням	Задоволеність дозвіллям
Глобальне самоствавлення	коэф. Спірмена	0.144	-0.068	0.218	0.408 ***	0.263 *
	r	0.259	0.594	0.088	< .001	0.039
Самоповага (I)	коэф. Спірмена	0.131	-0.173	0.295 *	0.394 **	0.228
	r	0.307	0.176	0.020	0.002	0.074
Аутосимпатія (II)	коэф. Спірмена	0.073	-0.020	0.088	0.345 **	0.102
	r	0.567	0.879	0.499	0.006	0.432
Очікуване відношення від інших (III)	коэф. Спірмена	0.044	-0.022	0.104	0.205	0.132
	r	0.731	0.866	0.421	0.111	0.307
Самоінтерес (IV)	коэф. Спірмена	0.031	0.264 *	-0.188	0.020	0.139
	r	0.811	0.037	0.144	0.877	0.280
Самовпевненість (1)	коэф. Спірмена	0.149	0.029	0.028	0.190	0.199
	r	0.242	0.823	0.828	0.139	0.121
Відношення інших (2)	коэф. Спірмена	0.068	-0.050	0.100	0.169	0.035
	r	0.596	0.698	0.438	0.190	0.785
Самоприйняття (3)	коэф. Спірмена	0.157	-0.049	0.260 *	0.278 *	0.142
	r	0.220	0.701	0.041	0.029	0.271
Самопослідовність (4)	коэф. Спірмена	-0.061	-0.237	0.348 **	0.312 *	0.094
	r	0.634	0.061	0.006	0.014	0.469
Самозвинування (5)	коэф. Спірмена	-0.064	0.061	-0.085	-0.296 *	-0.065
	r	0.618	0.634	0.514	0.019	0.615
Самоінтерес (6)	коэф. Спірмена	0.108	0.182	0.093	0.200	0.222
	r	0.398	0.153	0.470	0.119	0.083
Саморозуміння (7)	коэф. Спірмена	0.108	-0.083	0.282 *	0.471 ***	0.129
	r	0.399	0.517	0.027	< .001	0.316

## Додаток Є

Кореляційні зв'язки шкал методики діагностики самооцінки зі шкалами  
суб'єктивних оцінок задоволеності своїм життям

		Задовол. кар'єро ю	Важлив. побудов и кар'єри	Задовол. особисти м життям	Задовол. стосункам и з оточенням	Задовол. дозвіллям
Здоров'я (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.129	0.024	0.235	0.372 **	0.175
	P	0.314	0.851	0.066	0.003	0.173
Здоров'я (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.004	-0.121	0.078	0.219	0.092
	P	0.973	0.343	0.547	0.088	0.478
Здоров'я (різниця)	коэф. Спірмена	-0.143	-0.074	-0.169	-0.280 *	-0.141
	P	0.264	0.566	0.190	0.028	0.276
Розум, здібності (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.093	-0.115	0.030	0.067	-0.033
	P	0.469	0.368	0.816	0.605	0.796
Розум, здібності (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.132	-0.116	0.285 *	0.429 ***	-0.016
	P	0.301	0.364	0.025	< .001	0.900
Розум, здібності (різниця)	коэф. Спірмена	0.119	0.014	0.157	0.155	-0.003
	P	0.353	0.915	0.222	0.229	0.983
Характер (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.039	0.085	0.117	0.412 ***	0.023
	P	0.759	0.506	0.367	< .001	0.859
Характер (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	0.108	0.348 **	0.124	0.283 *	0.156
	P	0.400	0.005	0.338	0.026	0.227
Характер (різниця)	коэф. Спірмена	0.101	0.170	-0.061	-0.296 *	0.064
	P	0.433	0.183	0.638	0.019	0.619
Авторитет у однолітків (рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.068	-0.076	0.135	0.269 *	0.185
	P	0.598	0.555	0.295	0.035	0.149
Авторитет у однолітків (бажаний рівень розвитку)	коэф. Спірмена	-0.080	0.054	-0.052	0.094	-0.029
	P	0.533	0.672	0.687	0.466	0.824
Авторитет у однолітків (різниця)	коэф. Спірмена	0.016	0.165	-0.237	-0.292 *	-0.223
	P	0.902	0.196	0.064	0.021	0.81

Вміння робити щось руками (рівень розвитку)	коеф. Спірмена	0.026	0.015	-0.117	0.047	0.200
	p	0.839	0.908	0.366	0.718	0.119
Вміння робити щось руками (бажаний рівень розвитку)	коеф. Спірмена	-0.120	-0.036	0.067	0.121	0.227
	p	0.350	0.782	0.604	0.347	0.076
Вміння робити щось руками (різниця)	коеф. Спірмена	-0.104	0.080	0.220	0.048	-0.039
	p	0.416	0.535	0.085	0.708	0.762
Зовнішність (рівень розвитку)	коеф. Спірмена	0.078	0.106	0.210	0.402 **	0.070
	p	0.542	0.410	0.101	0.001	0.591
Зовнішність (бажаний рівень розвитку)	коеф. Спірмена	0.030	-0.059	0.282 *	0.295 *	-0.042
	p	0.817	0.649	0.026	0.020	0.744
Зовнішність (різниця)	коеф. Спірмена	-0.077	-0.124	-0.057	-0.243	-0.077
	p	0.548	0.334	0.658	0.057	0.552
Впевненість в собі (рівень розвитку)	коеф. Спірмена	-0.013	0.051	-0.081	0.304 *	0.022
	p	0.921	0.689	0.533	0.016	0.866
Впевненість в собі (бажаний рівень розвитку)	коеф. Спірмена	0.106	0.101	0.010	0.209	-0.019
	p	0.410	0.430	0.940	0.102	0.885
Впевненість в собі (різниця)	коеф. Спірмена	0.062	0.105	0.033	-0.221	-0.015
	p	0.629	0.412	0.799	0.084	0.911