

Emotional Phenomenological Content of Experiencing the Feeling of Guilt

Емоційний феноменологічний зміст переживання почуття провини

Ivanna Ananova

Ph.D. in Psychology, Assistant Professor at the Department
of General Psychology, Taras Shevchenko National University of
Kyiv, Kyiv (Ukraine)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7338-1658>

Researcher ID: Q-4005-2019

E-mail: ivananova19@gmail.com

Іванна Ананова

Кандидат психологічних наук, асистент кафедри загальної
психології, Київський національний університет імені Тараса
Шевченка, м. Київ (Україна)

ABSTRACT

In article, the emotional spectrum of experiencing the feeling of guilt is described and substantially characterized. The modern approaches to understanding the nature and functional certainty of feeling of guilt are analyzed, the functionalist approach is emphasized as a perspective direction of scientific search. The elaboration of the problem of the related circle of emotions for feeling of guilt is analyzed. It is shown that affectively the experience of feeling of guilt, in addition to the emotion of guilt, contains a number of other specific emotions and feelings, which indicates its substantive complexity. To determine the emotional content of experiencing the feeling of guilt, author's methods were

Address for correspondence, e-mail: kpnu_lab_ps@ukr.net

Copyright: © Ananova Ivanna



The article is licensed under **CC BY-NC 4.0 International**
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

© Ananova Ivanna

DOI (article): <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2019-46.11-39>

<http://journals.urau.ua/index.php/2227-6246>

used as the empirical tools: questionnaire «Emotional spectrum of feeling of guilt», interview, questionnaire «Experiencing of the feeling of guilt» (EFG). The empirical sample was 232 individuals.

Emotional complex of experiencing the feeling of guilt is revealed: emotions of depressive, anxious, phobic, aggressive modalities; somatic feelings; feelings that reflect attitude to the act, to oneself, to others; «motivational» feelings; feelings equivalent to coping behavior. On the basis of empirical results, the phenomenological content of experiencing the feeling of guilt is revealed: 1) it implements an affective state characterized by a combination of a decrease and an increase in the level of activation; 2) it reflects an appreciative attitude to own actions, an awareness of own guilt that rest on different levels of formation of the normative system; 3) it reflects a negative emotional and evaluative attitude to oneself; 4) it expresses an awareness of own guilt and orientation on maintaining relationships with others, which can be implemented as coping behavior. It is shown that the emotional content of experiencing the feeling of guilt in individuals with different degree of tendency to feel guilty determines the way of experiencing: socially-regulative, non-constructive, «not blaming oneself because of unrealizing their guilt». The emotions that differentiate the way of experiencing the feeling of guilt are defined: evaluative; ones reflecting the awareness of guilt and the degree of formation of the normative system; emotions which orient towards preserving relationships; ones expressing attitude to oneself; ones expressing a desire to remedy the situation; emotions indicating the ability/inability to act; coping feelings; the dominant modality.

Key words: *emotions, feelings, emotional content of feeling, feeling of guilt, experiencing the feeling of guilt, ways of experiencing the feeling of guilt, the tendency to experience the feeling of guilt.*

Вступ

Сучасні реалії життя, які значно полегшили побут і фізичне існування людини, відчутно ускладнили психологічний вимір її існування. Життя в умовах невизначеності, ризику, повсякденного інформаційного і комунікативного стресу, соціальної та професійної конкуренції ослаблює психологічні ресурси особистості. Прагнення відповідати вимогам успішності, реалізованості, ефективності, самоактуалізації та невідповідність цим вимогам призводять до появи

низки негативних переживань, серед яких одне з провідних місць посідає почуття провини. Саме це почуття часто приховане за різноманітними скаргами і низкою психологічних ускладнень, із якими звертаються до психолога. Надання кваліфікованої психологічної допомоги передбачає не лише досконале знання і володіння психотерапевтичним інструментарієм, але й глибоке розуміння природи й механізмів тих психічних і психологічних явищ, із якими доводиться працювати фахівцю. Потреба такого знання спонукає до зосередження наукового пошуку на вивченні цієї психічної реальності, зокрема, й на дослідженні проблематики переживання почуття провини, яке значуще впливає на життя та психічне здоров'я особистості.

Важливим завданням психолога у процесі роботи з почуттям провини є об'єктивація ознак цього складного, полідетермінованого почуття, визначення тих об'єктивних критеріїв, за якими можна було б класифікувати особливості та спосіб переживання почуття провини. Такими критеріями можуть виступати емоції, що супроводжують почуття провини і складають цілісне переживання. Відтак, дослідження емоційних складових переживання почуття провини особистості є важливим як з огляду на потреби практики надання психологічної допомоги, так і з точки зору його теоретичного осмислення.

У сучасній психологічній науці сформувався декілька підходів до розуміння природи і ролі почуття провини: 1) як адаптивної, соціально бажаної емоції, яка свідчить про соціальну зрілість особистості, її моральну сформованість, відповідальність і емоційну чуйність (Baumeister, Stillwell & Heatherton, 1994; Hoffman, 1998; Tangney, Stuewin & Mashak, 2007; Смотровая & Горнаева, 2009); 2) як негативної, важкої та виснажливої емоції, що відіграє деструктивну роль, порушуючи соціальну адаптацію, негативно впливаючи на міжособистісне спілкування, спотворюючи взаємини з оточуючими тощо (Harder, 1995; Johnston, 2000; Kim et al.,

2011; Waska, 2002). Відповідно до цього розрізняють конструктивний і неконструктивний способи переживання почуття провини.

Виокремлюється ще один напрямок, що поєднує в собі два попередні, – функціоналістський (Dempsey, 2017), у межах якого почуття провини розглядають як емоцію, що може виконувати й адаптивну, й деструктивну функції, залежно від доцільності ситуації, тривалості, інтенсивності, від способу переживання, спроб змінити ситуацію, особистісної зрілості, характеру взаємодії з іншими тощо (Cicchetti et al., 1995; Fontaine et al., 2016; Ананова, 2016; Белик, 2006). Більшість сучасних дослідників дотримується функціоналістського погляду, намагаючись з'ясувати межі, умови та критерії трансформації почуття провини з адаптивного у дезадаптивне переживання.

На нашу думку, відповідь на ці питання лежить саме у площині дослідження почуття провини як складного психічного феномену та визначення критеріїв диференціації конструктивного і неконструктивного переживання цієї емоції. У результаті наукового пошуку автором встановлено, що переживання почуття провини є «процесом динамічного цілісного емоційно-поведінкового реагування, що реалізується через актуальний суб'єктивний емоційний стан; сигналізує про порушення і забезпечує його усвідомлення; спонукає до вибору форм поведінки, що послаблюють негативні наслідки порушення; стимулює долати негативний стан і перебудувати психологічний світ із метою підвищення осмисленості життя або використовувати психологічний захист для усунення неузгодженості, яку спричиняє почуття провини» (Ананова, 2016: 15). Таке розуміння феномену почуття провини налаштовує нас на думку, що емоційна регуляція цього переживання, яка відбувається на рівні: 1) забезпечення суб'єктивного стану, 2) відображення ставлення до ситуації, 3) спонукання до певної активності – вказує й на компоненти його афективної представленості. Тобто, свідчить про

складність і багатоманітність афективного наповнення переживання почуття провини.

На сучасному етапі найбільша дискусія точиться навколо питання спорідненого кола емоцій для почуття провини. Серед дослідників поширена думка, що емоцію провини важко диференціювати із соромом (Leach, 2017; Lutwak & Ferrari, 1996; Макогон & Ениколопов, 2013; Смотровая & Горнаева, 2009), тривогою і страхом (Изард, 1999; Фенихель, 2004; Фрейд, 1995), печаллю (Бек & Фримен, 2002; Изард, 1999; Эллис, 2002), образою (Орлов, 2004; Перлз, 2000); що емоція провини пов'язана з емпатією (Baumeister et al., 1994; Hoffman, 1998; Zahn-Waxier & Robinson, 1995); що почуття провини супроводжується емоціями гніву, смутку, почуттям розгубленості, а також докорами сумління, почуттям самоосудження, жалю, розкаяння, співчуття (Baumeister et al., 1994; Bybee et al., 1998; Castilla del Pino, 1991; Miceli & Castelfranchi, 1998; Изард, 1999; Ильин, 2016; Муздыбаев, 1995). Деякі автори розглядають почуття провини як сукупність кількох споріднених або протилежних емоцій: як поєднання двох первинних, протилежних за знаком емоцій – страху і радості / задоволення (Plutchik, 1980); як поєднання емоцій печалі й страху в емоційному профілі для ситуації провини (Изард, 1999). Отже, це звертає нас до припущення про те, що в афективному плані почуття провини є складною емоцією, а переживання почуття провини, крім власне емоції провини, включає низку інших споріднених специфічних емоцій і почуттів.

Це припущення послужило підставою звернення до аналізу емоційного наповнення переживання почуття провини. У результаті наукового пошуку нами констатовано, що дослідження, присвячені вивченню переживання почуття провини як складного емоційного комплексу, не проводилися. Відтак, **мета статті** – визначення кола тих емоцій і почуттів, що супроводжують емоцію провини і разом із нею складають цілісне переживання почуття провини.

Завдання статті

Реалізація зазначеної мети конкретизується через такі завдання: виявити та змістовно охарактеризувати емоційний комплекс, властивий для переживання почуття провини; на основі аналізу емоційного наповнення розкрити феноменологічний зміст переживання почуття провини; визначити критерії диференціації способу переживання почуття провини за емоційним наповненням цього переживання.

Методи та методики дослідження

Емпіричне дослідження емоційного наповнення переживання почуття провини передбачало підбір адекватного дослідницького інструментарію, проте з цим виникли певні труднощі, оскільки аналіз літератури не виявив специфічних методик для дослідження цього аспекту. Складність полягала ще й у тому, що переживання почуття провини важко піддається об'єктивації, оскільки відбувається переважно у внутрішньому, суб'єктивному плані та не доступне для зовнішньої фіксації. З огляду на це, в якості дослідницького інструментарію було використано методики, що дали змогу суб'єктивно оцінити своє переживання почуття провини: 1) описовий самозвіт (авторське інтерв'ю), результати якого підлягали якісному аналізу шляхом категоризації відповідей та обчислення їх відсоткового навантаження; 2) авторську анкету «Емоційний спектр почуття провини» (перелік 35 емоцій і почуттів, які слід оцінити за частотою появи при переживанні почуття провини), результати якої представлені у ранговій шкалі й аналізувались за допомогою первинних описових статистик, а також кореляційного аналізу і методу порівняння груп (*U*-критерій Манна – Вітні), що дозволило порівняти осіб із різною схильністю почуватися винними за емоційним спектром переживання почуття провини. Для визначення ступеня схильності почуватися винним і поділу на групи використано авторський опитувальник «Переживання почуття вини» (ППВ) (Ананова, 2015). Стратегію порівняння груп використано з метою виявлення критеріїв диферен-

ціації способу переживання почуття провини. Емпіричне дослідження проведене на вибірці з 232 осіб (130 жінок і 102 чоловіки), поділених на три групи за ступенем схильності переживати почуття провини (за результатами опитувальника «Переживання почуття вини»): «низький рівень ППВ» (61 особа), «середній рівень ППВ» (113 осіб), «високий рівень ППВ» (58 осіб).

Результати та дискусії

Емоційний комплекс, властивий для переживання почуття провини, виявлений за результатами аналізу інтерв'ю (відповіді на запитання: *Які ще почуття, емоції виникають разом із почуттям провини?*), крім власне емоції провини, містить: 1) емоції різних модальностей: а) депресивного спектру, такі як сум, пригнічення тощо; б) тривожного спектру, такі як тривога, сумніви тощо; в) страх (бути причиною негараздів; втрати контролю; заподіяти шкоду іншому; відторгнення; зміни ставлення з боку інших; розриву стосунків; взаємодії з тим, перед ким винний; викриття; осуду); г) агресивного спектру, такі як роздратування, гнів; д) образу і прикрість; е) огиду і відразу; е) сором і близькі за змістом почуття; 2) почуття, що стосуються площини вчинку: а) почуття, що ґрунтуються на уявленнях про совість, нормативність, такі як докори сумління, почуття обов'язку тощо; б) емоції оцінного характеру, такі як незадоволення, розчарування тощо; 3) почуття, що стосуються площини взаємодії з іншим і відображають ставлення до інших, такі як співчуття, презирство до ображеного тощо; 4) почуття, що стосуються площини «образу Я» і відображають: а) емоційне ставлення до себе, такі як незадоволення собою, розчарування / сумніви у собі тощо; б) ціннісне ставлення до себе, переважно самознецінюючі почуття (неповноцінності, незначущості тощо; «невротичні почуття» – відчуття бруду, зіпсованості, загрози іншим, власної підлості, «незаслуженості того, що маєш»); 5) «мотиваційні» почуття, що вказують на появу прагнення якось змінити, подолати ситуацію (бажання виправити си-

© Ananova Ivanna

туацію, самопокарання), втекти з життєвої ситуації (аж до суїцидальних думок) тощо; 6) почуття, еквівалентні копінг-поведінці, такі як жалкування, каяття, самозвинувачення тощо; 7) «тілесні» почуття: а) «соматизовані» переживання, які вказують на емоції через метафору відчуттів (біль, тягар, важкість, страждання, гіркота, наявність сліз / плачу тощо), б) вегетативні прояви, такі як безсоння, нудота, важкість у грудях, сильне серцебиття, головний біль тощо; 8) почуття, що відображають загальний стан або настрої: а) характеризують загальну активність, а саме вказують на пасивний стан (небажання щось робити, байдужість, нездатність зосередитися тощо); б) відображають слабку, інфантильну позицію (недосвідченість, брак сміливості тощо); в) почуття дискомфорту; г) погіршення загального настрою. Вираженість компонентів емоційного комплексу, властивого для переживання почуття провини у кожній з досліджуваних груп, представлено на рис. 1.

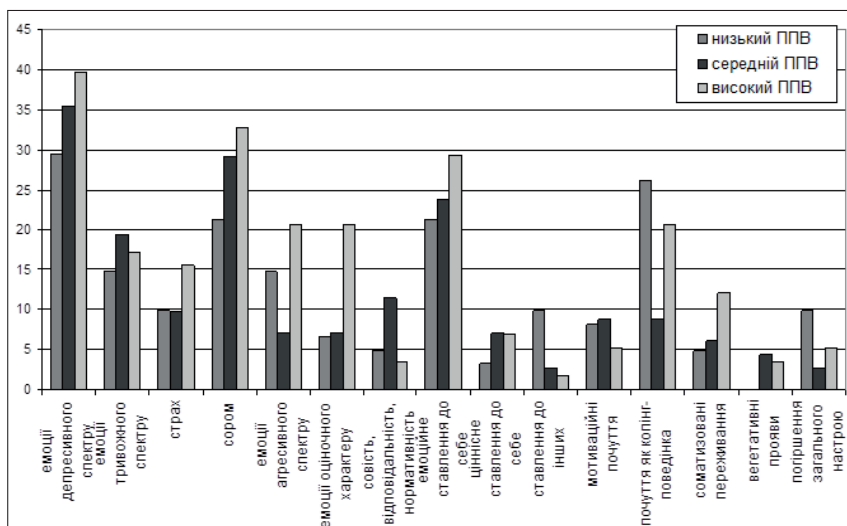


Рис. 1. Емоційний комплекс, властивий для переживання почуття провини (виявлений за результатами інтерв'ю)

За результатами інтерв'ю виявлено, що найчастіше почуття провини супроводжується емоціями депресивного спектру (сум / смуток, пригнічення, печаль, розгубленість тощо), соромом, почуттями, що відображають емоційне ставлення до себе (гнів / злість на себе, розчарування у собі, незадоволення собою тощо), копінг-почуттями (жаль / жалкування / шкодування, каяття / розкаяння тощо), а також емоціями тривожної (тривога, неспокій / хвилювання тощо) й агресивної (гнів / злість, роздратування) модальності, страхом та емоціями оцінного характеру (рис. 1). Із цього робимо висновок, що найчастіше почуття провини суб'єктивно переживається як стан зниженого настрою (сум, пригнічення, печаль, розгубленість) і водночас як стан напруження – тривожного, фобічного (страх), агресивного (гнів, роздратування); відображає оцінне ставлення до вчинку (розчарування) та ситуативне емоційно-оцінне ставлення до себе – гнів на себе, розчарування у собі, незадоволення собою; виражає усвідомлення власної провини та сигналізує іншим про це через почуття сорому, жалю і розкаяння. Отже, представленість певних емоцій та їх співвідношення в емоційному наповненні переживання почуття провини розкривають феноменологічний зміст такого переживання.

За результатами аналізу даних іншої емпіричної методики – анкети «Емоційний спектр почуття провини» (аналіз первинних описових статистик) виявлено, що в емоційному наповненні переживання почуття провини: 1) домінують емоції тривожної (тривога ($2,61 \pm 1,095$), сумніви ($2,21 \pm 1,085$)) і депресивної (пригніченість ($2,34 \pm 1,323$), печаль ($2,16 \pm 1,169$)) модальності; почуття, що виражають усвідомлення провини, вказують на соціальну значущість наслідків, спрямовані на збереження стосунків і водночас можуть бути реалізовані як поведінкові стратегії (розкаяння ($2,28 \pm 1,164$), жаль ($2,00 \pm 1,259$), сором ($2,26 \pm 1,196$), почуття обов'язку ($2,12 \pm 1,241$)); почуття, що відображають неспроможність діяти (розгубленість ($2,09 \pm 1,136$));

© Ananova Ivanna

почуття, що виражають негативне ставлення до себе, своїх дій і наслідків ситуації (незадоволення ($2,26 \pm 1,242$)); 2) найменше виражені диз'юнктивні емоції (презирство ($0,78 \pm 1,030$), відраза ($0,83 \pm 1,026$), неприйняття / відторгнення ($0,94 \pm 1,009$)) і дослідницькі емоції (цікавість ($0,85 \pm 1,169$), подив ($0,86 \pm 1,001$)); почуття, що знімають відповідальність (полегшення ($0,85 \pm 1,060$), безвідповідальність ($1,04 \pm 1,129$), жаль до себе ($1,17 \pm 1,102$)), і почуття, що вказують на втрату контролю над ситуацією (паніка ($1,01 \pm 1,026$)), самознецінюючі почуття (відчуття нікчемності ($1,07 \pm 1,197$)). Тобто, суб'єктивний стан переживання почуття провини представлений: 1) емоціями тривожно-депресивного спектру, які сигналізують про «втрату» і «напруження»; 2) емоціями, що вказують на неспроможність діяти (частіше, це ситуативна неспроможність, рідше повна втрата контролю над ситуацією), які забезпечують зупинку і зосередження уваги на ситуації провини.

Переживання почуття провини реалізує соціально-регулятивну функцію, оскільки: 1) відображає усвідомлення хибності власних дій і підкреслення власної провини (ставлення до власних дій): розкаяння, жалкування, сором, почуття обов'язку (властиво усвідомлення провини, прийняття відповідальності та не властиво уникнення відповідальності); 2) відображає ставлення до себе: більш властиве ситуативне незадоволення собою, рідше – знецінення себе; 3) спонукає до збереження стосунків з іншими (виражені афіліативно спрямовані почуття й не властиві диз'юнктивно-спрямовані).

Отже, емоційне наповнення, виявлене за двома методами, розкриває феноменологічний зміст переживання почуття провини, що полягає у наступному. Переживання почуття провини: 1) реалізується через суб'єктивний афективний стан, який поєднує в собі дві протилежні тенденції: а) зниження активації за рахунок зниження настрою (сум, пригніченість, печаль), зупинки і зосередження на ситуації, неспроможності діяти (розгубленість); б) підвищення актива-

ції за рахунок напруження – тривожного, фобічного (страх), агресивного (гнів, роздратування); 2) відображає оцінне ставлення до власних дій і їх наслідків, усвідомлення своєї провини, завданої шкоди, соціальної значущості наслідків, які спираються на різні рівні сформованості системи нормативності – зовнішню (сором), внутрішню, «автономну мораль» (почуття обов'язку); 3) відображає негативне емоційно-оцінне та ціннісне ставлення до себе; 4) виражає, демонструє іншим усвідомлення власної провини й орієнтацію на збереження стосунків з іншими (розкаяння, жалкування), що може реалізовуватись як копінгова поведінка.

Емоційне наповнення переживання почуття провини дещо відрізняється в осіб із різною схильністю почуватись винними (рівень ППВ). Так, за результатами аналізу інтерв'ю простежується зв'язок між схильністю до переживання почуття провини і частотою переживання разом з емоцією провини «депресивних» емоцій, сорому, почуттів, що відображають емоційне ставлення до себе, соматизованих переживань, страху й емоцій оцінного характеру (рис. 1). Крім цього, особи з високим рівнем ППВ частіше відзначають у своєму переживанні емоції агресивного спектру (20,69%), самознецінюючі почуття (6,90%) і вегетативні прояви (3,45%), як і особи із середнім рівнем ППВ: 7,08% і 4,42% відповідно, але меншою мірою – наявність «мотиваційних почуттів» (5,17%), порівняно з особами з низьким (8,20%) і середнім (8,85%) рівнями ППВ. Для осіб із низьким рівнем ППВ більш властиві почуття, еквівалентні копінг-поведінці (26,22%), і почуття, що відображають ставлення до інших (9,84%) – переважно співчуття (6,56%). Для осіб із середнім рівнем ППВ – емоції тривожного спектру (19,47%) і почуття, що ґрунтуються на уявленнях про совість, відповідальність, нормативність (11,50%).

Детальний аналіз дав змогу виокремити конкретні емоції, що змістовно визначають схильність до переживання почуття провини. За результатами інтерв'ю виявлено, що схильність

почуватися винним диференціюється за: 1) домінуванням соматизованих почуттів: відчуття болю (8,62%), наявність сліз, плач (6,90%), вегетативні прояви, такі як безсоння, нудота, сильне серцебиття, головний біль, важкість у грудях (3,45%) (12,06% – високий рівень ППВ); 2) змістом і частотою емоції страху: страх втрати схвалення від інших (відторгнення, викриття, осуд) (8,62% – високий рівень ППВ); страх заподіяти шкоду, втрати контролю, розриву стосунків (5,31% – середній рівень ППВ); констатація наявності емоції страху без зазначення його предмета (9,84% – низький рівень ППВ); 3) вираженістю емоцій агресивної модальності: високою частотою агресивних переживань із домінуванням гніву (13,79%) (20,69% – високий рівень ППВ); неохайністю до гніву (4,42%) і роздратування (3,54%) (7,08% – середній рівень ППВ); 4) домінуванням різних емоцій депресивного спектру: безвихідь (8,62%) і печаль (5,17%) (39,65% – високий рівень ППВ); сум (17,70%), розгубленість (6,19%), відчай (3,54%) (35,40% – середній рівень ППВ); безпорадність (3,28%) (29,51% – низький рівень ППВ); 5) вираженістю емоцій тривожного спектру: частотою появи, насамперед, тривоги (15,04% і 13,79%) (19,47% – середній і 17,24% – високий рівні ППВ); наявністю неспокою (8,20%) (14,75% – низький рівень ППВ); 6) вираженістю емоцій, що супроводжують усвідомлення власної провини через орієнтацію на оцінку іншими, насамперед, сорому (29,31%) і ніяковості (5,17%) (32,76% – високий рівень ППВ); 7) вираженістю емоцій оцінного характеру, насамперед, розчарування (12,07%) (17,24% – високий рівень ППВ); 8) домінуванням емоцій, що відображають емоційне ставлення до себе: високою частотою появи цих емоцій, насамперед, розчарування у собі (6,90%) (29,31% – високий рівень ППВ); роздратування на себе (3,54%), ненависті до себе (2,65%) (23,89% – середній рівень ППВ); незадоволення собою (5,17% – високий і 6,19% – середній рівні ППВ), гніву на себе (8,62% – високий і 9,84% – низький рівні ППВ) (21,31% – низький рівень ППВ); 9) вираженістю самознецінюючих почуттів

(6,90% – високий і 7,08% – середній рівні ППВ); 10) мірою вираженості почуттів, що вказують на прагнення змінити, подолати ситуацію: вираженість мотиваційних почуттів, насамперед, бажання виправляти ситуацію (3,54% і 6,56%) (8,85% – середній і 8,20% – низький рівні ППВ); відсутність бажання виправляти ситуацію (5,17% – високий рівень ППВ); 11) вираженістю почуттів, які можна віднести до копінг-поведінки (20,69% – високий і 26,22% – низький рівні ППВ): жалю, шкодування (16,39% – низький рівень ППВ); розкаяння (3,45% – високий і 3,28% – низький рівні ППВ); 12) вираженістю почуттів, що відображають ставлення до інших, насамперед, співчуття (6,56%) (9,84% – низький рівень ППВ); 13) наявністю емоцій образи і прикрості (4,92% – низький рівень ППВ); 14) вираженням погіршення загального настрою (зміною або втратою настрою, поганим настроєм, наявністю негативних емоцій) (9,84%) і наявністю почуттів, що відображають пасивний стан (6,56%) (низький рівень ППВ); 15) вираженістю почуттів, що ґрунтуються на уявленнях про совість, відповідальність, нормативність, насамперед, переважання докорів сумління (7,96%) (11,50% – середній рівень ППВ); 16) вираженістю почуття «дискомфору» (5,31% – середній рівень ППВ) (рис. 1).

Отже, в емоційному наповненні переживання почуття провини в осіб, високо схильних до такого переживання, домінують соматизовані почуття – яскраво представлена вегетативна сторона емоційного переживання, яка усвідомлюється, але не диференціюється з власне афективним змістом. Модальність переживання почуття провини у цих осіб представлена поєднанням агресивних і тривожно-депресивних емоцій. Схильні почуватися винними емоційно орієнтовані на зовнішню оцінку (розчарування, сором, ніяковість) і негативну самооцінку, аж до самознецінення, що свідчить про високу вимогливість до себе. Вони схильні відчувати розкаяння, проте не мають бажання виправляти ситуацію, а вдаються до емоційних копінгів, насамперед, жалкування і каяття, що свідчить про захисний характер переживання.

Виявлений емоційний зміст відображає неконструктивний спосіб переживання почуття провини.

В осіб, яким не властиво почуватися винними, переживання почуття провини характеризується загальним погіршенням настрою, появою неспокою, емоцій страху, образи, прикрості, почуття безпорадності й інших почуттів, що відображають пасивний стан. При переживанні почуття провини для них властиво співчувати іншим і гніватися на себе. Вони бажають виправити ситуацію, але водночас мають високу вираженість почуттів, еквівалентних копінг-поведінці, особливо жалю, шкодування і розкаяння, що свідчить про захисний характер переживання почуття провини.

В емоційному наповненні переживання почуття провини осіб із помірно вираженою здатністю почуватися винними домінують емоції тривожної та депресивної модальності, з переважанням тривоги, розгубленості й суму, наявний страх заподіяти шкоду, втрати контролю, розриву стосунків, але не характерні емоції гніву і роздратування (агресивної модальності). Свій стан вони визначають як «дискомфортний». Характерною ознакою переживання почуття провини цими особами є переважання почуттів, які ґрунтуються на уявленнях про совість, відповідальність, нормативність, насамперед докорів сумління, що вказує на певний рівень особистісної зрілості – здатності до моральної саморегуляції. У ситуації переживання почуття провини особи з помірно вираженою схильністю почуватися винними відчують незадоволення собою, вимогливі до себе, проте мають слабо виражені копінг-почуття та досить виражені мотиваційні почуття – бажання змінити, подолати, виправити ситуацію (більш орієнтовані на подолання почуття провини шляхом активних дій, не схильні застосовувати захисну поведінку). Отже, емоційний зміст переживання почуття провини особами з помірною схильністю почуватися винними вказує на те, що почуття провини виступає у них як соціальний і моральний регулятор поведінки.

© Ananova Ivanna

DOI (article): <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2019-46.11-39>

За результатами кореляційного аналізу емоцій (анкета «Емоційний спектр почуття провини») з показниками опитувальника ППВ виявлено, що особи з вираженою здатністю почуватися винними (високий рівень ППВ) у ситуації переживання почуття провини схильні до депресивних переживань (пригніченість (0,318; $p < 0,01$), печаль (0,285; $p < 0,01$)), знецінюють себе (відчуття нікчемності (0,293; $p < 0,01$), злість / ненависть до себе (0,280; $p < 0,01$)), усвідомлюють свою провину і демонструють це іншим (розкаяння (0,282; $p < 0,01$)), відчувають неспроможність діяти (відчай / безвихідь (0,353; $p < 0,01$), безсилля (0,282; $p < 0,01$)). Причому, виражена схильність чекати на покарання часто супроводжується переживанням туги (0,305; $p < 0,01$) і відчаю / безвиході (0,280; $p < 0,01$) (депресивна модальність). Висока вимогливість до себе забезпечується поєднанням негативного емоційного ставлення до себе, відчуття нікчемності (0,336; $p < 0,01$), злості / ненависті до себе (0,324; $p < 0,01$) з нездатністю діяти, відчуттям безсилля (0,322; $p < 0,01$) і безвиході / відчаю (0,312; $p < 0,01$). Виражена зацікавленість в інших пов'язана з почуттями пригніченості (0,350; $p < 0,01$), сорому (0,323; $p < 0,01$) і розкаяння (0,324; $p < 0,01$), які демонструють іншим усвідомлення своєї провини. А надмірне жалкування супроводжується лише почуттям розкаяння (0,287; $p < 0,01$). Отже, в осіб, надмірно вимогливих до себе, схильних чекати на покарання і жалкувати, зацікавлених у збереженні стосунків з іншими, тобто, виражено схильних почуватися винними, в емоційному спектрі переживання почуття провини домінують: 1) емоції депресивної модальності: пригніченість, печаль, туга; 2) самознецінюючі емоції: відчуття нікчемності, злість / ненависть до себе; 3) емоції, що вказують на нездатність діяти: безвихідь, безсилля / відчай; 4) емоції, що демонструють іншим усвідомлення своєї провини: пригніченість, сором і розкаяння.

Співставлення результатів дослідження емоційного наповнення переживання почуття провини, отриманих за допо-

могою кореляційного аналізу й описових статистик (за анкетною), дало змогу визначити критерії диференціації способу переживання почуття провини: неконструктивного та соціально-регулюючого (табл. 1).

Таблиця 1

Критерії диференціації способу переживання почуття провини

Критерій диференціації	Спосіб переживання почуття провини	
	Неконструктивний (високий рівень ППВ)	Соціально-регулюючий (середній вибірковий рівень ППВ за описовими статистиками)
Домінуюча модель переживання	Виражений депресивний компонент, із переважанням пригніченості, печалі, туги і відчаю	Наявність як тривожного (тривога, сумніви), так і депресивного (пригніченість, печаль) компонентів
Емоційне ставлення до себе	Глобальне негативне ставлення до себе, самознецінення, що виражається у почутті нікчемності, злості / ненависті до себе	Почуття незадоволення
Демонстрація усвідомлення провини й орієнтації на дотримання соціальної нормативності	Почуття сорому і розкаяння, посилені пригніченістю – прояв орієнтації на зовнішню оцінку, використання копінгів	Жалкування і почуття обов'язку – прояв орієнтації на моральну нормативність і використання копінгів
Ступінь і характер неспроможності діяти в ситуації провини	Відчуття безвиході, безсилля і відчаю, що вказує на глобальність неспроможності діяти	Почуття розгубленості, яке свідчить про тимчасову, ситуативну неспроможність діяти

Отже, феноменологічне поле почуття провини як соціального регулятора визначається поєднанням у переживанні емоцій тривожної та депресивної модальності, ситуативною оцінкою власних дій і себе, орієнтацією на соціальну (зовнішню) і моральну (внутрішню) нормативність при демонстрації усвідомлення провини, ситуативною, тимчасовою нездатністю діяти. Натомість, змістовне наповнення переживання почуття провини осіб, схильних почуватися винними, вказує на неконструктивність такого переживання: домінування депресивного компонента, глобальне негативне ставлення до себе, орієнтація на соціальну нормативність і демонстрація усвідомлення провини через пригніченість, виражена неспроможність діяти.

У результаті порівняння емоційного спектру переживання почуття провини (за анкетую) в осіб із різним ступенем схильності почуватися винними (на основі *U*-критерію Манна – Вітні) виявлено, що чим вищий рівень схильності почуватися винною має особа (загальний показник рівня ППВ), тим частіше (відмінність статистично достовірна для усіх груп) переживання почуття провини супроводжується почуттями безвиході / відчаю ($p < 0,01$), безсилля ($p < 0,01$; $p < 0,05$) і паніки ($p < 0,01$; $p < 0,05$), що вказує на нездатність діяти і втрату контролю в ситуації переживання почуття провини. Така особливість, що свідчить про неконструктивність переживання, найбільш виражена в осіб, схильних переживати почуття провини. Крім того, особи з високим рівнем ППВ, відчуваючись винними, значно частіше, ніж особи з низьким ($1,38 \pm 1,331$; $U = 1077,500$; $p < 0,01$) і середнім ($1,67 \pm 1,242$; $U = 2336,000$; $p < 0,01$) рівнями ППВ, відчувають злість / ненависть до себе ($2,28 \pm 1,192$), а також частіше, ніж особи з низьким рівнем ППВ, переживають розчарування ($2,19 \pm 1,125$; $U = 1210,000$; $p < 0,01$), жаль / жалкування ($2,21 \pm 1,161$; $U = 1340,500$; $p < 0,05$), почуття обов'язку ($2,40 \pm 1,266$; $U = 1379,500$; $p < 0,05$). В осіб із низьким рівнем ППВ значно рідше, ніж в осіб із високим і

середнім рівнями ППВ, переживання почуття провини супроводжується: 1) емоціями тривожно-фобічної модальності: тривогою ($p < 0,01$), невпевненістю ($p < 0,01$), страхом ($p < 0,01$; $p < 0,05$) і сумнівами ($p < 0,01$; $p < 0,05$); 2) емоціями депресивного характеру: печаллю ($p < 0,01$), тугою ($p < 0,01$), пригніченістю ($p < 0,01$); 3) почуттями, що відображають негативне ставлення до ситуації загалом і до себе: незадоволенням ($p < 0,01$), відчуттям нікчемності ($p < 0,01$); 4) почуттями, що демонструють іншим усвідомлення своєї провини: соромом ($p < 0,01$; $p < 0,05$), розкаянням ($p < 0,01$; $p < 0,05$) і ніяковістю ($p < 0,05$); 5) диз'юнктивними почуттями: відчуттям самотності ($p < 0,01$); 6) почуттями, які відображають нездатність діяти: розгубленістю ($p < 0,01$). Проте особи з низьким рівнем ППВ частіше, ніж особи із середнім і високим рівнями ППВ, разом з емоцією провини переживають подив ($p < 0,01$; $p < 0,05$) і полегшення ($p < 0,05$), але значно рідше, ніж особи із середнім рівнем ППВ, відчувають неприйняття / відторгнення ($0,70 \pm 0,919$; $U = 2760,500$; $p < 0,05$) і збентеження ($1,43 \pm 1,072$; $U = 2662,000$; $p < 0,05$).

Отже, порівняння емоційної наповненості переживання почуття провини в осіб із різним ступенем схильності почуватися винними дало підстави виокремити унікальні риси переживання, властиві для осіб із високим і низьким рівнями ППВ – критерії диференціації переживання почуття провини. Так, для осіб, високо схильних почуватися винними в ситуації переживання почуття провини, властиві: 1) нездатність діяти і втрата контролю (безвихідь / відчай, безсилля, паніка); 2) злість / ненависть до себе (агресивне самоставлення). Для осіб із низьким рівнем ППВ у ситуації переживання почуття провини властиві: 1) виражені подив і полегшення; 2) відсутність або слабка вираженість емоцій тривожно-фобічної та депресивної модальності; 3) відсутність або слабка вираженість негативного ставлення до себе і ситуації загалом (відчуття нікчемності, незадоволення); 4) слабка вираженість почуття сорому, ніяковості та розкаяння, що

свідчить про неусвідомлення провини або оцінку вчинку як «не провини»; 5) слабка вираженість почуття самотності, що вказує на несприйняття ситуації як такої, що загрожує втратою взаємин з іншими; 6) відсутність почуття розгубленості й втрати контролю, здатність діяти (відсутність або слабка вираженість почуття безвиході / відчаю, безсилля, паніки).

Узагальнення і систематизація усіх результатів порівняння дали змогу охарактеризувати емоційний зміст переживання почуття провини в осіб із різним ступенем схильності почуватися винними, а також визначити три способи переживання почуття провини. Так, неконструктивний спосіб переживання почуття провини, властивий особам, схильним почуватися винними, характеризується: 1) домінуванням соматизованих почуттів та емоцій депресивної модальності; 2) вираженим страхом втрати схвалення від інших, втрати взаємин; 3) вираженістю емоцій агресивної й тривожної модальності; 4) вираженістю оцінних емоцій; 5) емоційною орієнтацією на зовнішню оцінку як критерій нормативності (сором, ніяковість); 6) домінуванням емоцій, які демонструють іншим усвідомлення провини; 7) домінуванням емоцій, які відображають глобальне негативне ставлення до себе, самознецінюючих емоцій; 8) домінуванням емоцій, що вказують на нездатність діяти і втрату контролю (почуття безвиході, безсилля, відчай, паніка); 9) відсутністю бажання виправляти ситуацію; 10) вираженістю копінг-почуттів (розкаяння!).

Переживання почуття провини, що виконує функцію соціального регулятора, яке більшою мірою властиве особам із помірною схильністю почуватися винними, визначається: 1) вираженістю емоцій тривожної та депресивної модальності; 2) вираженим страхом заподіяти шкоду, втрати контролю, розриву стосунків; 3) невираженістю емоцій агресивної модальності; 4) вираженістю самознецінюючих почуттів; 5) ситуативною оцінкою власних дій і себе (незадоволення собою); 6) вираженістю почуттів, які вказують на здатність до моральної саморегуляції (насамперед, докорів сумління);

7) орієнтацією на соціальну (зовнішню) і моральну (внутрішню) нормативність при демонстрації усвідомлення провини; 8) вираженістю мотиваційних почуттів, насамперед, бажання виправляти ситуацію; 9) слабкою вираженістю копінг-почуттів; 10) вираженістю емоцій, що вказують на ситуативну, тимчасову нездатність діяти (розгубленість).

Спосіб переживання почуття провини, властивий особам із низькою схильністю почуватися винними, характеризується: 1) неусвідомленням власної провини (невираженістю сорому, ніяковості, розкаяння) й загрози втрати прихильності від інших і взаємин із ними (невираженість почуття самотності), відсутністю оцінки своїх дій; 2) наявністю почуття подиву і полегшення; 3) слабким вираженням емоцій тривожно-фобічної й депресивної модальності; погіршенням настрою; 4) відсутністю негативного ставлення до себе, крім гніву на себе (не вираженого); 5) вираженістю почуттів, які відображають ставлення до інших, насамперед, співчуття; 6) вираженістю мотиваційних почуттів, насамперед, бажання виправляти ситуацію; 7) суперечністю щодо здатності діяти – наявністю почуттів, які відображають пасивний стан (почуття безпорадності), але відсутністю почуття розгубленості; здатністю діяти і контролювати ситуацію (відсутністю відчаю, безсилля, паніки); 8) вираженістю копінг-почуттів: жалю, шкодування, каєття. Описаний спосіб переживання ми визначили як «незвинувачення себе внаслідок неусвідомлення своєї провини».

Висновки

Отже, емпірично виявлено емоційний комплекс, властивий для переживання почуття провини, який містить: 1) емоції різної модальності (депресивної, тривожної, фобічної, агресивної тощо); 2) соматичні почуття і вегетативні прояви; 3) оцінні почуття, що відображають ставлення до вчинку і ґрунтуються на совісті, відповідальності, нормативності; 4) почуття, що відображають емоційне та цінніс-

не ставлення до себе й до інших; 5) «мотиваційні» почуття; 6) почуття, еквівалентні копінг-поведінці.

Емоційне наповнення розкриває феноменологічний зміст переживання почуття провини, який полягає у наступному. Переживання почуття провини: 1) реалізує афективний стан, що характеризується поєднанням зниження рівня активації за рахунок погіршення настрою, зосередження на ситуації, неспроможності діяти, з підвищенням активації за рахунок напруження – тривожного, фобічного, агресивного; 2) відображає оцінне ставлення до власних дій, усвідомлення своєї провини, які спираються на різні рівні сформованості системи нормативності – зовнішню, внутрішню, «автономну мораль»; 3) відображає негативне емоційно-оцінне ставлення до себе; 4) виражає, демонструє іншим усвідомлення власної провини й орієнтацію на збереження стосунків з іншими, що може реалізовуватися як копінгова поведінка.

Емоційний зміст переживання почуття провини в осіб із різним ступенем схильності почуватися винними визначає спосіб переживання почуття провини. Так, почуття провини виконує функцію *соціального регулятора* (властиво особам із помірною схильністю почуватися винними), коли в емоційному спектрі переживання виражені почуття, що вказують на здатність до моральної саморегуляції, мотиваційні почуття, які вказують на бажання виправити ситуацію, виражений страх заподіяти шкоду і втрати контролю; не виражені копінг-почуття й емоції агресивної модальності. *Неконструктивний* спосіб переживання почуття провини, властивий особам, високо схильним почуватися винними, визначається домінуванням в емоційному спектрі переживання соматизованих, самознецінюючих, копінгових почуттів, емоцій, що вказують на нездатність діяти; вираженістю оцінних почуттів та емоцій агресивної модальності, страху втрати схвалення від інших; вираженістю почуттів, що вказують на орієнтацію на зовнішню оцінку і на відсутність бажання виправляти ситуацію. Спосіб переживання почуття провини, властивий особам із низькою схильністю по-

чуватися винними, можна визначити як «незвинувачення себе внаслідок неусвідомлення своєї провини», оскільки він характеризується відсутністю у переживанні почуття провини емоцій, які свідчать про усвідомлення провини і загрози розриву взаємин з іншими (про оцінку власних дій), про негативне самоствавлення; слабкою вираженістю емоцій тривожно-фобічної і депресивної модальності; вираженістю почуттів, що відображають співчутливе ставлення до інших, мотиваційних почуттів, що вказують на бажання виправити ситуацію, копінг-почуттів; амбівалентністю емоцій щодо здатності діяти – поєднанням здатності діяти та контролювати ситуацію з пасивним станом.

Емоціями, що диференціюють спосіб переживання почуття провини, є: 1) оцінні емоції; 2) емоції, що відображають усвідомлення провини та ступінь сформованості системи нормативності; 3) емоції, що вказують на цінність взаємин з іншими (орієнтують на збереження стосунків); 4) емоції, що виражають ставлення до себе; 5) мотиваційні емоції (бажання виправляти ситуацію); 6) емоції, що вказують на здатність / нездатність діяти; 7) копінг-почуття; 8) домінуюча модальність емоційного переживання.

Перспективу подальших досліджень цієї проблеми ми вбачаємо в дослідженні зазначеного феномену в когнітивно-му та поведінковому вимірах; у розробці програм корекції неконструктивних способів переживання почуття провини та засобів актуалізації конструктивного його переживання.

Література

Ананова І. В. Методика діагностики неконструктивного переживання почуття вини. *Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка; Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України* / за ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2015. Вип. 30. С. 33–50.

Ананова І. В. Особистісні та процесуальні особливості переживання почуття провини: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Київ, 2016. 21 с.

- Бек А., Фримен А. Когнитивная психотерапия расстройств личности. Практикум по психотерапии. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 544 с.
- Белик И. А. Чувство вины в связи с особенностями развития личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Санкт-Петербург, 2006. 21 с.
- Изард К. Э. Психология эмоций. Санкт-Петербург : Питер, 1999. 464 с.
- Ильин Е. П. Психология совести: вина, стыд, раскаяние. Санкт-Петербург : Питер, 2016. 288 с.
- Макогон И. К., Ениколопов С. Н. Проблемы оценки стыда и вины. *Психология в России: современное состояние*. 2013. № 6 (4). С. 168–175.
- Музыкабаев К. Переживание вины и стыда. Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский филиал Института социологии РАН, 1995. 39 с.
- Орлов Ю. М. Обида. Вина: Эффективная система управления эмоциями. Москва : Слайдинг, 2004. 87 с.
- Перлз Ф. С. Эго, голод и агрессия / пер. Н. Б. Кедрова, А. Н. Кострикова; науч. ред. Д. Н. Хломов. Москва : Смысл, 2000. 358 с.
- Смотрова Т. Н., Горнаева С. В. Вина и стыд как регуляторы поведения в контексте социально-психологической адаптации личности. *Социально-психологическая адаптация личности в изменяющемся обществе: Матер. Междун. науч.-практ. конф. (г. Балашов, 19–20 марта 2009 г.)* / под общ. ред. Т. Н. Смотровой. Балашов : Никколаев, 2009. С. 177–182.
- Фенихель О. Психоаналитическая теория неврозов / пер. с англ., вступ. ст. А. Б. Хавина. Москва : Академический Проект, 2004. 848 с.
- Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции / авт. очерка Ф. В. Бассин и М. Г. Ярошевский. Москва : Наука, 1995. 456 с.
- Эллис А. Гуманистическая психотерапия: Рационально-эмоциональный подход / пер. с англ. Санкт-Петербург : Изд-во «Сова»; Москва : Изд-во «ЭКСМО-Пресс», 2002. 272 с.
- Baumeister, R. F., Stillwell, A. M., & Heatherton, T. F. (1994). Guilt: An interpersonal approach. *Psychological Bulletin*, 115, 243–267.
- Bybee, J., Merisca, R., & Velasco, R. (1998). The development of reactions of guilt-producing events. In J. Bybee (Ed.). *Guilt and Children* (pp. 185–213). San Diego, CA, USA : Academic Press.
- Castilla del Pino, C. (1991). La culpa [Guilt]. Madrid, S. A. : Alianza Editorial.
- Cicchetti, D., Ackerman, B. P., & Izard, C. E. (1995). Emotions and emotion regulation in developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 7, 1–10.
- Dempsey, H. L. (2017). A comparison of the social-adaptive perspective and functionalist perspective on guilt and shame. *Behavioral Sciences*, 7 (4), 83.

- Fontaine, J. R. J., Luyten, P., de Boeck, P., Corveleyn, J., Fernandez, M., Herrera, D., et al. (2016). Untying the gordian knot of guilt and shame. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 37*, 273–292.
- Harder, D. W. (1995). Shame and guilt assessment, and relationships of shame- and guilt-proneness to psychopathology. In J. P. Tangney & K. W. Fischer (Eds.). *Self-Conscious Emotions: The Psychology of Shame, Guilt, Embarrassment, and Pride* (pp. 368–392). New York, NY, USA : Guilford Press.
- Hoffman, M. L. (1998). Varieties of empathy-based guilt. In J. Bybee (Ed.). *Guilt and children* (pp. 91–113). San Diego : Academic Press.
- Johnston, A. (2000). The Vicious Circle of the Super-Ego: The Pathological Trap of Guilt and the Beginning of Ethics. *Psychoanalytic Studies, 3–4*, 411–424.
- Kim, S., Thibodeau, R., & Jorgensen, R. S. (2011). Shame, guilt, and depressive symptoms: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin, 137*, 68–96.
- Leach, C. W. (2017). Understanding shame and guilt. In L. Woodyatt [et al.] (Eds.). *Handbook of the Psychology of Self-Forgiveness* (pp. 17–28). Cham, Switzerland : Springer.
- Lutwak, N., & Ferrari, J. (1996). Moral affect and cognitive processes: Differentiating shame from guilt among men and women. *Personality and Individual Differences, 21* (1), 891–896.
- Miceli, M., & Castelfranchi, C. (1998). How to silence one's conscience: Cognitive defenses against the feeling of guilt. *Journal for the Theory of Social Behavior, 28*, 287–318.
- Plutchik, R. (1980). Emotion: Theory, research, and experience: Theories of emotion, 1. New York : Academic Press.
- Tangney, J. P., Stuewing, J., & Mashek, D. J. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology, 58*, 345–372.
- Waska, R. (2002). Fragmentation, persecution and primitive guilt: Clinical and theoretical issues with psychotic patients. *Psychodynamic Practice, 8* (2), 147–162.
- Zahn-Waxler, C., & Robinson, J. (1995). Empathy and guilt: Early origins of feeling of responsibility. In J. P. Tangney & K. Fisher (Eds.). *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 143–173). New York : Guilford Press.

References

- Ananova, I. V. (2015). Metodyka diahnostryky nekonstruktyvnoho perezhivannia pochuttia vyny [Testing method of unconstructive experiencing the feeling of guilt]. *Problemy suchasnoi psyholohii: zb.*

- nauk. prats Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohiiienka; Instytutu psykhologii imeni G. S. Kostiuka NAPN Ukrainy – Problems of Modern Psychology: Collection of research papers of Kamianets-Podilskiy Ivan Ohiiienko National University, G. S. Kostiuk Institute of Psychology at the National Academy of Educational Science of Ukraine, 30, 33–50. Kamianets-Podilskiy: Aksioma [in Ukrainian].*
- Ananova, I. V. (2016). Osobystisni ta protsesualni osoblyvosti perezhyvannya pochuttia provyny [Personal and procedural features of experiencing feeling of guilt]. *Extended abstract of candidate's thesis. Kyiv [in Ukrainian].*
- Beck, A. T., & Frimen, E. (2002) *Kognitivnaia psikhoterapiia rasstroistv lichnosti [Cognitive Therapy of Personality Disorders]*. St. Petersburg: Piter [in Russian].
- Belik, I. A. (2006). Chuvstvo viny v sviazi s osobennostiami razvitiia lichnosti [Feeling of guilt in relation with the personality development]. *Extended abstract of candidate's thesis. St. Petersburg [in Russian].*
- Izard, K. E. (1999). *Psikhologiiia emotsii [Human Emotions]*. St. Petersburg: Piter [in Russian].
- Ilin, E. P. (2016). *Psikhologiiia sovesti: vina, styd, raskayanie [Psychology of Conscience: Guilt, Shame, Repentance]*. St. Petersburg: Piter [in Russian].
- Makogon, I. K., & Enikolopov, S. N. (2013). Problemy otsenki styda i viny [Problems of evaluating shame and guilt]. *Psikhologiiia v Rossii : sovremennoie sostoiianie. – Psychology in Russia: current status, 6(4), 168–175 [in Russian].*
- Muzdybaev, K. (1995). *Perezhyvanie viny i styda [Experiencing guilt and shame]*. St. Petersburg: St. Petersburg branch of Sociological Institute of the RAS [in Russian].
- Orlov, Y. M. (2004). *Obida. Vina: Effektivnaia sistema upravleniia emotsiiami [Resentment. Guilt: An effective emotion management system]*. Moskva: Slaiding [in Russian].
- Perls, F. S. (2000). *Ego, golod i agressiia [Ego, hunger and aggression]* (N. B. Kedrova, A. N. Kostrikova, Trans). Moskva: Smysl [in Russian].
- Smotrova, T. N., & Gornaeva, S. V. (2009). Vina i styd kak reguliatory povedeniya v kontekste sotsialno-psikhologicheskoi adaptatsii lichnosti [Guilt and shame as regulators of behavior in the context of socio-psychological adaptation of personality]. *Sotsialno-psikhologicheskaiia adaptatsiia lichnosti v izmeniaiuschemsia obshestve – Socio-psychological adaptation of personality in a changing society:*

- Proceedings of the International Scientific and Practical Conference (pp. 177–182). Balashov: Nikolaiev [in Russian].
- Fenikhel, O. (2004). *Psikhoanaliticheskaia teoriia nevrozov [The Psychoanalytic Theory of Neurosis]*. (A. B. Khavin, Trans). Moskva: Akademicheskii Proekt [in Russian].
- Freud, S. (1995). *Vvedenie v psikhoanaliz [Introduction to Psychoanalysis]*. Moskva: Nauka [in Russian].
- Ellis, A. (2002). *Gumanisticheskaia psikhoterapiia: Ratsionalno-emotsionalnyi podhod [Humanistic Psychotherapy: A Rationally Emotional Approach]*. St. Petersburg: Sovn; Moskva: EKSMO-Press [in Russian].
- Baumeister, R. F., Stillwell, A. M. & Heatherton, T. F. (1994). Guilt: An interpersonal approach. *Psychological Bulletin*, 115, 243–267.
- Bybee, J., Merisca, R. & Velasco, R. (1998). The development of reactions of guilt-producing events. In J. Bybee (Ed.), *Guilt and Children* (pp. 185–213). Academic Press: San Diego, CA, USA.
- Castilla del Pino, C. (1991). *La culpa [Guilt]*. Madrid, S.A.: Alianza Editorial [in Spain].
- Cicchetti, D., Ackerman, B. P. & Izard, C. E. (1995). Emotions and emotion regulation in developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 7, 1–10.
- Dempsey, H. L. (2017). A comparison of the social-adaptive perspective and functionalist perspective on guilt and shame. *Behavioral Sciences*, 7(4), 83.
- Fontaine, J. R. J., Luyten, P., de Boeck, P., Corveleyn, J., Fernandez, M., Herrera, D., et al. (2016). Untying the gordian knot of guilt and shame. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 37, 273–292.
- Harder, D. W. (1995). Shame and guilt assessment, and relationships of shame- and guilt-proneness to psychopathology. In J. P. Tangney & K. W. Fischer (Eds.), *Self-Conscious Emotions: The Psychology of Shame, Guilt, Embarrassment, and Pride* (pp. 368–392). Guilford Press: New York, NY, USA.
- Hoffman, M. L. (1998). Varieties of empathy-based guilt. In J. Bybee (Ed.), *Guilt and children* (pp. 91–113). San Diego: Academic Press.
- Johnston, A. (2000). The Vicious Circle of the Super-Ego: The Pathological Trap of Guilt and the Beginning of Ethics. *Psychoanalytic Studies*, 3–4, 411–424.
- Kim, S., Thibodeau, R. & Jorgensen, R. S. (2011). Shame, guilt, and depressive symptoms: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 137, 68–96.

- Leach, C. W. (2017). Understanding shame and guilt. In L. Woodyatt [et al.] (Eds.), *Handbook of the Psychology of Self-Forgiveness* (pp. 17–28). Springer: Cham, Switzerland.
- Lutwak, N. & Ferrari, J. (1996). Moral affect and cognitive processes: Differentiating shame from guilt among men and women. *Personality and Individual Differences*, 21 (1), 891–896.
- Miceli, M. & Castelfranchi, C. (1998). How to silence one's conscience: Cognitive defenses against the feeling of guilt. *Journal for the Theory of Social Behavior*, 28, 287–318.
- Plutchik, R. (1980). *Emotion: Theory, research, and experience: V.1. Theories of emotion*, 1. New York: Academic Press.
- Tangney, J. P., Stuewing, J. & Mashek, D. J. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, 58, 345–372.
- Waska, R. (2002). Fragmentation, persecution and primitive guilt: Clinical and theoretical issues with psychotic patients. *Psychodynamic Practice*, 8 (2), 147–162.
- Zahn-Waxler, C. & Robinson, J. (1995). Empathy and guilt: Early origins of feeling of responsibility. In J. P. Tangney & K. Fisher (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 143–173). New York: Guilford Press.

Ананова Іванна. Емоційний феноменологічний зміст переживання почуття провини

АНОТАЦІЯ

У статті описано і змістовно охарактеризовано емоційний спектр переживання почуття провини. Проаналізовано сучасні підходи до розуміння природи та функціональної визначеності почуття провини, наголошено на функціоналістському підході як перспективному напрямку наукового пошуку. Проаналізовано розробленість проблеми спорідненого кола емоцій для почуття провини. Показано, що в афективному плані переживання почуття провини, крім власне емоції провини, містить низку інших специфічних емоцій і почуттів, що свідчить про його змістовну складність. Для визначення емоційного наповнення переживання почуття провини в якості емпіричного інструментарію використано авторські методика: анкету «Емоційний спектр почуття провини», інтерв'ю, опитувальник «Переживання почуття вини» (ППВ). Емпірична вибірка складала 232 особи.

Виявлено емоційний комплекс переживання почуття провини: емоції депресивної, тривожної, фобічної, агресивної модальностей; соматичні почуття; почуття, що відображають ставлення до вчинку, до себе, до інших; «мотиваційні» почуття; почуття, еквівалентні копінг-поведінці. На основі емпіричних результатів розкрито феноменологічний зміст переживання почуття провини: 1) реалізує афективний стан, що характеризується поєднанням зниження і підвищення рівня активації; 2) відображає оцінне ставлення до власних дій, усвідомлення своєї провини, які спираються на різні рівні сформованості системи нормативності; 3) відображає негативне емоційно-оцінне ставлення до себе; 4) виражає усвідомлення власної провини й орієнтацію на збереження стосунків з іншими, що може реалізовуватись як копінгова поведінка. Показано, що емоційний зміст переживання почуття провини в осіб із різним ступенем схильності почуватися винними визначає спосіб переживання: соціально-регулятивний, неконструктивний, «незвинувачення себе внаслідок неусвідомлення своєї провини». Визначено емоції, що диференціюють спосіб переживання почуття провини: оцінні; що відображають усвідомлення провини і ступінь сформованості системи нормативності; що орієнтують на збереження взаємин; що виражають ставлення до себе; що виражають бажання виправляти ситуацію; що вказують на здатність / нездатність діяти; копінг-почуття; домінуюча модальність.

Ключові слова: емоції, почуття, емоційний зміст переживання, почуття провини, переживання почуття провини, способи переживання почуття провини, схильність переживати почуття провини.

Ананова Іванна. Емоциональное феноменологическое содержание переживания чувства вины

АННОТАЦИЯ

В статье описан и содержательно охарактеризован эмоциональный спектр переживания чувства вины. Проанализированы современные подходы к пониманию природы и функциональной определенности чувства вины, сделан акцент на функционалистском подходе как перспективном направлении научного исследования. Проанализирована работанность проблемы содержательно близких эмоций для чувства вины. Показано, что в аффективном плане переживание чувства вины, кроме собственно эмоции вины, содержит ряд специфических эмоций и

чувств, что свидетельствует о его содержательной сложности. Для определения эмоционального наполнения переживания чувства вины в качестве эмпирического инструментария использованы авторские методики: анкета «Эмоциональный спектр чувства вины», интервью, опросник «Переживание чувства вины» (ПЧВ). Эмпирическая выборка состояла из 232 человек.

Выявлен эмоциональный комплекс переживания чувства вины: эмоции депрессивной, тревожной, фобической, агрессивной модальностей; соматические чувства; чувства, отражающие отношение к поступку, к себе, к другим; «мотивационные» чувства; чувства, эквивалентные копинг-поведению. На основе эмпирических результатов раскрыто феноменологическое содержание переживания чувства вины: 1) реализует аффективное состояние, характеризующееся одновременным снижением и повышением уровня активации; 2) отражает оценочное отношение к собственным действиям, осознание своей вины, опирающиеся на разные уровни развития системы нормативности; 3) отражает негативное эмоционально-оценочное отношение к себе; 4) выражает осознание собственной вины и ориентацию на сохранение отношений с другими, что может реализовываться как копинг-поведение. Показано, что эмоциональное содержание переживания чувства вины у лиц с разной степенью склонности чувствовать вину определяет способ переживания: социально-регулятивный, неконструктивный, «необвинение себя вследствие неосознания своей вины». Определены эмоции, дифференцирующие способ переживания чувства вины: оценочные; отражающие осознание вины и степень развития системы нормативности; ориентирующие на сохранение отношений; выражающие отношение к себе; выражающие желание исправлять ситуацию; указывающие на способность / неспособность действовать; копинг-чувства; доминирующая модальность.

Ключевые слова: эмоции, чувства, эмоциональное содержание переживания, чувство вины, переживание чувства вины, способы переживания чувства вины, склонность переживать чувство вины.

Original manuscript received August 28, 2019

Revised manuscript accepted September 16, 2019