

Київський національний університет імені Тараса Шевченка  
Міністерство освіти і науки України  
Київський національний університет імені Тараса Шевченка  
Міністерство освіти і науки України

Кваліфікаційна наукова праця  
на правах рукопису

**КЛІМАШ ТАМАРА ПЕТРІВНА**

УДК 159.923.2:615.851.4

**ДИСЕРТАЦІЯ**

**ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ ЗМІНИ Я-КОНЦЕПЦІЇ ЖІНОК**

053 – психологія

05 – соціальні та поведінкові науки

Подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії у галузі психології

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

\_\_\_\_\_ Т. П. Клімаш

Науковий керівник:

Данилюк Іван Васильович

доктор психологічних наук,

професор

Київ – 2023

## АНОТАЦІЯ

Клімаш Т. П. «Особистісні чинники зміни Я-концепції жінок». – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 «Психологія» (05 Соціальні та поведінкові науки). – Київський національний університет імені Тараса Шевченка. Київ, 2023.

Важливою проблемою у сучасній психології є вивчення особливостей забезпечення повноцінного психологічного функціонування людини. Явище Я-концепції особистості всебічно досліджується у світовій психологічній науці. Я-концепція особистості впливає на усі сфери життєдіяльності людини, особливо це стосується жінок, як більш вразливої категорії населення. Загальною тенденцією є поява у них труднощів із суб'єктивною оцінкою особистісної самореалізованості внаслідок важливих подій у житті (декретна відпустка, серйозне захворювання тощо). До того ж, у більшості випадків вони самі не можуть виокремити причини, що викликають їх стагнацію. Пропрацювання проблеми із спеціалістом часто призводить до висновку, що жінка не має цілісного уявлення про себе, свої сильні сторони, бажання, недоліки – не розуміється на власній Я-концепції. Окреслені положення зумовлюють актуальність дослідження, оскільки я-концепція розглядається як індикатор психологічних особливостей, які характеризують повноцінно функціонуючу особистість. Сукупність окреслених наукових питань обумовила вибір теми дисертаційної роботи, постановку мети, визначення її предмета й об'єкта, а також структуру дослідження.

Об'єктом дослідження є явище Я-концепції особистості.

Предметом дослідження є особистісні чинники зміни Я-концепції жінок.

Мета дослідження полягає у з'ясуванні змісту, структури особистісних чинників та видів зміни Я-концепції жінок.

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять засадничі положення теорій щодо Я-концепції особистості (Р. Бернс), тенденції до

самоактуалізації (К. Роджерс, А. Маслоу), епігенетичної моделі розвитку особистості (Е. Еріксон), самопізнання (А. Налчаджян), принципу дзеркального відображення при формуванні Я-концепції особистості (О. Гуменюк, А. Агаркова), принципу соціального порівняння при формуванні Я-концепції особистості (О. Кочарян, М. Савіна, В. Слюсар, М. Антонович), стадіального розвитку Я-концепції (Г. Олпорт).

Методи дослідження. При вирішенні теоретичних і прикладних завдань використано блок методів: а) *теоретичні* – аналіз, синтез, моделювання для окреслення трактування Я-концепції особистості в психології та визначення її структурно-функціональних особливостей; б) *емпіричні* – анкетування, зокрема із використанням таких методик: Шкала толерантності до невизначеності Баднера (Intolerance of Ambiguity Scale, IAS) (С. Баднер) – для діагностики рівня толерантності до невизначеності; Багатофакторний особистісний опитувальник Кеттелла (16PF) (Р. Кеттелл) – для дослідження особистісних характеристик; Самоактуалізаційний тест САМОАЛ (Е. Шостром) – для дослідження рівня та особливостей самоактуалізації особистості; Я-структурний тест Аммона (Г. Аммон) – для визначення центральних структур Я; Проективна методика «Ідеальна Я» – для дослідження бажаних якісних і кількісних змін; Проективна методика «Куб у пустелі» – для з'ясування взаємозв'язку між образами у свідомості та внутрішнім світом людини; в) *математично-статистичної обробки даних* – кількісного опису даних та статистичного виводу (t-критерій Стьюдента для залежних і незалежних вибірок, кореляційний, однофакторний, двофакторний та багатофакторний дисперсійні аналізи; d та f Коена, Омега квадрат, часткова Ета для визначення сили ефекту; Хі-квадрат для визначення міри сполученості змінних; альфа Кронбаха для визначення внутрішньої узгоженості), методи багатомірної математичної статистики (експлораторний факторний, множинний регресійний аналізи, бінарна логістична та поліномінальна логістична регресії) – для встановлення особистісних чинників зміни Я-концепції жінок. Статистичний аналіз

здійснено за допомогою спеціалізованого пакету для психологічних досліджень SPSS (версія 23.0), Jamovi (версія 2022.07.1) та R (версія 2.3.18).

Концепція дослідження. У першому розділі висвітлено стан розробки досліджуваного явища в психології, проаналізовано специфіку дослідження Я-концепції особистості, особливості її формування та дихотомія її зміни. Значну увагу зосереджено на розгляді чинників загальних та особистісних чинників зміни Я-концепції особистості. На основі узагальнення аналізу наукових джерел було запропоновано перелік психологічних чинників зміни Я-концепції особистості.

У другому розділі визначено загальну стратегію емпіричного етапу дослідження. Побудовано модель дослідження особистісних чинників зміни Я-концепції особистості. Обґрунтовано систему методичних прийомів та діагностичних методик для визначення основних змінних дослідження. Представлений аналіз пілотажного дослідження, на основі якого обґрунтовано вибір основної вибірки дослідження. Охарактеризовано сформовану вибірку.

У третьому розділі верифіковано індикатори зміни Я-концепції жінок. За результатами застосування однофакторного та багатфакторного дисперсійного аналізу було встановлено, що когнітивний, емоційно-оціночний та поведінковий компоненти Я-концепції жінок залежать від того, чи є у неї труднощі із самореалізацією та від того, чи вважає вона себе реалізованою (суб'єктивна оцінка особистісної реалізованості) незалежно від сфери реалізації ( $p < 0,05$ ). Емпірично визначено психологічні чинники конструктивних і деструктивних змін Я-концепції жінок. Зокрема, чинниками конструктивної зміни емоційно-оціночного компоненту Я-концепції особистості є: гнучкість у спілкуванні, довірливість, домінантність, емоційна стабільність, конструктивна агресія, конструктивна сексуальність, конструктивна тривога, конструктивне зовнішнє відмежування Я, прагнення до творчості, прямолінійність, сміливість, спокій та розслабленість, толерантність до невизначеності, цінності та автономність.

Окрім того, довірливість, домінантність, емоційна стабільність, прямолінійність, сміливість, спокій та розслабленість сприяють конструктивним змінам емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок у взаємодії із освітньо-кваліфікаційним чинником, а саме задоволеністю досвідом роботи за отриманою спеціалізацією. Чинниками конструктивної зміни поведінкового компоненту є довірливість, домінантність, експресивність, конструктивна агресія, конструктивне зовнішнє відмежування Я, конструктивний нарцисизм, сміливість, спокій.

Відповідно, чинниками деструктивної зміни емоційно-оціночного компоненту є дезорієнтація в часі, деструктивна тривога, дефіцитарна агресія, дефіцитарний нарцисизм, емоційна стабільність, інтолерантність до невизначеності, конструктивне внутрішнє відмежування Я, конструктивний нарцисизм, контактність та автономність, практичність, прямолінійність, радикалізм, сміливість, тривожність. Чинниками деструктивної зміни поведінкового компоненту є деструктивний нарцисизм, дефіцитарне зовнішнє відмежування Я, емоційна стабільність, конструктивне зовнішнє відмежування Я, контактність, радикалізм, сміливість, товарицькість, цінності.

Емпірично верифіковано модель чинників, які визначають зміни Я-концепції жінок: загальні та особистісні. Загальними чинниками зміни Я-концепції жінок є: а) соціально-демографічні, б) освітньо-кваліфікаційні, в) комфорт середовища, г) декретна відпустка. Особистісними чинниками є: а) особистісні характеристики, б) ставлення до себе та до змін, в) центральні структури Я, г) соціальна спрямованість особистості.

У тренінговій програмі «Психологічного сприяння особистісному зростанню жінок» представлено комплексну програму психологічного сприяння особистісному зростанню жінок в умовах групового навчання (взаємодії); методологічне підґрунтя, зміст, структуру, форми, методи реалізації тренінгової програми, психологічної взаємодії, допомоги жінкам;

описано результати її впровадження. Доведено ефективність запропонованої тренінгової програми.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів розглянутої проблеми. Перспективними напрямками подальшої роботи є: розробка теоретико-методологічних засад дослідження змін Я-концепції особистості жінок і чоловіків в динамічних умовах воєнного та повоєнного часу; побудові системного уявлення про зміни Я-концепції особистості жінок і чоловіків в онтогенезі, в різних субкультурних середовищах та предметних видах фахової, дозвілєвої діяльності; з'ясуванні статевих, гендерних особливостей та чинників змін Я-концепції особистості; з'ясування специфіки середовищних впливів на процес формування Я-концепції особистості, становлення її персональних стратегій самореалізації та самоздійснення; розробці положень щодо індивідуального психологічного супроводу відхилень у формуванні Я-концепції особистості.

**Ключові слова:** Я-концепція особистості, особистісні чинники зміни Я-концепції жінок, адаптація особистості, особистісний потенціал, особистісні властивості, соціальне схвалення, ставлення до себе та до змін, самореалізація, самооцінка самореалізованості, саморозвиток, конструктивні/деструктивні зміни.

## СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Данилюк І.В., Клімаш Т.П. Чинники трансформації Я-концепції особистості. Актуальні проблеми психології: Психологічний часопис, 9 (1) Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. 2023. С. 7–22.
2. Данилюк І., Клімаш Т.П. Особливості трансформації Я-концепції жінки. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія. 2023. №. 1 (17). С. 12–21.
3. Клімаш Т.П. Особливості Я концепції нарцисичної особистості. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2020. №. 56, Т. 1. С. 85–91.
4. Клімаш Т.П. Образи Я-реального та Я-ідеального у жінок в аб'юзивних стосунках. Психологічний часопис: збірник наукових праць/ Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України. 2020. №. 8, Т. 6. С. 67–75.
5. Rybinska, Y., Pechenizka, S., Burkalo, N., Dubrova, O., Khalabuzar, O., & Klimash, T. Restoring the psychological and emotional health of students in time of the tensed educational process in russian-Ukrainian wartime. Synesis (ISSN 1984-6754). №. 14 (1). Pp. 254–264.
6. A. Kurapov, I. Danyliuk, A. Loboda, A. Kalaitzaki, T. Kowatsch, T. Klimash, V. Predko Six months into the war: a first-wave study of stress, anxiety, and depression among in Ukraine. *Frontiers in Psychiatry, section Anxiety and Stress Disorders* 10. 2023.
7. I. Danyliuk, Klimash T. Positive self-concept as a factor of psychological health of personality// IX International research & training conference «Public health – social, educational and psychological dimensions». 19–21 July, 2022. Lublin, Poland. Pp. 4–5.
8. Клімаш Т.П. Співвідношення Я реального та Я-ідеального як стимулів досягнення успіхів // Міжнародна конференція молодих науковців «Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи

дослідження»: зб. матеріалів XXII Міжнарод. конф. молодих наук. – Київ. 2020. С. 105–108.

9. Клімаш Т.П. Психологічні особливості Я-образу в період трансформації суспільства// Міжнародна конференція молодих науковців «Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження»: зб. матеріалів XXIII Міжнарод. конф. молодих наук. Київ. 2020.

10. Klimash T. Factors and conditions of transformation of the personality's self-concept VII International research & training conference Public health – social, education and psychological dimensions. 17 July, 2021. Lublin, Poland.

11. Klimash T. Я-концепції личности в современной психологии// V International Science Conference on Emerging Trends in Science and Education «Theoretical and scientific bases of development of scientific thought». 16-19 February, 2021. Rome, Italy. Pp. 539–541.

12. Клімаш Тамара. Умови трансформації Я-концепції у процесі самореалізації особистості// XI International Scientific and Practical Conference “Modern directions of scientific research development”. 20-22 April, 2022. Chicago, USA. Pp. 261–264.

13. Клімаш Т.П. Декретна відпустка як фактор трансформації Я-концепції особистості// Міжнародна конференція молодих науковців «Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження»: зб. матеріалів XXIV Міжнарод. конф. молодих наук. Київ. 2022. С. 104–106.

14. Клімаш Т.П. Трансформація Я-концепції українців в умовах війни// Міжнародна конференція молодих науковців «Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження»: зб. матеріалів XXV Міжнарод. конф. молодих наук. Київ. 2023.

## SUMMARY

Klimash T. P. "Personal factors of change in the self-concept of women." – Qualifying scientific work on the rights of the manuscript.

Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy in the specialty 053 "Psychology" (05 Social and Behavioral Sciences). – Taras Shevchenko National University of Kyiv. Kyiv, 2023.

The important problem in modern psychology is the study of the peculiarities of ensuring the full psychological functioning of a person. The phenomenon of the self-concept of personality is comprehensively studied in the world psychological science. The self-concept of a person affects all spheres of human life, especially women as a more vulnerable category of the population. A common trend is that they have difficulties with subjective assessment of personal fulfillment as a result of important events in their lives (maternity leave, serious illness, etc.). In addition, in most cases, they struggle to identify the reasons for their stagnation.. Working through the problem with a specialist often leads to the conclusion that a woman doesn't have a holistic view of herself, her strengths, desires, and shortcomings; she doesn't understand her own self-concept. The above provisions determine the relevance of the study since the self-concept is considered as an indicator of psychological peculiarities that characterize a fully functioning personality. The dissertation's topic, aim statement, subject and object definitions, and study format were all decided by the entirety of the scientific issues that were addressed.

The object of the study is the phenomenon of the self-concept of a personality.

The subject of the study is the personal factors of change in women's self-concept.

The purpose of the study is to find out the content, structure of personal factors and types of changes in women's self-concept.

The theoretical and methodological basis of the study is the fundamental provisions of theories on the self-concept of personality (R. Burns), the tendency to

self-actualization (K. Rogers, A. Maslow), the epigenetic model of personality development (E. Erikson), self-knowledge (A. Nalchadzhyan), the principle of mirroring in the formation of the self-concept of personality (O. Humeniuk, A. Agarkova), the principle of social comparison in the formation of the self-concept of personality (O. Kocharyan, M. Savina, V. Slyusar, M. Antonovych), and the stage development of the self-concept (G. Allport).

Research methods. In solving theoretical and applied problems, a block of methods was used: a) theoretical: analysis, synthesis, and modeling to outline the interpretation of the self-concept of the individual in psychology and determine its structural and functional features; b) empirical: questionnaires, in particular, using the following methods: Badner's Intolerance of Ambiguity Scale (IAS) (S. Badner): to diagnose the level of tolerance to uncertainty; Cattell's Multifactorial Personality Inventory (16PF) (R. Cattell): to study personality characteristics; Self-Actualization Test SAMOAL (E. Shostrom): to study the level and characteristics of self-actualization in the individual; Ammon's Self-Structural Test (G. Ammon): to determine the central structures of the self; Projective technique "Ideal Self": to study the desired qualitative and quantitative changes; Projective technique "Cube in the Desert" – to clarify the relationship between images in the mind and the inner world of a person; c) mathematical and statistical data processing - quantitative description of data and statistical output (Student's t-test for dependent and independent samples, correlation, one-factor, two-factor and multifactor analysis of variance; Cohen's d and f, Omega square, partial Eta to determine the strength of the effect; Chi-square to determine the degree of correlation of variables; Cronbach's alpha for determining internal consistency), methods of multivariate mathematical statistics (exploratory factor, multiple regression analyses, binary logistic and polynomial logistic regression) to identify personal factors of change in women's self-concept. The statistical analysis was carried out using a specialized package for psychological research: SPSS (version 23.0), Jamovi (version 2022.07.1), and R (version 2.3.18).

The concept of the study. The first section highlights the state of development of the phenomenon under study in psychology, analyzes the specifics of the study of the self-concept of the individual, the peculiarities of its formation, and the dichotomy of its change. Considerable attention is paid to the general and personal factors of change in the self-concept of the individual. Based on the generalization of the analysis of scientific sources, a list of psychological factors of change in the self-concept of a person is proposed.

The second section defines the general strategy of the empirical stage of the study. A model for studying the personal factors of change in the self-concept of a person is built. The system of methodological techniques and diagnostic methods for determining the main variables of the study is substantiated. The analysis of the pilot study is presented, on the basis of which the choice of the main sample of the study is substantiated. The formed sample is characterized.

The third section verifies the indicators of changes in women's self-concept. Based on the results of single-factor and the multifactor analysis of variance, it was found that the cognitive, emotional-evaluative, and behavioral components of women's self-concept depend on whether they have difficulties with self-realization and whether they consider themselves realized (subjective assessment of personal fulfillment), regardless of the sphere of realization ( $p < 0.05$ ). The psychological factors of constructive and destructive changes in women's self-concept have been empirically determined. In particular, the factors of constructive change in the emotional and evaluative component of the self-concept of a person are: flexibility in communication, trustfulness, dominance, emotional stability, constructive aggression, constructive sexuality, constructive anxiety, constructive external separation of the self, desire for creativity, straightforwardness, courage, calmness and relaxation, tolerance to uncertainty, values, and autonomy.

In addition, in conjunction with the educational and qualification factor – that is, satisfaction with the experience of working in the acquired specialization – trustworthiness, dominance, emotional stability, straightforwardness, courage, calmness, and relaxation all contribute to positive changes in the emotional and

evaluative component of women's self-concept. The factors of constructive change in the behavioral component are trustfulness, dominance, expressiveness, constructive aggression, constructive external separation of the self, constructive narcissism, courage, and calmness.

Accordingly, the factors of destructive changes in the emotional-evaluative component are disorientation in time, destructive anxiety, deficit aggression, deficit narcissism, emotional stability, intolerance to uncertainty, constructive internal separation of the self, constructive narcissism, contact and autonomy, practicality, straightforwardness, radicalism, courage, and anxiety. The factors of destructive change in the behavioral component are destructive narcissism, deficit externalizing self, emotional stability, constructive externalizing self, contact, radicalism, courage, sociability, and values.

The model of factors that determine changes in women's self-concept is empirically verified: general and personal. The general factors of change in women's self-concept are: a) socio-demographic; b) educational and qualification; c) comfort of the environment; d) maternity leave. Personal factors are: a) personal characteristics; b) attitude to oneself and to changes; c) central structures of the self; d) social orientation of the personality.

The training program "Psychological Assistance to Women's Personal Growth" presents a comprehensive program of psychological assistance to women's personal growth in the conditions of group training (interaction); methodological basis, content, structure, forms, methods of implementation of the training program, psychological interaction, and assistance to women; the results of its implementation are described. The effectiveness of the proposed training program is proved.

The research does not address all aspects of the issue at hand. Promising areas for further work are: development of theoretical and methodological foundations for the study of changes in the self-concept of women and men in the dynamic conditions of wartime and post-war; building a systematic understanding of changes in the self-concept of women and men in ontogeny, in various

subcultural environments, and subject types of professional and leisure activities; clarification of sex, gender peculiarities, and factors of change in the self-concept of a personality; clarification of the specifics of environmental influences on the process of formation of the self-concept of a personality, the formation of its personal strategies of self-realization and self-realization; and the development of provisions for individual psychological support of deviations in the formation of the self-concept of a personality.

**Key words:** self-concept, personal factors of change in women's self-concept, personal adaptation, personal potential, personal properties, social approval, attitude towards oneself and towards changes, self-realization, self-esteem of self-realization, self-development, constructive/destructive changes.

## LIST OF MANUFACTURER'S PUBLICATIONS

1. Danyliuk I., Klimash T. Factors of transformation of the self-concept of personality. *Psychological journal*. 2023. Vol. 9, no. 1. Pp. 7–22. URL: <https://doi.org/10.31108/1.2023.9.1.1>.
2. Danyliuk I., Klimash T. Features of the transformation of the self-concept of a woman. *Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv. Psychology*. 2023. №. 1 (17). Pp. 12–21. URL: [https://doi.org/10.17721/bpsy.2023.1\(17\).2](https://doi.org/10.17721/bpsy.2023.1(17).2).
3. Klimash T. Features of the self-concept of a narcissistic personality. *Actual problems of psychology. Organizational psychology. Economic psychology. Social psychology*. 2020. Vol. 1, №. 56. Pp. 85–90.
4. Klimash T. Self-real and self-ideal images of women having abusive relationships. *Psychological journal*. 2020. Vol. 6, №. 8. Pp. 67–75. URL: <https://doi.org/10.31108/1.2020.6.8.5>
5. Rybinska Y., Pechenizka S., Burkalo N., Dubrova O., Khalabuzar O., Klimash T. Restoring the psychological and emotional health of students in time of the tensed educational process in Russian-Ukrainian wartime. *Synesis*. 2022; №. 14(1): 254–264. ISSN. 1984-6754. URL: <https://seer.ucp.br/seer/index.php/synesis/article/view/2310>.
6. Kurapov A., Danyliuk I., Loboda A., Kalaitzaki A., Kowatsch T., Klimash T., Predko V. Six months into the war: a first-wave study of stress, anxiety, and depression among in Ukraine. *Front. Psychiatry*. 2023. №. 14. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1190465>.
7. Danyliuk I., Klimash T. “Positive self-concept as a factor of psychological health of personality.” IX International research & training conference «Public health – social, educational and psychological dimensions» 19 -21 July 2022, Lublin, Poland, Pp. 4–5.
8. Klimash T. “The ratio of the real and ideal self as incentives for achieving success.” International Conference of Young Scientists “Problems of Personality in

Modern Science: Results and Prospects of Research”, Proceedings of the XXII International Conference of Young Scientists, Kyiv, 2020, Pp. 105–108.

9. Klimash T. “Psychological features of the self-image during the transformation of society.” International Conference of Young Scientists “Problems of Personality in Modern Science: Results and Prospects of Research”, proceedings of the XXIII International Conference of Young Scientists, Kyiv, 2020.

10. Klimash T. “Factors and conditions of transformation of the personality’s self-concept.” VII International research & training conference “Public health - social, educational and psychological dimensions,” July 17, 2021, Lublin, Poland.

11. Klimash T. “Self-concept of personality in modern psychology.” V International Science Conference on Emerging Trends in Science and Education “Theoretical and scientific bases of development of scientific thought”, February 16-19, 2021, Rome, Italy, Pp. 539–541.

12. Klimash T. “Conditions of transformation of the self-concept in the process of self-realization of the personality.” XI International Scientific and Practical Conference “Modern directions of scientific research development,” April 20-22, 2022, Chicago, USA, Pp. 261–264.

13. Klimash T. “Maternity leave as a factor in the transformation of the self-concept of a person.” International Conference of Young Scientists “Problems of Personality in Modern Science: Results and Prospects of Research”, Proceedings of the XXIV International Conference of Young Scientists, Kyiv, 2022, Pp. 104–106.

14. Klimash T. “Transformation of the Self-concept of Ukrainians in the conditions of war.” International Conference of Young Scientists “Problems of Personality in Modern Science: Results and Prospects of Research”, Proceedings of the XXV International Conference of Young Scientists, Kyiv, 2023.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>18</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ</b>	
<b>ДОСЛІДЖЕННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В ПСИХОЛОГІЇ....</b>	<b>26</b>
<b>1.1. Теоретико-методологічні підходи до трактування явища Я-</b>	
<b>концепції особистості в психології .....</b>	<b>26</b>
<b>1.1.1. Поняття про Я-концепцію особистості .....</b>	<b>26</b>
<b>1.1.2. Формування Я-концепції особистості.....</b>	<b>33</b>
<b>1.2. Зміст та структура Я-концепції особистості.....</b>	<b>41</b>
<b>1.3. Дихотомія зміни Я-концепції.....</b>	<b>46</b>
<b>1.4. Особистісні предиктори зміни Я-концепції.....</b>	<b>56</b>
<b>Висновки до першого розділу.....</b>	<b>61</b>
<b>РОЗДІЛ 2. СПЕЦИФІКА ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ОПЕРАЦІОНАЛІЗАЦІЯ</b>	
<b>ПОНЯТТЯ ЗМІНИ Я-КОНЦЕПЦІЇ ЖІНОК.....</b>	<b>64</b>
<b>2.1. Модель емпіричного дослідження специфіки зміни Я-концепції</b>	
<b>жінок .....</b>	<b>64</b>
<b>2.2. Методичне забезпечення емпіричного дослідження специфіки</b>	
<b>зміни Я-концепції жінок.....</b>	<b>69</b>
<b>2.3. Характеристика вибірки та психологічні особливості Я-концепції</b>	
<b>жінок .....</b>	<b>76</b>
<b>Висновки до другого розділу .....</b>	<b>88</b>
<b>РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ</b>	
<b>ПРЕДИКТОРІВ ЗМІНИ Я-КОНЦЕПЦІЇ ЖІНОК.....</b>	<b>91</b>
<b>3.1. Емпірична верифікація індикаторів зміни Я-концепції жінок .....</b>	<b>91</b>
<b>3.2. Предиктори зміни Я-концепції жінок .....</b>	<b>100</b>
<b>3.2.1. Загальні предиктори зміни Я-концепції жінок.....</b>	<b>100</b>
<b>3.2.2. Особистісні предиктори зміни Я-концепції жінок .....</b>	<b>106</b>
<b>3.3. Психологічний тренінг особистісного зростання .....</b>	<b>143</b>
<b>3.4. Оцінка ефективності програми особистісного зростання.....</b>	<b>152</b>
<b>Висновки до третього розділу .....</b>	<b>154</b>

<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>157</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....</b>	<b>160</b>
<b>ДОДАТКИ .....</b>	<b>175</b>

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження.** Стрімкий розвиток вітчизняного соціуму супроводжується суттєвими перетвореннями в різних сферах життя. Особливої актуальності набувають питання гнучкості, адаптації, конкурентоспроможності, самореалізації, повноцінного психологічного функціонування особистості в суспільстві, яке перманентно змінюється. Долаючи стереотипи про те, що жінки мають займатися виключно веденням домашнього господарства та материнством, жінки вскі більше посідають керівні позиції в організаціях та досягають значних успіхів у власному розвитку. Разом із тим, поширеною проблемою є те, що після важливих подій у житті, наприклад, після народження дитини (декретної відпустки та ін.), перенесення серйозної хвороби, жінки відчують труднощі з реалізацією себе, свого особистісного потенціалу. До того ж, у більшості випадків вони самотійно не можуть виокремити причини, які викликають їхню стагнацію. Пропрацювання проблеми зі спеціалістом часто приводить до висновку, що жінка не має цілісного уявлення про себе, свої сильні сторони, бажання, недоліки – не розуміється на власній Я-концепції.

Дослідження явища Я-концепції особистості має давню історію, адже наукове пізнання природи людського Я завжди цікавило представників гуманітарних, соціальних та поведінкових наук. Зміст психологічних досліджень Я-концепції особистості полягає у вивченні структури, динаміки та загальних закономірностей функціонування, чинників Я-концепції особистості.

Передумовами до розробки положень Я-концепції стали: психоаналітична теорія особистості (З. Фройд), соціально-психологічна теорія особистості (К. Юнг), епігенетична теорія розвитку особистості, а саме соціокультурна обумовленість психіки людини (Е. Еріксон). На основі психоаналітичного підходу до вивчення особистості була розроблена перша теорія Я-концепції, згідно з якою глобальне Я розглядається як емпіричний об'єкт та суб'єкт, що пізнає (В. Джеймс).

Подальша розробка проблеми Я-концепції особистості здійснена в працях представників гуманістичного напрямку психології, які розглядали цілісне людське Я, що прагне до самоактуалізації, як основний фактор поведінки (А. Маслоу, К. Роджерс). У гуманістичній традиції трактування поняття Я-концепції набуло розробки в частині виокремлення її структурних компонентів. Залежно від методологічно обґрунтованих критеріїв, змістовні компоненти Я-концепції особистості фіксують специфічність її дослідження, зокрема йдеться про: а) Я-об'єкт, Я-суб'єкт, Я-образ, самооцінка (Р. Бернс); б) статеву ідентичність, етнічну ідентичність, ідентичність членства, політичну ідентичність, професійну ідентичність (Ч. Гордон); в) Я-образ, Я-ставлення, Я-вчинок, Я-духовне (О. Гуменюк); г) справжнє Я, динамічне Я, фантастичне Я, ідеальне Я, уявне Я (А. Налчаджян); д) реальне Я, бажане Я, фантастичне Я, уявне Я, ідеальне Я (А. Петровський); е) теперішнє Я, динамічне Я, фантастичне Я, майбутнє Я, ідеалізоване Я, фальшиве Я (М. Розенберг) тощо.

Структурні компоненти дозволили окреслити особливості формування Я-концепції особистості, зокрема: вікові, соціально-вікові, соціальні. Серед вікових особливостей насамперед зазначають: а) стадіальне формування Я-концепції залежно від віку та життєвого досвіду (Г. Олпорт); б) еволюцію неусвідомлюваних дитячих установок в інтеграцію цілісного образу Я до загальної системи ціннісних орієнтацій (І. Кон); в) стабілізацію Я-концепції із дорослішанням особистості (П. Масек).

До соціально-вікових особливостей відносять провідне значення: а) дзеркального відображення в процесі формування Я-концепції (О. Гуменюк, А. Агаркова, М. Мід); б) соціалізації в становленні та формуванні Я-концепції особистості в дитячому віці (О. Киричук, Т. Берндт, Л. Бурджі, Т. Палачева); в) референтних груп у формуванні Я-концепції особистості в підлітковому віці (В. Конечна, С. Хартер, З. Матейчек).

Серед соціальних особливостей формування Я-концепції особистості переважно підкреслюють значущість: а) соціального порівняння в

формуванні Я-концепції особистості (О. Кочарян, М. Савіна, В. Слюсар, М. Антонович); б) нормативної й порівняльної функцій соціального порівняння при формуванні Я-концепції особистості (Л. Фестінгер); в) самооцінки, саморозвитку та самозвеличення у формуванні Я-концепції (Дж. Вуд); г) самопрезентації та самоверифікації у формуванні Я-концепції особистості (О. Гуменюк, О. Шумейко); д) самоатрибуції в формуванні Я-концепції (А. Агаркова, Р. Каламаж).

Особливості формування Я-концепції особистості дозволили виокремити предиктори зміни Я-концепції, зокрема, зовнішні та внутрішні. Серед зовнішніх предикторів зазначають: а) сім'ю, родинну атмосферу, заклад вищої освіти, трудовий колектив (О. Гуменюк); б) сімейні стосунки (Ю. Байдала, К. Марчук); в) психотравмуючі події (О. Ткачишина). Серед внутрішніх предикторів зазначають: а) особистісні риси і ставлення до навколишнього світу (Н. Тимофєєва); б) досвід, самоочікування, самопорівняння, самоприйняття, переживання внутрішніх станів, оцінку результатів власної діяльності (О. Гуменюк); в) усвідомлення власних прагнень, здатність до самоаналізу, адекватну самооцінку, впевненість у собі, соціально-психологічну адаптацію (С. Білозерська, С. Мащак); г) відкритість новому досвіду (К. Мазур); д) рівень комфорту особистості, суб'єктивне благополуччя (О. Романенко); е) високий рівень тривожності (Л. Шевченко); є) прагнення до саморозвитку і самоприйняття (С. Ставицька); ж) сексуальну привабливість (В. Гупаловська, С. Устянич); з) психотравмуючі події (О. Ткачишина).

Предиктори зумовлюють дихотомічну природу Я-концепції, тобто її позитивну / негативну спрямованість. Відповідно, ця спрямованість пов'язана з: формуванням перших уявлень про себе (Б. Брекен); відчуттям сенсу життя (М. Біглер); психічним здоров'ям (Г. Сузчек); особистісними рисами: доброзичливістю та сумлінністю (Л. Кембпел), невротизмом (І. Токунада, Т. Хорючі); формуванням глобальної самооцінки (Р. Баумайстер, Дж. Крюгер, К. Вос); чіткістю Я-концепції (Дж. Незлек,

Р. Плеско); мисленням та поведінкою (П. Шавер, М. Мікулінсер); рівнем тривоги (Т. Накао, К. Като); суб'єктивним благополуччям (О. Романенко); суб'єктивною оцінкою особистісної реалізованості (А. Вотерман, Л. Рончетті, С. Поленен, Л. Войтілейнен, О. Канкуртаран Онтас, М. Текіндал); психологічними захистами (Л. Корват, Л. Борисенко).

Позитивна/негативна спрямованість зумовлена: особливостями виховання у ранньому дитячому та дошкільному віці (Б. Брекен); позитивними чи негативними уявленнями про власне тіло (Г. Воллер, Х. Кордехі, Е. Косторфін); особливостями взаємодії із соціальним оточенням (О. Гуменюк, Ю. Байдала, К. Марчук, О. Ткачишина) тощо.

Результатом дії дихотомічної природи Я-концепції вважають: довгострокове психічне здоров'я та загальне благополуччя особистості (Б. Брекен); повноцінне функціонування особистості в соціумі (К. Роджерс, Р. Бернс); реалізацію особистісного потенціалу (А. Вотерман, Л. Рончетті); травматичну регресію (О. Когут); активну роботу психологічних захистів (Л. Корват, Л. Борисенко); відсутність бажання розвиватися та реалізовувати особистісний потенціал (Ф. Пажарес, Д. Шмук, В. Юрченко, Р. Бергнер, Дж. Холмс).

Я-концепцію вважають суттєвим явищем у житті особистості і визначають як загальне уявлення особистості про те, ким вона є – фізично, емоційно, соціально тощо. Особистість формує та регулює свою Я-концепцію протягом усього свого життя на основі отриманого попереднього досвіду та знань про себе. Своєю чергою, Я-концепція є рушійною силою в ситуаціях життєвих виборів та, загалом, у поведінці особистості.

Незважаючи на досить досліджений стан явища Я-концепції в психології, існуючі наукові здобутки лише частково (базово) стосуються Я-концепції особистості жінки. Зокрема, відсутні напрацювання про особливості зміни Я-концепції та предиктори зміни Я-концепції жінки, потреба у вивченні яких базується на практичних психологічних запитах. Відповідно, актуальний стан наукової розробки та соціальна значущість

проблеми зумовили вибір теми дисертаційного дослідження: «Особистісні предиктори зміни Я-концепції жінок».

**Теоретико-методологічну основу дослідження становлять** положення теорій щодо: Я-концепції особистості (Р. Бернс), тенденцій самоактуалізації (К. Роджерс, А. Маслоу), епігенетичної моделі розвитку особистості (Е. Еріксон), самопізнання (А. Налчаджян), принципів дзеркального відображення (О. Гуменюк, А. Агаркова) й соціального порівняння при формування Я-концепції особистості (О. Кочарян, М. Савіна, В. Слюсар, М. Антонович, А. Чернега), стадіального розвитку Я-концепції особистості (Г. Олпорт).

**Зв'язок роботи із науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційна робота виконана у межах наукових розробок, що проводяться на факультеті психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка за темою: «Психологічне благополуччя особистості у крос-культурному вимірі» (№21КФ016 -01).

Тему дисертації затверджено на засіданні Вченої ради факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка (протокол № № 5 від 21 листопада 2019 р.) уточнена та перезатверджена (протокол № 11 від 23 березня 2023 р.).

**Мета дослідження** полягає у з'ясуванні змісту, структури особистісних чинників та видів зміни Я-концепції жінок.

Відповідно до мети дослідження сформульовано такі **завдання**:

1. У результаті теоретико-методологічного аналізу з'ясувати основні підходи до трактування явища Я-концепції в психології та визначити індикатори й чинники зміни Я-концепції особистості.
2. Здійснити емпіричну верифікацію індикаторів зміни Я-концепції жінок.
3. Емпірично визначити зміст і структуру особистісних чинників конструктивної та деструктивної зміни Я-концепції жінок.

4. Розробити тренінгову програму особистісного зростання жінок з метою конструктивного супроводу процесу та результату впливу особистісних чинників щодо наявних видів змін їхньої Я-концепції особистості

**Об'єктом** дослідження є явище Я-концепції особистості.

**Предметом** дослідження є особистісні чинники зміни Я-концепції жінок.

Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань застосовано такі **методи дослідження**: а) *теоретичні* – аналіз, синтез, моделювання для окреслення трактування Я-концепції особистості в психології та визначення її структурно-функціональних особливостей; б) *емпіричні* – анкетування, зокрема із використанням таких психодіагностичних методик: Шкала толерантності до невизначеності Баднера (Intolerance of Ambiguity Scale / IAS) (С. Баднер) – для діагностики рівня толерантності до невизначеності; Багатофакторний особистісний опитувальник Кеттелла / 16PF (Р. Кеттелл) – для дослідження особистісних характеристик; Самоактуалізаційний тест САМОАЛ (Е. Шостром) – для дослідження рівня та особливостей самоактуалізації особистості; Я-структурний тест Аммона (Г. Аммон) – для визначення центральних структур Я; Проективна методика «Ідеальна Я» – для дослідження бажаних якісних і кількісних змін; Проективна методика «Куб у пустелі» – для з'ясування взаємозв'язку між образами у свідомості та внутрішнім світом людини; в) *математично-статистичної обробки даних* – кількісного опису даних та статистичного виводу (t-критерій Стьюдента для залежних і незалежних вибірок, кореляційний, однофакторний, двофакторний та багатофакторний дисперсійні аналізи; d та f Коена, Омега квадрат, часткова Ета для визначення сили ефекту; Хі-квадрат – для визначення міри сполученості змінних; альфа Кронбаха для визначення внутрішньої узгоженості), методи багатомірної математичної статистики (експлораторний факторний, множинний регресійний аналізи, бінарна логістична та поліноміальна логістична регресії) – для встановлення

особистісних чинників зміни Я-концепції жінок. Статистичний аналіз здійснено за допомогою спеціалізованого пакету для психологічних досліджень SPSS (версія 23.0), Jamovi (версія 2022.07.1) та R (версія 2.3.18).

**Наукова новизна** роботи полягає у тому, що:

Вперше:

- представлено прогностичну модель конструктивної зміни Я-концепції з урахуванням особистісних предикторів, а саме: а) особистісні характеристики (домінантність, довірливість, експресивність, емоційна стабільність, прямолінійність, розслабленість, сміливість, спокій), б) ставлення до себе та до змін (прагнення до творчості, гнучкість у спілкуванні, толерантність до невизначеності, цінності, автономність), в) центральні структури Я (конструктивна сексуальність, конструктивна агресія, конструктивне зовнішнє відмежування Я, конструктивна тривога, конструктивний нарцисизм), г) загальні чинники (освітньо-кваліфікаційні – задоволеність роботою за спеціальністю).
- з'ясовано особистісні предиктори конструктивної та деструктивної зміни Я-концепції особистості жінок. Предикторами конструктивної зміни є: автономність, гнучкість у спілкуванні, довірливість, домінантність, експресивність, емоційна стабільність, конструктивна агресія, конструктивна сексуальність, конструктивна тривога, конструктивне зовнішнє відмежування Я, конструктивний нарцисизм, прагнення до творчості, прямолінійність, розслабленість, сміливість, спокій, толерантність до невизначеності, цінності. Предикторами деструктивної зміни Я-концепції особистості є: автономність, дезорієнтація в часі, деструктивна тривога, деструктивний нарцисизм, дефіцитарна агресія, дефіцитарне зовнішнє відмежування Я, дефіцитарний нарцисизм, емоційна стабільність, інтолерантність до невизначеності, конструктивне внутрішнє відмежування Я, конструктивне зовнішнє

відмежування Я, конструктивний нарцисизм, контактність, практичність, прямолінійність, радикалізм, сміливість, товарииськість, тривожність, цінності;

- розроблено програму тренінгу особистісного зростання згідно з прогностичною моделлю, яка дозволяє актуалізувати, ампліфікувати зміни Я-концепції особистості у конструктивному спрямуванні;

*уточнено:*

- зміст та структуру Я-концепції, в якій основними компонентами є: когнітивний (сукупність уявлень особистості про саму себе), емоційно-оціночний (ставлення особистості до цих уявлень), поведінковий (поведінка особистості на основі її уявлень про себе та оцінки цих уявлень);

індикатори структурних компонентів Я-концепції, а саме: бажання змінюватися (когнітивний компонент), аутосимпатія та саморозуміння (емоційно-оціночний компонент), спонтанність та погляди на природу людини (поведінковий компонент);

верифіковано індикатори зміни Я-концепції: суб'єктивний стан особистісної реалізації (суб'єктивно реалізована/нереалізована) є індикатором конструктивних і деструктивних змін Я-концепції жінки (особистість, що пройшла/проходить конструктивну зміну, свідчить про суб'єктивну реалізованість; особистість, що пройшла/проходить деструктивну зміну, свідчить про суб'єктивну нереалізованість).

**Структура й обсяг дисертації.** Дисертаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Список використаних джерел містить 180 найменувань, з них 129 англійською мовою. Загальний обсяг дисертації становить 295 сторінок. Робота містить 51 таблицю, 11 рисунків та 2 додатки.

## РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В ПСИХОЛОГІЇ

### 1.1. Теоретико-методологічні підходи до трактування явища Я- концепції особистості в психології

#### 1.1.1. Поняття про Я-концепцію особистості

Поняття Я-концепції особистості представляє науковий інтерес для філософів, соціологів, педагогів та психологів. Ця зацікавленість пояснюється її суттєвим впливом на перебіг усього життя особистості, зумовлюючи усі життєві вибори людини. Передумовами виникнення поняття «Я-концепція особистості» є погляди представників психоаналітичного напрямку психології на особистість та її структуру. Згідно з З. Фройдом (Sigmund Freud), особистість складають три компоненти: «Ід», «Его», «Супер-Его» (Freud, 2019). «Ід» є сховищем для несвідомих потягів та імпульсів психічної енергії, які функціонують за принципом задоволення. «Его» є свідомою основою особистості, яка відповідає за прийняття рішень та реалізації потреб у соціально прийнятному контексті. Відповідно, керуючись компонентом «Его», особистість відтворює баланс між ірраціональними прагненнями, соціальним контекстом та вимогами соціуму. «Супер-Его» є втіленням моральних заборон та суспільних норм (Freud, 2019). О. Гуменюк зазначає, що з постійної взаємодії «Его», «Супер-Его» та «Его-ідеалу» виникає «складність змістовно-динамічного положення Я, яке витримує постійний тиск із боку соціуму, і з боку власних ірраціональних потягів» (Гуменюк, 2004, с. 7). Таким чином, згідно з психоаналітичною теорією З. Фрейда, основу Я-концепції особистості становить взаємодія спонукальних та стримувальних сил, що представлені осередками несвідомих ірраціональних потягів («Ід») та суспільних норм («Супер-Его»).

К. Юнг (Carl Gustav Jung), будучи учнем та послідовником З. Фрейда, вважав, що індивідуального несвідомого недостатньо для пояснення природи й функціонування особистості. Тому, у розробленій ним теорії структури особистості він вводить поняття колективного несвідомого, яке представлене

архетипами (спільні схеми поведінки), що є результатом спільного минулого (Jung, 2014). Використовуючи поняття колективного несвідомого, він підкреслював соціальну природу особистості та постійну взаємодію між нею та соціальним оточенням. Це означає, що людське Я (Я-концепція) та його особливості формуються в процесі неперервної взаємодії особистості з її соціальним оточенням.

Е. Еріксон розглядав проблематику Я-концепції через призму его-ідентичності, яку він трактував як продукт культури, що виникає на біологічній основі. Ядром концепції Е. Еріксона є розвиток особистості, який, на відміну від теорії З. Фрейда, передбачає неперервний процес розвитку особистості протягом усього життя. Стадії розвитку є унікальними для усього людства та базуються на біологічних, психологічних та соціальних компонентах. Теорія розвитку Е. Еріксона має назву епігенетичної та ґрунтується на детерміністичній теорії, адже усі стадії розвитку людини виходять одна з одної. Розвиток особистості за Е. Еріксоном базується на двох основних постулатах: вона розвивається поступово, відповідно до власної готовності підтримувати взаємодію та спілкування із соціальним колом; своєю чергою, соціум зацікавлений в тому, щоб надати особистості широкий діапазон можливостей для взаємодії (Erikson, 1950). Тобто, незважаючи на роль біологічних та психологічних компонентів, дослідник наголошує на переважній ролі соціального компоненту у розвитку людини та, відповідно, у формуванні її Я-концепції. Окремого значення Е. Еріксон надає ролі кризи, вирішення якої дозволяє перейти людині на наступну стадію розвитку (Erikson, 1950). Для Я-концепції криза є важливим явищем, за результатами якого особистість здобуває нові уявлення про себе та свої можливості, а також переглядає та корегує вже існуючі.

Вперше ідею про «Я-концепцію» описав В. Джеймс (William James). Досліджуючи людське Я (Self), він запропонував розглядати його дві сторони – суб'єктну та об'єктну. Суб'єктна частина («I») – це частина Я, яка

усвідомлює. Об'єктна частина («Me») – це та частина, яку усвідомлюють (James, 2007). Відповідно, «Я» згідно з В. Джеймсом, – це сукупність усього, що особистість може назвати своїм: фізичне тіло, біологічні потреби, соціальна роль, дім, сім'я, друзі, релігійні, політичні, філософські та моральні установки тощо.

Загальноприйняте поняття Я-концепції виникло у 1950-х роках, у руслі гуманістичної психології. Її основоположниками є А. Маслоу (Abraham Maslow) та К. Роджерс (Carl Rogers). Згідно з гуманістами, Я-концепція особистості трактується як сукупність уявлень людини про саму себе. Р. Бернс стверджував, що Я-концепція особистості – це явище, що містить уявлення людини про саму себе та її власну оцінку стосовно цих уявлень. Іншими словами, Я-концепція – це явище, що містить у собі образ Я та самооцінку. Виокремлення таких складових дає змогу розглядати Я-концепцію особистості як сукупність установок направлених на саму себе. Близьким до цього є визначення Я-концепції, подане в «Сучасному тлумачному психологічному словнику». Згідно з ним, Я-концепція (Self-concept) – це «загальний паттерн або конфігурація самосприйняття: концепція людини про те, якою вона є» (Шапар, 2007, с. 609). Отже, Я-концепція розглядається як власні уявлення особистості про саму себе, сформовані на основі її постійної взаємодії з соціальним оточенням, а також оцінку цих уявлень.

Поняття Я-концепції є ключовим у науковому доробку психолога та психотерапевта К. Роджерса. Її теорія особистості базується на тому, що об'єктивна дійсність не є загальною, тобто кожна особистість сприймає та інтерпретує реальність згідно з власним досвідом та уявленнями про неї. Тому, накопичений досвід є унікальним та найкраще розуміється саме цією особистістю (Rogers, 1995). Я-концепція за К. Роджерсом містить такі компоненти: «Я» як процес, поле досвіду, «Я» ідеальне, тенденція до самоактуалізації, емпатичне розуміння, несправжнє «Я», повноцінно функціонуюча особистість (Rogers, 1995):

- «Я» як процес трактується як постійні динамічні трансформації людського Я. К. Роджерс наголошував на рухливості та мінливості Я. Базуючись на цьому він визначає Я-концепцію особистості як сприйняття й розуміння людиною самої себе, що спирається на досвід минулого, події теперішнього і плани на майбутнє (Rogers, 1995, p. 122).
- Поле досвіду містить інформацією про все, що відбувається у житті людини. Поле досвіду є реальним світом людини, незалежно від того, як його сприймають оточуючі (Rogers, 1995, p. 50).
- «Я» ідеальне трактується К. Роджерсом як мисленнєвий образ Я, якому людина прагне відповідати (Rogers, 1995, p. 236).
- Тенденція до самоактуалізації є головною відмінністю теорії К. Роджерса. Тенденція до самоактуалізації є вродженою та властивою будь-якій людині. Вона трактується як прагнення особистості до самостійності, самовираження, розвитку та актуалізації всіх її ресурсів та можливостей. За К. Роджерсом, самоактуалізація особистості є основною метою людини, тому має велике значення для Я-концепції (Rogers, 1995, p. 35).
- Емпатичне розуміння проявляється через здатність доброзичливо розуміти почуття та думки інших людей, без зайвого об'єктивного коригування. Згідно з К. Роджерсом, ця здатність є важливим елементом динаміки Я-концепції особистості, адже допомагає долати внутрішні бар'єри особистості та стимулює її зростання (Rogers, 1995, p. 62).
- Несправжнє «Я» трактується як результат схильності особистості будувати «хорошу» Я-концепцію, прийнятну для оточуючих, без урахування особистісних властивостей і характеристик, або ж перебільшуючи власні можливості (Rogers, 1995, p. 109).
- Повноцінно функціонуюча особистість – це людина, яка повною мірою усвідомлює своє реальне Я. Така людина живе в реальному

світі, позитивно ставиться до будь-яких змін, безоціночно сприймає власні реакції на життєві події чи людей тощо (Rogers, 1995, p. 183).

М. Розенберг у контексті розгляду Я-концепції особистості як сукупності думок та почуттів щодо самої себе пропонує виокремлювати сім основних аспектів: компоненти, структура, виміри, фокус уваги, області, площі, мотиви. Окрім того, М. Розенбергу належить найбільш диференційована структура Я-концепції, у складі якої є «теперішнє Я», «динамічне Я», «фантастичне Я», «майбутнє Я», «ідеалізоване Я», «фальшиве або вдавane Я» (Rosenberg, 1989).

Компоненти трактуються як частини або елементи, що разом формують Я-концепцію особистості. Вони, як правило, представлені іменниками та прикметниками: чоловік, батько, студент, порядний, чуттєвий, злий тощо. У цьому випадку, формувати загальну компактну класифікацію може бути проблематично, адже кількість іменників та прикметників у мовах налічує не одну тисячу одиниць. Ч. Гордоном (С. Gordon) була здійснена спроба класифікувати компоненти Я-концепції особистості шляхом систематизації відповідей респондентів на опитувальник «Хто Я?». Він сформував 30 категорій, які містили 5000 одиниць (Gordon, 1968). Пізніше він звузив цю класифікацію до 5 елементів і назвав їх ідентичностями. Ідентичність, згідно з Ч. Гордоном, – це стійкий образ Я, усвідомлення уявлень про себе. Базуючись на такому трактуванні ідентичності, можна стверджувати, що Я-концепція – це сукупність ідентичностей особистості. До компонентів Я-концепції належать такі ідентичності: статеві ідентичність (особистість – розкута, скромна, відверта, спокуслива, хтиві тощо), етнічна ідентичність (особистість – американка, протестантка, християнка, англomовна тощо), ідентичність членства (особистість – студентка, лікарка, аніматор тощо), політична ідентичність (особистість – ліберал, консерватор, радикал), професійна ідентичність (особистість – вчитель, інженер, банкір тощо). Ця спроба стала відображенням множинності елементів Я-концепції особистості.

Структура відбиває взаємозв'язки між компонентами Я-концепції особистості та особливості їхньої взаємодії. Не всі компоненти є рівнозначними, тому для формування структури необхідно визначити спосіб в який вони упорядковуються. Одні компоненти виконують функцію основоположних, інші – другорядних або периферійних. Однак, тут існує певна суперечність, адже для кожної окремої особистості той чи інший компонент матиме різну за ступенем значущість. Наприклад, для особистості, яка орієнтована на побудову кар'єри «професійне Я» буде відігравати головну роль. Або, згідно з Ч. Гордоном, для особистості провідну роль відіграє статева або гендерна ідентичність, тому «Я», що пов'язане із сексуальним життям особистості, є основоположним (Gordon, 1968). Тому, необхідно з'ясувати, наскільки обраний компонент важливий для конкретної особистості. Послідовність різних компонентів у структурі Я-концепції особистості може варіювати залежно від ситуації, у якій вона перебуває. Така властивість Я-концепції обумовлюється не тільки модальністю уявлень людини про себе, а й мірою їхньої усвідомленості.

Виміри трактуються як певні абстрактні якості, що характеризують окремі компоненти Я-концепції. До вимірів можна віднести самооцінку, стабільність, самовпевненість та самокрystalізованість Я-концепції (Yanchuk, 1999). Наприклад, розглядаючи таку особистісну характеристику як активність, її можна проінтерпретувати в контексті цих чотирьох вимірів. По-перше, наскільки особистість сама себе оцінює за цією характеристикою (активна вона чи ні). По-друге, ця характеристика є стабільною чи динамічною, і на скільки. По-третє, наскільки особистість впевнена у цій характеристиці. По-четверте, наскільки чітко вона структурує уявлення про власну активність та її прояви у своєму житті (Пушкар, 2011; Rosenberg, 1989). Відповідно, розуміння Я-концепції, яке дослідник може отримати за цими вимірами, дозволяє зробити висновок про те, наскільки позитивною, стабільною / динамічною та чіткою (усвідомленою особистістю) вона є.

Фокус уваги відображає сферу централізованості Я-концепції для конкретної особистості: чи є вона зосередженою на собі або на навколишньому середовищі, чи переймається вона собою тощо (Винокурова, 2019; Галян, 2011). Здебільшого, фокуси уваги пов'язані з такими категоріями як «само-фокусування», «само-обізнаність». Тобто особистість, що має сформовану позитивну Я-концепцію, знає, розуміє та усвідомлює свої риси та характеристики, а також має баланс у зосередженості на собі та на навколишньому середовищі.

Області Я-концепції представлені сферами, до яких відносять тілесне і соціальне, внутрішнє та зовнішнє, свідоме та несвідоме, автентичне та неавтентичне тощо (Rosenberg, 1989; Янчук, 2005). Тілесне пов'язане з уявленнями особистості про своє фізичне тіло (Я-гарна, Я-струнка, Я-висока). Соціальна область представлена уявленнями, що пов'язані з діяльністю особистості в контексті її соціального життя (Я-активістка, Я-лідер, Я-аутсайдер). Внутрішня область містить уявлення особистості, які стосуються її внутрішнього світу, її психологічних характеристик (Я-непевнена, Я-мрійлива). Зовнішня область представлена уявленнями особистості про фізичне тіло та загальну активність (Я-спортсмен, Я-студент). Автентична область поєднує загальні уявлення особистості про себе, які вона усвідомлює і приймає. Ці уявлення не обов'язково мають позитивний характер. Наприклад, особистість може усвідомлювати, що вона є лінивою або неохайною. Натомість, неавтентична область представлена уявленнями особистості, які не є характерними для неї, але які вона «відіграє» для її позитивного сприйняття оточуючими людьми.

Площі Я-концепції відображають рівні її осмисленості. Тобто, люди схильні позиціонувати себе такими, якими вони є насправді; фантазувати, якими вони могли би бути в ідеалі, в очах оточуючих тощо. Відповідно до цього, Я-концепція включає в себе площі реального, ймовірного, фантастичного, морального і т. д. Площі змінюють одна одну залежно від обставин, в яких на цей конкретний момент перебуває особистість.

Наприклад, особистість має уявлення про те, якою вона є на цей момент, якою вона може бути, якою вона хоче стати тощо. Площі можуть взаємодіяти одна з одною та, навіть, суперечити одна одній. Найпоширенішим таким супереченням є конфлікт між Я-реальним та Я-ідеальним, тобто, уявленнями про те, якою людина є насправді, і про те, якою вона хоче бути.

Мотиви, які спонукають людину діяти в інтересах Я-концепції, характеризуються значною чисельністю та різноманітністю (Maslow, 1958; Кон, 1984). У деяких дослідженнях Я-концепції особистості зазначено, що провідними мотивами є мотиви самоповаги, самовідповідності, самоактуалізації. В контексту гуманістичної традиції активно наголошується на тому, що важливою характеристикою Я-концепції особистості є прагнення до самоактуалізації – реалізації особистісного потенціалу.

Таким чином, Я-концепція особистості визначається як сукупність її уявлень про саму себе, оцінку цих уявлень – сукупність установок щодо самої себе, які особистість отримує, усвідомлює та накопичує в процесі соціальної взаємодії. Я-концепція містить три основні компоненти: когнітивний (сукупність Я), емоційно-оціночний (оцінка сукупності Я або самооцінка), поведінковий (паттерни поведінки особистості на основі оціночного ставлення до власних Я). Залежно від аспекту розгляду Я-концепції (компоненти, структура, виміри, фокус уваги, області, площі, мотиви) виокремлюють інші компоненти («Я»), які є більш ситуативними та за необхідності можуть розглядатися як частини когнітивного компоненту Я-концепції (Я-реальне, Я-духовне, Я-фальшиве тощо).

### **1.1.2. Формування Я-концепції особистості**

Процес формування Я-концепції, який полягає у накопиченні та аналізі нових знань про себе та їх інтеграції у цілісний образ, є тривалим та може бути розглянутий на основі базових принципів. Узагальнюючи погляди на особливості процесу формування Я-концепції особистості В. Янчук

виокремлює шість основних принципів: дзеркальне відображення, соціальне порівняння, самопрезентація та самоверифікація, самоатрибуція, ієрархізація, смислова інтеграція (Yanchuk, 1999).

Дзеркальне відображення розглядається в працях О. Гуменюк (Гуменюк, 2004), А. Агаркової (Агаркова, 2017), М. Мід (Mead, M., & Métraux, 2000) та ін. Згідно з дослідниками, Я-концепція формується завдяки взаємодії особистості з соціальним середовищем. А. Агаркова, вивчаючи соціальне Я як складову Я-концепції, зазначає, що воно (соціальне Я) представлене як система соціальних ролей, які виконують адаптивну функцію в процесі соціальної взаємодії та формуються через вплив оцінок значущих інших. М. Мід, розглядала процес формування уявлення про себе як інтерналізацію тверджень та оцінок значущих інших. Одразу після появи на світ людина не володіє жодною системою критеріїв самооцінки. Вона засвоює ці оцінки від інших людей та формує на цій основі власну систему критеріїв та уявлень (Mead, M., & Métraux, 2000). О. Гуменюк зазначає, що в процесі формування Я-концепції особистість переживає інтеріоризацію соціальних реакцій, тобто схильна оцінювати себе так, як оцінюють її оточуючі (Гуменюк, 2004).

У дослідженнях з цього питання показана залежність Я-концепції від стосунків із першими вихователями, однолітками та іншими значущими людьми. Цей вплив з боку значущих інших зростає по відношенню до тих компонентів Я-концепції, для яких немає достатніх підстав для власних висновків. Особливо цей вплив зростає при однотайності думок людей, які є значущими для людини. М. Розенберг зазначав, що чутливість до оцінок інших людей може привести до високої мінливості уявлень про себе. Цю мінливість М. Розенберг назвав «барометричною Я-концепцією», яка змінюється ситуативно, залежно від реальних чи уявних оцінок інших людей (Rosenberg, 1989). Залежність від значущих інших або від схвалення іншими багато в чому визначає проблемне поле людини. При цьому, реагування на реальні події може негативно проявитися при зміні соціального оточення:

потрапляючи в нове середовище, особистість з тих чи інших причин може з обережністю чекати на оцінку оточуючих. Ці очікування можуть привести до неадекватної інтерпретації нейтральних реакцій з боку оточуючих. Рефлексивне схвалення може привести до особистісного зростання та самоактуалізації особистості, несхвалення – до її руйнування (Rosenberg, 1989).

Соціальне порівняння в контексті вивчення формування Я-концепції є предметом наукового інтересу О. Кочаряна, М. Савіної, В. Слюсар, М. Антонович (Кочарян, Савіна, Слюсар & Антонович, 2018), І. Попович (Попович, 2017) і т. д. Відповідно, соціальне порівняння є основою для формування Я-концепції особистості. О. Кочарян із колегами досліджував Я-концепцію наркозалежної особистості. Вони стверджують, що Я-концепція наркозалежної особистості має розмиті межі, внаслідок чого вона не здатна орієнтуватися на власні уявлення та почуття і керується думкою оточуючих. Її Я-концепція базується на намаганні бути позитивними для соціуму та намаганні допомогти іншим за свій рахунок (Кочарян, Савіна, Слюсар & Антонович, 2018). Таким чином, використовуючи соціальне порівняння, особистість робить висновок про те, що вона є гіршою за інших та намагається в будь-який спосіб продемонструвати соціально бажані форми поведінки. І. Попович наголошує, що оцінні ставлення до себе на основі соціального порівняння є ціннісно-смысловим орієнтиром очікувань особистості (Попович, 2017). Тобто, особистість порівнює себе виключно зі значущими для себе людьми. Із накопиченням життєвого досвіду, в процесі формування власної системи критеріїв самооцінки, особистість починає порівнювати себе з іншими людьми. Цей процес, що надалі отримав назву соціального порівняння, вперше став об'єктом психологічного аналізу в поглядах В. Джеймса (James, 2007) та Л. Фестінгера (Festinger, 1954). За Л. Фестінгером, порівнюючи себе з іншими, особистість отримує можливість оцінити власні здібності, привабливість, риси та погляди. Він виокремлює дві функції соціального порівняння: нормативну та порівняльну. Нормативна

функція полягає в освоєнні та засвоєнні норм, цінностей та атитюдів, які можуть бути інтерналізованими та стати регуляторами поведінки особистості. Порівняльна функція надає особистості інформацію про властиві їй здібності та поведінку. В результаті, особистість набуває звички порівнювати себе із іншими людьми. Роль принципу соціального порівняння в формуванні Я-концепції особистості відображена в поглядах Дж. Вуда (Wood, 1989). Згідно з його постулатами, соціальне порівняння виконує три основні функції: самооцінку, саморозвиток та самозвеличення. У випадку самооцінки, особистість порівнює себе з іншими для діагностики та диференціації інформації про власні здібності (Cramer, Song & Drent, 2016). Узагальнення цієї інформації створює поле для саморозвитку особистості та передумови для самозвеличення. Тобто, соціальне порівняння надає особистості інформацію як про переваги та недоліки, так і про її унікальність.

Самопрезентація та самоверифікація висвітлена в працях О. Гуменюк (Фурман, 2004), О. Шумейко (Шумейко, 2019) та ін. Вони наголошують на тому, що в контексті розгляду Я-концепції особистості, слід звернути увагу на процеси самопрезентації та самоверифікації. Тобто, формуючи певний образ свого Я, особистість здійснює перевірку точності цього образу та, в цілому, адекватності своїх уявлень про себе. Досягнути цього можливо виключно за умови співставлення власних оцінок із оцінками інших людей. Іншими словами, формуючи уявлення про певний аспект власного Я, особистість моделює його у своїй уяві, презентує оточуючим та прогнозує можливі реакції на цей образ з боку інших. Подальші дії особистості полягають у суб'єктивній констатації збігу чи його відсутності власних оцінок із оцінками інших. Згідно з автором теорії самоверифікації В. Сваном, люди мотивовані на підтримку адекватних уявлень про саму себе (Swann, 2011). У процесі самоверифікації особистість здійснює моніторинг адекватності оцінок, за необхідності вносить до них певні зміни.

Самоатрибуція. В процесі накопичення особистістю сукупності уявлень про себе, Я-концепція стабілізується та спонукає особистість

орієнтуватися на свою думку, на сталі оцінні шаблони (А. Агаркова (Агаркова, 2016), Р. Каламаж (Каламаж, 2016), О. Гуменюк (Гуменюк, 2000)). Згідно з принципом самоатрибуції, в процесі формування й накопичення уявлень про себе та інформації про детермінанти власних дій, особистість орієнтується на інформацію, яка отримана з трьох джерел: аналіз внутрішніх імпульсів, спостереження за власною поведінкою та аналіз обставин цієї поведінки.

Ієрархізація стосується оцінки значущості компонентів Я-концепції (О. Митцева (Митцева, 2018) та ін.). За М. Розенбергом, який запропонував принцип психологічної центральності, уявлення особистості про саму себе організовуються в своєрідну структуру (Rosenberg, 1989). До центральних елементів Я-концепції належать риси, властивості, соціальні ролі, які оцінюються як особистісно значущі – ті, які особистість вважає головними при описі самої себе.

Смислова інтеграція поєднує всі попередні принципи. Єдність компонентів та їхня смислова інтеграція у формуванні Я-концепції особистості розглядалася І. Коном, який стверджував, що смислова інтеграція підкреслює не тільки системність і цілісність Я-образу, а й його ціннісно-смысловий характер та нерозривний зв'язок когнітивного аспекту з мотиваційним (Кон, 1984). Перелік окреслених принципів не є вичерпним, не являє собою завершену систему та може бути розширеним, оскільки Я-концепція є складним явищем, що протребує різностороннього дослідження.

Я-концепція особистості є продуктом довготривалого процесу формування особистості від моменту народження. Г. Олпорт запропонував теорію стадіального формування Я-концепції (Allport, 1961). За Г. Олпортом, процес формування Я-концепції поділяється на вісім послідовних стадій:

- відчуття власного тіла: протягом першого року життя дитина починає усвідомлювати різноманітні відчуття, що надходять із різних частин тіла. Об'єднуючись у єдине ціле, ці відчуття утворюють тілесну

самість, результатом якої є здатність дитини відрізнити себе від інших об'єктів.

- Відчуття самоідентичності: усвідомлення дитиною самої себе у якості найбільш важливого суб'єкта. Відправною точкою виникнення відчуття цілісності та неперервності «Я» стає ім'я дитини. Вік 2-3 років характеризується появою розуміння того, що дитина залишається собою незалежно від обставин.
- Відчуття самоповаги: першопочатково проявляється у вигляді прояву поваги до самої себе після самостійної дії. У віці 4-5 років самоповага набуває змагального значення та часто формується на основі визнання однолітками. Окрім того, визнання стає важливим джерелом нових самооцінок людини протягом усього дитинства.
- Розширення кордонів самості: формується у 4-6 років, коли дитина починає усвідомлювати той факт, що їй належить не тільки її фізичне тіло, але й певні елементи оточуючого світу. Результатом проходження цієї стадії є осягнення значення слова «мій».
- Відчуття образу «Я»: охоплює віковий діапазон 5-6 років, як результат очікувань батьків, вчителів та інших людей. У цей період дитина починає розуміти різницю між «Я – хороший» та «Я – поганий».
- Раціональне керування собою: у період з 6 до 12 років дитина використовує абстрактну аргументацію та логіку для вирішення власних справ. При цьому, вона догматично вважає, що інші люди – учителі, батьки, однолітки – завжди праві, тому ця стадія характеризується підвищеним конформізмом, моральною та соціальною слухняністю.
- Цілісне відчуття «Я»: ця стадія відбувається у підлітковому віці та має на меті постановку перспективних цілей, наполегливість при пошуку шляхів для вирішення задач тощо. Однак, із завершенням

підліткового віку ця стадія не завершується, адже пошук ідентичності особистості може тривати протягом усього життя.

- Остання стадія формування Я-концепції пов'язана із здатністю особистості до самопізнання та самооцінки.

I. Кон розрізняє три основні рівні формування Я-концепції особистості. Перший рівень стосується несвідомих установок, що формуються у віці немовляти та проявляються через переживання. Другий рівень пояснюється через еволюцію дитячих самооцінок до утворення цілісного образу Я. Третій рівень передбачає входження створеного Я-образу в загальну систему ціннісних орієнтацій особистості та, відповідно, усіх сфер її життєдіяльності (Кон, 1984; Отич, 2014).

У процесі свого становлення та формування Я-концепція обумовлюється активною взаємодією особистості із соціальним середовищем. Ця особливість пов'язана із процесом соціалізації дитини – її входженням у соціальне життя (Киричук, 1992). У процесі соціалізації головну роль у формуванні Я-концепції дитини відіграє сім'я, у якій вона зростає (Berndt & Burgu, 1996). Незважаючи на те, що поступово у життя дитини входить міжособистісна взаємодія у школі та різних неформальних групах, сім'я продовжує відігравати найважливішу роль у підлітковому та юнацькому віці. В умовах нестабільності сімейного інституту, діти є найбільш вразливою соціальною групою. Це, у цілому, спричиняє негативний та, навіть, руйнівний вплив на Я-концепцію особистості. Дитина втрачає відчуття сенсу у тому, що відбувається, та, з метою зберегти власну цілісність, вдається до патологічних форм боротьби із соціально-стресовою реальністю: наркотики, алкоголь, суїцид (Палачева, 2010).

Протягом дошкільного віку уявлення дитини про себе істотно змінюються, адже вона починає більш чітко розуміти свої можливості, усвідомлювати ставлення оточуючих до себе, розуміти причини ставлення до себе. До початку шкільного періоду у дитини формуються форми самосвідомості: знання і оцінка дитиною своїх рис та можливостей.

Протягом цього періоду Я-концепція дитини найменш структурована та характеризується високою пластичністю (Sebastian, Burnett & Blakemore, 2008; Ybrandt, 2008; Bharathi & Sreedevi, 2016; Manning, 2007).

Приблизно у восьмирічному віці Я-концепція дитини є відносно стабільною. Натомість, зазнає активних змін з початку статевого дозрівання (Konečná, 2006). Коли дитина дорослішає, думка та оцінка однолітків стають більш важливими, ніж думка дорослих авторитетів (Harter, 1998; Matějček et al., 2006). У процесі дорослішання підлітки зазвичай позбуваються залежності від батьків та ідентифікуються із групою однолітків, яка стає носієм бажаних цінностей. Це пов'язано з трансформацією (зміною) Я-концепції. При цьому, вирішальними ознаками трансформації Я-концепції в підлітковому віці є розвиток саморефлексії та прогрес у пошуку самоідентичності (Vágnerová, 2012). Я-концепція поступово стає більш стабільною і впорядкованою (Masek, 2003).

Аналіз соціально-психологічної адаптації підлітків дає змогу стверджувати, що із віком відбувається її зростання та стабілізація Я-концепції особистості (Sponcil & Gitimu, 2013; Pesu, Viljaranta & Aunola, 2016). У процесі становлення Я-концепції підлітки усвідомлюють необхідність у прийнятті до уваги думок оточуючих та досвіду стосунків (Verschuere, Doumen & Buysse, 2012). Процес становлення Я-концепції у підлітків містить статеві та вікові закономірності формування уявлень та установок щодо мужності та жіночності, а також визначається закономірностями інтеріоризації статево-рольових стереотипів, які значною мірою проявляються у поведінці людей. Аналіз вербальної продукції підлітків дозволяє виокремити деякі особливості процесу становлення їхньої Я-концепції (за результатами самоопису): із дорослішанням самоопис підлітка стає більш продуманим, послідовним та має логічну структуру (Butler & Gasson, 2005). У процесі становлення Я-концепції підлітки виокремлюють хвилюючі їх пріоритети: власну особистість, відносини з

іншими, сім'ю, актуальні потреби, захоплення, інтереси тощо (Pinquart & Gerke, 2019).

Отже, не можна говорити про кінцеву точку формування Я-концепції, адже особистість може вдаватися до процесу самопізнання та самооцінки протягом усього життя, а також мати різні пріоритети залежно від життєвих етапів. Формування Я-концепції особистості полягає у накопиченні та аналізі нових знань про себе та їх інтеграції у цілісний образ. Основними принципами формування Я-концепції особистості є дзеркальне відображення та соціальне порівняння. Згідно з цими принципами Я-концепція особистості формується у процесі її входження до соціального середовища та активної взаємодії із ним. Формування Я-концепції починається в дитинстві, поступово розширюючись, кристалізуючись та набуваючи чіткої структури.

## **1.2. Зміст та структура Я-концепції особистості**

Розглядаючи структуру Я-концепції, необхідно дослідити її складові – компоненти. Компоненти Я-концепції представлені образами Я та полягають в уявленнях особистості про себе та ставленням особистості до цих уявлень. Р. Бернс (Robert Berns) спираючись на праці гуманістів У. Джеймса, Е. Еріксона та К. Роджерса, розглядав основні аспекти розвитку Я-концепції, формування самосвідомості людини та впливу її уявлень про себе на процес виховання та навчання. Відповідно, за Р. Бернсом, Я-концепція особистості – це явище, що містить уявлення людини про саму себе та її власну оцінку щодо цих уявлень. Іншими словами, Я-концепція – це явище, що містить у собі образ Я та самооцінку. Виокремлення таких складових дає змогу розглядати Я-концепцію особистості як сукупність установок направлених на саму себе. Ці установки містять у собі три основні компоненти. Когнітивний – уявлення про себе, образ Я. Як правило, уявлення особистості про саму себе здаються їй вірними, незалежно від рівня їх обґрунтованості та відповідності реальному життю. Усі характеристики, які використовує людина при описі самої себе є абстрактними, деякою мірою відображають

стійкі патерни поведінки та показують вибірковий характер людського сприйняття. Емоційно-оціночний компонент трактується як емоційне ставлення людини до уявлення про себе – самооцінка. Самооцінка, у свою чергу, може відрізнитися за знаком та інтенсивністю. Основним джерелом самооцінки є суб'єктивна інтерпретація людиною реакцій інших людей на її якості, а також соціальні стандарти, сімейні та групові цінності (Burns, 1982). Для розуміння самооцінки за Р. Бернсом необхідно усвідомити три особливості: 1) значну роль при формуванні самооцінки відіграє співвідношення між Я-реальним та Я-ідеальним; 2) особистість схильна оцінювати себе так само, як, за її переконаннями, її оцінюють референтні для неї особи; 3) при формуванні самооцінки в особистості проявляється тенденція оцінювати свої самопрояви та дії через призму власної ідентичності (Burns, 1982). Поведінковий компонент трактується як потенційні поведінкові реакції, та конкретні дії, які можуть провокуватися образом Я та самооцінкою (двома попередніми компонентами). Р. Бернс наголошував, що у реальному житті ці компоненти (Я-об'єкт, Я-суб'єкт, образ Я та самооцінка) формують єдину цілісну систему. За Р. Бернсом глобальна Я-концепція особистості містить у собі три модальності: реальне Я, соціальне Я, ідеальне Я.

Схожий погляд на природу людського «Я» мають дослідники, які зазначають, що «Я-концепція» формується на основі порівняння особистістю самої себе з іншими людьми. Я-концепція являє собою сукупність різних «Я» (компонентів): «реальне Я», «бажане Я», «фантастичне Я», «уявне Я», «ідеальне Я», «динамічне Я». Я-концепція трактується як відносно стала, унікальна і більшою мірою усвідмлювана система уявлень людини про саму себе (Петровский & Ярошевский, 1998). У кожному із зазначених «Я» наявний елемент думки оточуючих.

А. Налчаджян зазначає, що із набуттям життєвого досвіду самопізнання особистості набуває відносно стійкої структури, компоненти якої, за відсутності патологічних змін, зберігають власні характерні особливості.

Завдяки цьому, центральні утворення «Я» зберігають ідентичність протягом усього життя людини і ця особливість переживається людиною як стійкість свого «Я»: людина впевнена, що сьогодні вона є такою ж як учора та знає, що завтра кардинальних змін також не відбудеться. У цьому випадку «Я» є центральним організуючим, інтегруючим та регулюючим елементом життя особистості. За А. Налчаджян, Я-концепція особистості складається із взаємопов'язаних компонентів (Я-образів), які є актуально усвідомлюваними частинами Я-концепції та її елементів (Налчаджян, 2000). Я-образи (компоненти) входять до складу так званого «потoku психіки» і часто швидко змінюють один одного. Він виокремлює тілесний Я-образ, який є базовою основою для подальшого розвитку Я-концепції особистості. До структури справжнього «Я» входять актуальні уявлення особистості про себе: система приписаних якостей, стійкий Я-образ. Власне, це «Я» відіграє величезну роль у життєдіяльності особистості, адже воно мотивує її активність, детермінує вибір найближчих цілей та рівень домагань, а також визначає особливості її спілкування із іншими людьми тощо. Динамічне «Я» являє собою тип особистості, яким особистість хоче оволодіти, тобто воно змінюється залежно від успіхів та невдач. Фантастичне «Я» включає у себе уявлення про те, якою особистість хоче бути за умови відсутності будь-яких обмежень. А. Налчаджян наголошує на тому, що із досягненням особистістю зрілості структура фантастичного «Я» поступово згортається. Ідеальне «Я» відображає уявлення особистості про тип особистості, якою вона хоче стати із урахуванням засвоєних нею моральних норм, цінностей, ідентифікацій. Ідеальне «Я» стає життєвою ціллю особистості. Майбутнє «Я» відображає уявлення про те, якою вона може стати. До цього «Я» особистість рухається мимоволі, без урахування власних бажань та ідеального «Я». Ідеалізоване «Я» – це той елемент, який відображає образ, який особистості приємно бачити у собі на даний момент. Ці образи є ситуативними складовими Я-концепції. Уявне «Я» – це образи, які особистість використовує для

приховування власних слабкостей та маскування негативних рис характеру. Тобто, уявні «Я» виступають у якості захисних механізмів.

О. Гуменюк суттєвої уваги надає дослідженню компоненту Я-духовного. Вона стверджує, що Я-концепція особистості складається із чотирьох компонентів: когнітивного (Я-образ), емоційно-оціночного (Я-ставлення), вчинково-креативного (Я-вчинок) та спонтанно-духовного (Я-духовне) (Гуменюк, 2004, с. 147). Я-духовне забезпечує максимально повний вияв потенціалу особистості через її життєствердні пріоритети.

У таблиці 1.1 представлені основні структурні компоненти Я-концепції особистості.

*Таблиця 1.1*

Підходи до визначення структури Я-концепції особистості

Автор	Компоненти
Р. Бернс	1) Я-об'єкт; 2) Я-суб'єкт; 3) Я-образ; 4) Самооцінка.
Ч. Гордон	1) Статева ідентичність; 2) Етнічна ідентичність; 3) Ідентичність членства; 4) Політична ідентичність; 5) Професійна ідентичність.
О. Гуменюк	1) Я-образ; 2) Я-ставлення; 3) Я-вчинок; 4) Я-духовне.
В. Джеймс	1) Складові елементи Я; 2) Емоції та почуття; 3) Дії.
Е. Еріксон	1) Его-ідентичність; 2) групова ідентичність.

І. Кон	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Неусвідомлені Я;</li> <li>2) Часткові самооцінки;</li> <li>3) Відносно цілісна організація концептуального Я;</li> <li>4) Я-концепція як частина системи ціннісних орієнтацій особистості.</li> </ol>
А. Налчаджян	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Актуальне Я;</li> <li>2) Динамічне Я;</li> <li>3) Фантастичне Я;</li> <li>4) Ідеальне Я;</li> <li>5) Майбутнє Я;</li> <li>6) Фальшиве Я.</li> </ol>
А. Петровський	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Реальне Я;</li> <li>2) Бажане Я;</li> <li>3) Фантастичне Я;</li> <li>4) Уявне Я;</li> <li>5) Ідеальне Я.</li> </ol>
К. Роджерс	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Я як процес;</li> <li>2) Поле досвіду;</li> <li>3) Я ідеальне;</li> <li>4) Тенденція до самоактуалізації;</li> <li>5) Емпатичне розуміння;</li> <li>6) Несправжнє Я;</li> <li>7) Повноцінно функціонуюча особистість.</li> </ol>
М. Розенберг	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Теперішнє Я;</li> <li>2) Динамічне Я;</li> <li>3) Фантастичне Я;</li> <li>4) Майбутнє Я;</li> <li>5) Ідеалізоване Я;</li> <li>6) Фальшиве Я.</li> </ol>
З. Фройд	<ol style="list-style-type: none"> <li>7) Ід;</li> <li>8) Его;</li> <li>1) Супер-Его.</li> </ol>
К. Юнг	<ol style="list-style-type: none"> <li>2) Его;</li> </ol>

	3)	індивідуальне несвідоме;
	4)	колективне несвідоме.

Структура Я-концепції особистості представлена компонентами – Я-образами, які формуються та кристалізуються із набуттям особистістю життєвого досвіду та утворюють певну ієрархію: одні компоненти відіграють головну роль та зберігають ідентичність протягом усього життя особистості, інші – активізуються залежно від ситуації. Обов'язковим елементом Я-концепції є оцінка особистістю уявлень про саму себе – самооцінка. Основна структура Я-концепції складається із трьох компонентів – когнітивний (образ Я), емоційно-оціночний (самооцінка), поведінковий (дії).

### 1.3. Дихотомія зміни Я-концепції

У найбільш широкому трактуванні поняття зміни йдеться про такі її форми як трансформація, адаптація, варіація, модифікація, перетворення тощо (Goodman, Payne, 1989)

У трактуванні терміну «психологічна зміна» йдеться про: а) найширшу трансформацію особистості в будь-яких її проявах, від природних змін особистості до штучних, що виникають внаслідок спеціальних психотерапевтичних впливів і приводять до певних змін в особистості клієнта / пацієнта (Heatherton, Weinberger, 1994); б) підкреслюється опозиційність до явища «психічної зміни», тобто зміни в контексті психопатологічних наслідків, які виникають в результаті природних або штучних (психотерапевтичних) впливів (Bronisch, Klerman, 1991)

У дослідженнях виокремлено види змін: а) соціальні та індивідуальні (Klar, Fisher, Chrinsky, Naddler, 1992); б) індивідуальні та особисті, тобто зміни в психіці людини, які відбуваються за її особистою згодою та бажанням з хоча б відносним усвідомленням своєї відповідальності за здійснювані самозміни (Prochaska, DiClemente, Norcross, 1992). Серед соціальних змін, своєю чергою, йдеться про такий їх вид як психотерапевтична зміна, яку трактують як: а) вид соціальної зміни від

психологічного порушення до здоров'я (Dryden, 1990); б) як штучну, тобто неприродну зміну, що відбувається за межами звичного способу життя людини (Conaway, 1991); в) особливий випадок особистої та особистісної зміни, оскільки психотерапевтичній зміні піддаються як окремі психічні процеси й поведінкові реакції клієнта, так й цілісні структури, інтегральні властивості особистості, а саме: мотивація, Я-концепція, когнітивні, афективні та поведінкові зміни, тобто особистісні зміни у спеціальному трактуванні цього поняття (Martin, 1994).

Вченими встановлено певну залежність між формально-логічним змістом понять психологічна, психічна, психотерапевтична, приватна і особистісна зміна, а також зміна в особистості і зміна особистості. Йдеться саме про те, що психологічна зміна містить цілу систему змін, що відрізняються за тими чи іншими критеріями зміни (за способом зміни, за суб'єктом, який піддається змінюванню, за об'єктом зміни, за характером, тобто процесуальними особливостями зміни).

Індивідуальна природна зміна людини вважається таким способом зміни, для якої властиві невизначеність, спонтанність, довільність у вирішенні трансформаційних завдань (Kuhn, 1995). Цю природну (здебільшого стихійну форму зміни) уподібнюють з адаптацією до певних конкретних умов існування (наприклад, потреба у допомозі в кризовій ситуації). Таке трактування явища зміни, насамперед пов'язано з поняттям соціального індивіда. Йдеться про функціонування суто людських способів адаптації індивіда до соціального середовища. Зауважимо, що в європейській традиції природною формою особистісних змін вважають і психотерапевтичну зміну, посилаючись на такі звичаєві норми, традиції тамтешнього менталітету людей як індивідуалізм, толерантність, прагматизм, мультикультуралізм тощо (Лушин, 1999). Природна зміна пов'язана з особистісною зміною, як зумовлюється усвідомленням людиною свого буття, виражається, наприклад, у відповідальному ставленні до себе, що власне і є особистісною характеристикою.

Зміни людини як об'єкт можуть функціонувати як окремі, часткові складники особистості, як цілісна особистість, що в наукових джерелах відображено в термінах «зміна особистості», «зміна в особистості». За характером зміни розрізняють нормативні (власне психологічні), патологічні (власне психічні) та ін.

Достатньо широко проблема особистісної зміни представлена в дослідженнях П. Лушина. Йдеться про «систему форм» (за Лушиним), які розкривають певну здатність, яка може спочатку задаватися і розвиватися в процесі соціалізації особистості. Він зазначає, що «якщо час є одним з критеріїв особистісної зміни, а утворення суттєвої відмінності – також темпоральна характеристика, то мова йде в даному випадку про процес поступового розгортання певних особистісних станів або якостей, що є нічим іншим як розвитком особистості... саме розгляд особистісної зміни як розвитку особистості є принципово новим напрямом у вивченні даного вкрай складного і комплексного явища» (Лушин, 2002, с.13). Особистісна зміна як загально-психологічне явище трактується як певна «здібність, яка складається і розвивається у процесі соціалізації». Ця здібність «може поширюватися як на всю структуру особистості, так і на окремі її компоненти. Цей процес може більш-менш повно і відповідально усвідомлюватися і реалізовуватися у відповідних природних або спеціалізованих умовах за типом психологічного консультування та психотерапії» (Лушин, 2002, с. 14).

Зважаючи на складний зв'язок між такими формами існування змін як особиста, індивідуальна, психотерапевтична, зміна в особистості, зміна особистості, всі вони і нашій роботі позначаються терміном «зміна».

Зміна як процес відбувається в часі й тому їй властива темпоральність. Це що відбито в таких трактуваннях зміни як: «набуття несумісних властивостей з плином часу» (Pivcevic, 1990, с. 130); «деякий об'єкт має певну властивість і з часом її втрачає» (Le Poidevin, 1991, с. 76) тощо. Отже, йдеться про так званий перехід системи в новий / інший стан, наприклад «рух

від психологічного порушення до здоров'я» (Dryden, 1990), «перехід від одного набору умов до іншого» (Golan, 1981, с. 11).

За параметром предмету, тобто того, що саме змінюється в особистості, йдеться про зміни поведінки, модифікації рівня самоефективності / self-efficacy (Bandura, 1961); зміну ставлення до дійсності (Watzkawich, 1978); зміну частини «Я» (Marcus, Nuireius, 1990); зміну власної особистісної концепції, Я-концепції (Martin, 1994), а також про конструктивність / деструктивність особистісних змін тощо.

Таким чином, в понятті особистісної зміни йдеться про кілька ознак, які складають його зміст, змістовні характеристики, а саме: а) продукування суттєвої відмінності (різної за масштабом перетворення), яка може стосуватися особливості, тієї чи іншої структури особистості; б) особистісна варіативність, як результат якогось процесу зміни; в) зміна як динамічне (наприклад, тимчасове) явище; г) наявність різних напрямів змін, тобто конструктивних і деструктивних наслідків змін для особистості.

Дихотомія зміни Я-концепції особистості полягає у протилежно спрямованій зміні системи уявлень особистості про себе, тобто зміни можуть мати конструктивний та деструктивний характер. Р. Бернс першим наголосив на дихотомічній спрямованості Я-концепції особистості. Він розмежував Я-концепцію на позитивну та негативну. За наявності позитивної Я-концепції, особистість характеризується такими ознаками: переконаністю в тому, що вона імponує іншим людям; упевненістю у здатності до якогось виду діяльності; почуттям власної вартісності. За наявності негативної Я-концепції, особистість характеризується неприйняттям себе, відчуттям недостатності та меншовартістю (Burns, 1982; Гуменюк, 2018).

Позитивна Я-концепція є чинником довгострокового психічного здоров'я та загального благополуччя особистості і результатом виховання та первинної соціалізації. Для формування позитивної Я-концепції у дитини необхідно застосовувати систематичні заходи (Bracken, 1992). За умови систематичного розвитку, підтримки та корекції дитячих уявлень про себе

можна отримати послідовні та позитивні результати (Bracken, 2009). Особистість, що зацікавлена у якісній позитивній зміні Я-концепції має усвідомлювати наступне

- 1) уявлення про себе численні, тому необхідно орієнтуватися на одну або кілька областей для змін, замість того, щоб одразу намагатися змінити глобальну Я-концепцію особистості. Чим більше чітких, цілеспрямованих та інтенсивних заходів будуть зазнавати окремі уявлення людини про себе, тим більша вірогідність успішної зміни Я-концепції особистості (Bracken, 2009, p. 100).
- 2) Я-концепція – це барометр інтерналізованого сприйняття власного успіху та невдачі. Тому, для того, щоб здійснити позитивну зміну Я-концепції, необхідно допомогти особистості стати кращою або відчувати себе більш успішною, ніж вона була до втручання. При цьому, позитивна зміна Я-концепції не має бути основною метою. Мета має полягати в тому, щоб допомогти особистості стати більш компетентною, успішною, ніж вона була раніше (Bracken, 2009, p. 100).
- 3) Особистість відчуває схвалення та критику зі сторони оточуючих. Тому, якщо, наприклад, батьки чи вчителі хочуть позитивно вплинути на Я-концепцію дитини, вони мають бути менш осудливими і критичними, та більш підтримуючими і приймаючими. Вони мають проєктувати надію, впевненість, віру в дитину у тій мірі, в якій хотіли б, щоб вона продемонструвала і відчула по відношенню до себе (Bracken, 2009, p. 101).
- 4) Батьки, вчителі та/або інші зацікавлені у позитивній зміні Я-концепції дитини мають організувати середовище, наповнене можливостями та виконувати покрокові зрушення, що ведуть до кінцевої мети. Таким чином, по мірі того, як дитина отримує впевненість у тому, що вона може успішно виконати кілька

послідовних кроків, вона буде почуватися більш впевнено у власних силах загалом (Bracken, 2009, p. 103).

Позитивна Я-концепція має значущі зв'язки із відчуттям сенсу життя (Bigler et al., 2001) та психічним здоров'ям (Suszek et al., 2018). Окрім того, значущий зв'язок із позитивною Я-концепцією мають риси Великої п'ятірки: позитивний зв'язок із доброзичливістю (Agreeableness) та сумлінністю (Conscientiousness) і негативний – із невротизмом (Neuroticism) (Campbell et al., 1996; Tokunaga & Horiuchi, 2012). Це означає, що особистісні риси можуть бути чинниками як конструктивних, так і деструктивних змін Я-концепції особистості.

Дихотомія змін стосується як Я-концепції в цілому, так і її структурних компонентів. Глобальна самооцінка (як складова Я-концепції особистості) є поняттям, що відображає міру, у якій особистість цінує себе (Baumeister, Campbell, Krueger & Vohs, 2003). Самооцінка послідовно демонструє негативний зв'язок із депресією (Orth, Robins & Roberts, 2008) та самотністю (Vanhalst, Luycckx, Sholte, Engels, & Goossens, 2013). Самооцінка пов'язана із рисами Великої п'ятірки: самоповага має позитивний зв'язок із екстраверсією (Extraversion) і сумлінністю (Conscientiousness) та негативний зв'язок із невротизмом (Neuroticism) (Robins, Tracy, Trzesniewski, Potter, & Gosling, 2001). Тобто, особистість, що має вищу самооцінку має стабільну позитивну Я-концепцію. Натомість, особистість, яка є почуватися самотньою та має яскраво виражену депресивну симптоматику, характеризується заниженою самооцінкою та негативною Я-концепцією.

Дихотомічний вплив на Я-концепцію особистості здійснюється постійно і проявляється у різних життєвих ситуаціях. Лонгітюдне дослідження проведене Дж. Незлеком (J. Nezlek) і Р. Плеско (R. Plesko) стосувалося виміру чіткості уявлень особистості про себе, самооцінки, настрою та досвіду позитивних і негативних подій в соціальних і академічних ситуаціях. Дослідження тривало 10 тижнів. Автори встановили, що самооцінка повністю опосередковує зв'язок між позитивними подіями та

чіткістю Я-концепції особистості, а також частково опосередковує зв'язок між негативними подіями та чіткістю Я-концепції особистості (Nezlek & Plesko, 2001). Особистість із високою самооцінкою намагається знайти підтвердження своєї позитивної Я-концепції, що робить її більш стабільною та чіткою. Особистість із низькою самооцінкою має значно менше шансів підтвердити їх негативну самооцінку через погані, нестабільні соціальні стосунки (Campbell, Lackenbauer, & Muise, 2006).

Позитивна або негативна спрямованість Я-концепції особистості впливає на її мислення та поведінку в інтимних стосунках (Shaver & Mikulincer, 2012). Базуючись на досвіді стосунків із оточуючими людьми, особистість формує уявлення про себе та інших. При цьому, вплив негативної Я-концепції провокує розвиток тривоги прив'язаності. Високий рівень тривоги прив'язаності пов'язаний із низькою самооцінкою та негативними уявленнями про себе (Nakao & Kato, 2004). Невпевненість у власній Я-концепції пов'язана із низькою самооцінкою, постійними негативними емоціями та низькою конгруентністю між сприйняттям актуальної і минулої поведінки (Baumgardner, 1990; Campbell, 1990).

Досліджуючи харчову поведінку Г. Воллер, Х. Кордері, Е. Косторфін та інші встановили, що негативні уявлення про себе формують реальне Я, яке активується, коли особистість думає про їжу, вагу чи форму (Waller et al., 2007). Це реальне Я характеризується негативними переконаннями, невпевненістю у собі та високим рівнем незадоволеності тілом. Натомість, позитивні уявлення про себе забезпечують стабільну позитивну Я-концепцію.

Підтримка та збереження сформованої, звичної самооцінки (як компоненту Я-концепції особистості) є життєвою необхідністю, адже при її порушенні в особистості з'являється стійкий, негативний емоційний стан. Дихотомія самооцінки значно визначає характер стосунків із оточуючими людьми. Наприклад, чим нижче особистість оцінює саму себе, тим частіше вона також низько оцінює інших людей, знецінює їх, деякої мірою

остерігається та намагається ствердитися за рахунок приниження інших. Особистість із низькою самооцінкою схильна неадекватно оцінювати оточуючих, очікуючи з їх сторони агресивних дій або схвалення. Низька самооцінка потребує великих затрат енергії для постійного психологічного захисту: часто у особистості із низькою самооцінкою проявляється самоприниження, постійний психологічний дискомфорт, знижений настрій, численні комплекси, сором'язливість, страх зробити помилку, схильність до самообману, сильний самоконтроль та низький рівень спонтанності. Надмірно занижена самооцінка сприяє розвитку залежності від інших, несамостійність, замкнутість. Особистість із адекватною самооцінкою схильна сприймати оточуючих людей позитивно, відповідно оцінюючи їх риси, поведінку тощо (Hards, Ellis, Fisk & Reynolds, 2020; Гуменюк, 2004).

О. Романенко розглядала взаємозв'язок дихотомічної Я-концепції особистості із депресивними тенденціями, а саме депресивної симптоматики та вираженості залежної (негативної) та незалежної (позитивної) Я-концепції – схильності визначати себе через свої власні характеристики, досягнення, невдачі, а також ідентифікувати себе із найближчою соціальною групою та визначати себе через її властивості (Романенко, 2019). Суб'єктивне благополуччя особистості пов'язане із типом Я-концепції шляхом зниження рівня при збільшенні негативної Я-концепції. Така властивість характерна для східних колективістських культур. Характеристикою західних індивідуалістичних суспільств є зростання рівня психологічного благополуччя із розвитком позитивної Я-концепції.

На основі узагальнення результатів психологічних досліджень було сформовано перелік індикаторів позитивної Я-концепції особистості: особистість відчуває себе цілісною, відчуває внутрішню упевненість, проявляє самоприйняття і самоповагу; може подбати про себе емоційно, фізично, розумово та духовно; демонструє вдячність; визнає та приймає свої сильні сторони, знає, як скористатися власними недоліками; вміє зосереджуватися на найважливішому; спокійно сприймає схвалення та

критику; демонструє конкурентоспроможність; вміє вчитися на власних помилках; поважає індивідуальні відмінності; має адекватну самооцінку; послідовна і наполеглива у формуванні думок та потреб; здатна приймати самостійні рішення; може будувати безпечні стосунки та припиняти нездорові; легко проживає стрес та невдачі; має реалістичні очікування відносно себе та інших; відкрита новому досвіду; прагне до самоактуалізації; задоволена власним життєвим досвідом (Huitt, 2004; Hattie, 2014; Choi, 2005; Sebastian, Burnett & Blakemore, 2008).

Негативна Я-концепція проявляється через такі індикатори: особистість може почуватися емоційно виснаженою; несхвально ставиться до своєї сім'ї, роботи, друзів; нехтує професійними обов'язками; має знижену активність та апатію; закрита до змін; відчуває провину; може вдаватися до надмірного прийому стимуляторів; має низьку самооцінку; може відчувати прояви професійного вигорання; не володіє достатніми знаннями про себе; має критичну неузгодженість між реальним «Я» та ідеальним «Я», занижену оцінку професійних якостей, низький рівень самоповаги, емоційну нестабільність; відрізняється невмотивованістю та закритістю до нових соціальних контактів; проявляє незадоволеність своїм досвідом; не вважає себе компетентною у жодній із сфер життєдіяльності; не бажає або має труднощі із реалізацією власного потенціалу; не бажає розвиватися та не прагне до самоактуалізації (Pajares & Schunk, 2005; Юрченко, 2011; Bergner & Holmes, 2000).

Суб'єктивна оцінка власної особистісної реалізованості є індикатором спрямованості Я-концепції особистості: при позитивній (конструктивній) зміні Я-концепції, особистість вважає себе реалізованою, принаймні у одній із сфер (професійна діяльність, сім'я, хоббі). За наявності негативних (деструктивних) змін Я-концепції, особистість стверджуватиме, ще не є реалізованою у жодній із сфер. Суб'єктивна оцінка власної особистісної реалізованості полягає у відповіді на запитання: чи вважає особистість себе реалізованою?

Суб'єктивна оцінка особистісної реалізованості (позитивна чи негативна) може стосуватися різних сфер реалізації особистості. Численні дослідження присвячені реалізованості жінки, як більш вразливої до змін категорії населення. Жінки, які нещодавно народили дитину, перебувають у декретній відпустці чи займаються вихованням маленької дитини/дітей, при позитивній оцінці потенційних можливостей самореалізації, орієнтуються на внутрішнє почуття гармонії. Жінки, що не вбачають перспектив для подальшого розвитку та самореалізації після народження дитини, орієнтуються на зовнішні фактори, такі як перерва у професійній діяльності, післяпологова депресія, ускладнені побутові умови та можливі труднощі у стосунках. Окрім того, за умови вимушеної перерви (декретної відпустки), вони можуть вважати, що народження дитини – це шлях до стагнації, неможливості займатися власним розвитком, самостійно визначати життєві цілі та будувати план дій щодо їх досягнення. Жінки, що сприймають народження дитини та декретну відпустку як нову сферу для самореалізації, мають позитивну суб'єктивну оцінку особистісної реалізованості (Waterman, et al., 2003; Ronchetti, 2017)

Суб'єктивна позитивна або негативна оцінка особистісної реалізованості має кореляційний зв'язок із критерієм роботи за спеціальністю. Тобто, жінки, що мають можливість працювати за спеціальністю, вважають себе реалізованими. Натомість, відсутність можливості працювати за спеціальністю не дозволяє особистості оцінити себе як реалізовану (Pöllänen & Voutilainen, 2018; Cankurtaran Öntaş & Tekindal, 2016). Жінки, що вважають себе реалізованими, вміють ставити перед собою цілі та досягати їх, мають сенс у житті, постійно розвиваються, самостійні, позитивно оцінюють отриманий життєвий досвід (Потоцька et al., 2019; Гавриловська & Климчук, 2014). Таким чином, жінка із позитивною оцінкою особистісної реалізованості проявляє ознаки особистості, що має позитивну Я-концепцію. Жінки, що мають дитину, але при цьому орієнтуються на подальший розвиток, професійні досягнення та реалізацію

мають вищий рівень задоволеності життям. Я-концепція жінки-матері, яка не орієнтована на професійний розвиток, залежить від ставлення до сім'ї, ставлення до матері та в цілому відрізняється негативною самооцінкою.

Я-концепція особистості щоденно взаємодіє із навколишнім середовищем, яке чинить суттєвий деструктивний вплив на неї. Відповідно, для збереження стабільності та психічної рівноваги особистість використовує різні механізми психологічного захисту. Сила дії механізмів психологічного захисту прямо залежить від ступеня загрози ситуації. За Л. Корват та Л. Борисенко особистість є благополучною «у тій мірі, в якій уявлення про себе дозволяють їй сприймати важливий для неї досвід. Цю можливість забезпечує константне ядро Я-концепції» (Корват & Борисенко, 2022, с. 30).

Особистість, яка переживає процес негативної зміни Я-концепції, характеризується частою зміною життєвих пріоритетів, принципів та моральних установок. На фоні цих подій особистість отримує дисоціацію та розірваність свідомості, що провокують розвиток травматичної регресії. Глибинне Я особистості намагається зберегти свою цілісність, тому особистість використовує різні стратегії захисної поведінки (Когут, 2021).

Таким чином, дихотомічна спрямованість змін Я-концепції особистості призводить до формування позитивної або негативної Я-концепції. Позитивна Я-концепція відрізняється обізнаністю особистості про себе, адекватною самооцінкою, повагою до себе та до інших, прагненням до особистісної реалізації та відкритістю новому досвіду. Негативна Я-концепція характеризується емоційною нестабільністю, низькою самооцінкою, стагнацією, небажанням розвиватися та реалізовувати власний потенціал.

#### **1.4. Особистісні предиктори зміни Я-концепції**

Предиктори зміни Я-концепції вивчали Н. Тимофєєва (особистісні предиктори), О. Гуменюк (зовнішні та внутрішні предиктори), С. Білозерська, С. Мащак (особистісні предиктори), О. Романенко (зовнішні

та внутрішні предиктори), С. Ставицька (особистісні предиктори), В. Гупаловська, С. Устянич (особистісні предиктори) та інші.

Вивчаючи особливості позитивної Я-концепції особистості, Н. Тимофеева виокремлює у якості особистісних предикторів зміни Я-концепції розвиток саморозуміння, впевненість у собі та емоційну стійкість (Тимофеева, 2013). Відповідно, особистісні предиктори зміни Я-концепції особистості представлені індивідуально психологічними характеристиками особистості, що включають в себе як особистісні риси, так і її ставлення до оточуючого світу.

О. Гуменюк виокремлює зовнішні та внутрішні предиктори Я-концепції особистості, які вона називає джерелами та стимулами. Серед особистісних предикторів (джерел) нею виокремлено власний досвід, самоочікування, самоаналіз, самопорівняння, самосприйняття свого зовнішнього світу, переживання внутрішніх станів, оцінка результатів власної діяльності. Зміст зовнішніх предикторів (стимулів) за О. Гуменюк складають сім'я та родинна атмосфера, вулиця та довкілля, школа, заклад вищої освіти, трудовий колектив, ситуативне і поведінкове свідчення щодо сприйняття іншими (Гуменюк, 2005). Цю думку розділяють також Ю. Байдала та К. Марчук, які розглядали сімейні стосунки як провідний чинник формування та зміни Я-концепції особистості (Байдала & Марчук, 2019). Таким чином, сім'я або батьківська родина, у якій зростала та виховувалася особистість, відіграє одну з головних ролей у формуванні, а згодом і в змінах Я-концепції особистості.

С. Білозерська та С. Мащак встановили, що Я-концепція змінюється під дією таких предикторів: усвідомленням власних прагнень, розвиненою здатністю до самоаналізу, високим та стійким самоінтересом, високим саморозумінням, адекватною самооцінкою, позитивним самоствавленням та самоповагою, адекватною самокритичністю, впевненістю у собі. Негативні зміни у Я-концепції відбуваються під дією низького рівня усвідомлення власних бажань та резервів, слабкої диференціації уявлень про себе, високого

самозвинувачення, екстернального локусу контролю, низької готовності до саморозвитку, невпевненості у собі та власних можливостях. Окрім того, несформованість та неадекватність Я-концепції особистості формується під дією соціально-психологічної дезадаптації та, як наслідок, неготовності особистості до змін (Білозерська & Мащак, 2018). Про важливість психологічної готовності до змін зазначає К. Мазур, яка встановила, що відкритість новому досвіду позитивно впливає на зміну Я-концепції особистості (Мазур, 2012). Можна припустити, що відкритість особистості до нового досвіду, готовність до змін є предикторами позитивної зміни Я-концепції особистості.

О. Романенко розглядала предиктори зміни Я-концепції особистості у контексті вивчення зв'язку Я-концепції із депресивними тенденціями: депресивної симптоматики та вираженості залежної (негативної) та незалежної (позитивної) Я-концепції – схильності визначати себе через свої власні характеристики, досягнення, невдачі, а також ідентифікувати себе із найближчою соціальною групою та визначати себе через її властивості. Суб'єктивне благополуччя особистості пов'язане із типом Я-концепції (позитивна чи негативна) шляхом зниження рівня суб'єктивного благополуччя при збільшенні залежної Я-концепції. Така властивість характерна для колективістських культур. Характеристикою індивідуалістичних суспільств є зростання рівня психологічного благополуччя із розвитком незалежної Я-концепції (Романенко, 2019). Українські респонденти характеризуються наявністю незалежної (позитивної) Я-концепції та зростаючим рівнем психологічного благополуччя (рівень комфорту особистості в актуальних життєвих умовах).

Розглядаючи Я-концепцію як засіб соціально-психологічної адаптації особистості та раціоналізації її поведінки через систему Я-образів, Л. Шевченко вивчала предиктори Я-концепції особистості жінок-злочинниць (Шевченко, 2012). Дослідниця встановила, що Я-концепція представників цієї категорії населення залежить від високого рівня тривожності, який

проявляється у зниженому фоні настрою, депресивних емоційних реакціях, пригнічених станів у жінок та у емоційному збудженні, стані підвищеної нервової напруги і агресивності у чоловіків.

Самооцінка, у якості елементу Я-концепції, залежить від особливостей сприйняття навколишнього світу: особистість надає перевагу певним фільмам, книгам, жанру музики, потребі бути прийнятою соціальними групами. С. Ставицька зазначала, що предикторами самооцінки є прагнення до саморозвитку та самоприйняття (Ставицька, 2014). Однак, цей зв'язок виявлений лише у відношенні до осіб студентського віку – 17-21 рік.

В. Гупаловська та С. Устянич розглядали предиктори Я-концепції особистості у контексті вивчення особливостей сексуальності жінок із різними типами самоствавлення. Дослідники підтвердили наявність впливу самооцінки, глобального самоствавлення та його компонентів на показники сексуальності у жінок. Жінки із негативним самоствавленням, яке формується на основі негативних уявлень про себе, очікуючи негативного ставлення від інших, не прагнуть до саморозвитку. Як наслідок, це негативно відобразилося на сексуальній сфері: учасниці дослідження характеризуються не тільки цнотливістю та підвищеним рівнем сором'язливості, а й сексуальною невдоволеністю та нереалізованістю. У свою чергу, це призводить до зростання загального рівня агресії, знеособленості сексуальних стосунків та може проявлятися у садистично-мазохістичних і гомоеротичних фантазіях. В. Гупаловська та С. Устянич, визначаючи сексуальність у якості одного із основних спонукаючих до пошуку та встановлення інтерперсональних зв'язків, стверджують що, сексуальність особистості має вплив на її Я-концепцію. У зміні Я-концепції жінки у зрілому віці важливу роль відіграє сексуальна привабливість (Гупаловська & Устянич, 2015): впевненість жінки у власній сексуальній привабливості підвищує її самооцінку, загальну впевненість у собі, покращує її стосунки із оточуючими людьми.

Руйнівний вплив зовнішнього середовища, у тому числі кризових ситуацій, провокує розвиток психологічних травм, які сприяють деструктивним змінам Я-концепції особистості. Предиктори, які активно впливають на Я-концепцію в умовах кризової ситуації, можна розділити на дві групи: внутрішні або особистісні (темперамент, характер, когнітивна сфера, особливості емоційної сфери, самооцінка, локус контролю, психічна саморегуляція, особистісна зрілість, життєвий досвід, рівень домагань) та зовнішні (соціальне оточення, залежність від інших, психотравмуюча подія, її часові характеристики, умови та обставини виникнення) (Ткачишина, 2020).

За О. Демчук, деструктивна зміна Я-концепції призводить до формування безпомічності особистості, яка поступово входить до структурних компонентів Я-концепції через внутрішню організацію та взаємні зв'язки із когнітивним, емоційно-оціночним та поведінковим компонентами. Конструктивна трансформація характеризується розвитком самостійності, деструктивна – особистісної беспорядності (Демчук, 2010).

Підсумовуючи проаналізовані теоретичні джерела, можна сформулювати перелік основних предикторів зміни Я-концепції особистості (табл. 1.2).

*Таблиця 1.2*

**Предиктори зміни Я-концепції особистості**

<b>Внутрішні предиктори</b>	<b>Зовнішні предиктори</b>
<b>Особистісні</b>	<b>Соціально-демографічні</b>
Розуміння себе, впевненість у собі, емоційна стабільність, власний життєвий досвід, очікування стосовно себе, порівняння себе з іншими, оцінка результатів власної діяльності, усвідомлення власних прагнень, самоінтерес, самоповага, відкритість новому досвіду, тривожність, сексуальність, прагнення до саморозвитку,	Сім'я (родинна атмосфера), вік, наявність дітей, сімейний стан.
	<b>Освітньо-кваліфікаційні</b>
	Освіта, напрям освіти, робота за спеціальністю, задоволеність роботою за спеціальністю.
	<b>Комфорт середовища</b>
	Рівень комфорту в актуальних життєвих умовах

самоприйняття, особистісна зрілість, характер, безпорадність.	<b>Декретна відпустка</b>
	Декретна відпустка, терміни декретної відпустки, актуальна на момент дослідження декретна відпустка

Усі предиктори зміни Я-концепції особистості можна розділити на п'ять основних груп: особистісні предиктори, соціально демографічні предиктори, освітньо-кваліфікаційні предиктори, комфорт середовища та декретна відпустка.

Найбільшу групу складають особистісні предиктори, до яких входять особистісні характеристики, глибинні структури Я (які часто є неусвідомлюваними), ставлення до себе та відкритість новому досвіду і соціальна спрямованість, яка представлена особливостями взаємодії особистості із соціальним оточенням.

Соціально-демографічні предиктори представлені віком, сімейним станом, наявністю дітей та сім'єю, у якій зростала і виховувалась особистість (як джерело первинної соціалізації).

Освітньо-кваліфікаційні предиктори представлені освітою, напрямом освіти, досвідом роботи за спеціальністю та задоволеністю досвідом роботи за спеціальністю.

Комфорт середовища відображає рівень комфорту перебування особистості в актуальних життєвих умовах.

Декретна відпустка представлена досвідом декретної відпустки, загальними термінами декретної відпустки та актуальною на момент дослідження декретною відпусткою.

### **Висновки до першого розділу**

Вивчення Я-концепції особистості здійснюється в багатьох методологічних традиціях, серед яких основними визначено такі:

соціологічна, антропологічна, психологічна; психоаналітична, гуманістична, феноменалістична, особистісна.

Я-концепція особистості трактується як сукупність уявлень особистості щодо самої себе та оцінка цих уявлень і містить три складники – когнітивний (сукупність образів Я), емоційно-оціночний (ставлення особистості до цих уявлень – самооцінка) та поведінковий (дії та вчинки). Я-образи особистості формуються та структуруються із набуттям нею життєвого досвіду та утворюють певну ієрархію: одні компоненти відіграють головну роль та зберігають ідентичність протягом усього життя особистості, інші – активізуються залежно від ситуації.

Формування Я-концепції особистості полягає у накопиченні, продукуванні нових знань про себе та їхньої інтеграції в цілісний образ. Зміна Я-концепції особистості відбувається у вигляді протилежно спрямованих змін системи уявлень особистості про саму себе, тобто зміна Я-концепції особистості має два напрями – конструктивний та деструктивний. Конструктивні зміни сприяють переважно формуванню позитивної Я-концепції – особистість відчуває себе цілісною, впевненою в собі, має адекватну самооцінку, відкрита новому досвіду, прагне до самоактуалізації та задоволення власним життєвим досвідом. Деструктивна зміна призводить до формування переважно негативної Я-концепції, що характеризується емоційним виснаженням, апатією та зниженою активністю, низькою самооцінкою, недостатньою обізнаністю про саму себе, конфліктом між Я-реальним та Я-ідеальним, труднощами із реалізацією власного потенціалу, небажанням розвиватися, відсутністю прагнення до самоактуалізації. Суб'єктивна оцінка власної особистісної реалізованості є індикатором спрямованості Я-концепції особистості.

На зміну Я-концепції особистості діють п'ять груп предикторів: особистісні предиктори (особистісні характеристики, ставлення до себе та до змін, соціальна спрямованість, центральні структури Я), соціально-демографічні предиктори (вік, сімейний стан, родина, у якій особистість

зростала, наявність дітей), освітньо-кваліфікаційні предиктори (освіта, напрям освіти, досвід роботи за спеціальністю, задоволеність досвідом роботи за спеціальністю), комфорт середовища (рівень комфорту особистості в актуальних життєвих умовах) та декретна відпустка (досвід декретної відпустки, загальна тривалість декретної відпустки, актуальна на момент дослідження декретна відпустка).

## **РОЗДІЛ 2. СПЕЦИФІКА ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ОПЕРАЦІОНАЛІЗАЦІЯ ПОНЯТТЯ ЗМІНИ Я-КОНЦЕПЦІЇ ЖІНОК**

### **2.1. Модель емпіричного дослідження специфіки зміни Я-концепції жінок**

Проведення емпіричного дослідження психологічних предикторів зміни Я-концепції жінок потребує операціоналізації задля упорядкування основних складових дослідження. Зважаючи на те, що вивчення явища Я-концепції жінок базується на її складній структурі, у дослідженні з'ясовувалися як особистісні характеристики, так і особливості взаємодії із оточуючим світом. Тобто необхідно з'ясувати, що жінка думає про себе, як вона ставиться до цих думок, та, відповідно, як поводить себе на основі усвідомлення цих думок.

Дослідження зміни Я-концепції жінок містить з'ясування специфіки трьох її компонентів: когнітивного (думки та уявлення про себе), емоційно-оціночного (ставлення до цих уявлень) та поведінкового (поведінкових реакцій на основі думок про себе та емоційних уявлень).

Було побудовано теоретичну модель дослідження психологічних предикторів зміни Я-концепції жінок (рис. 2.1):

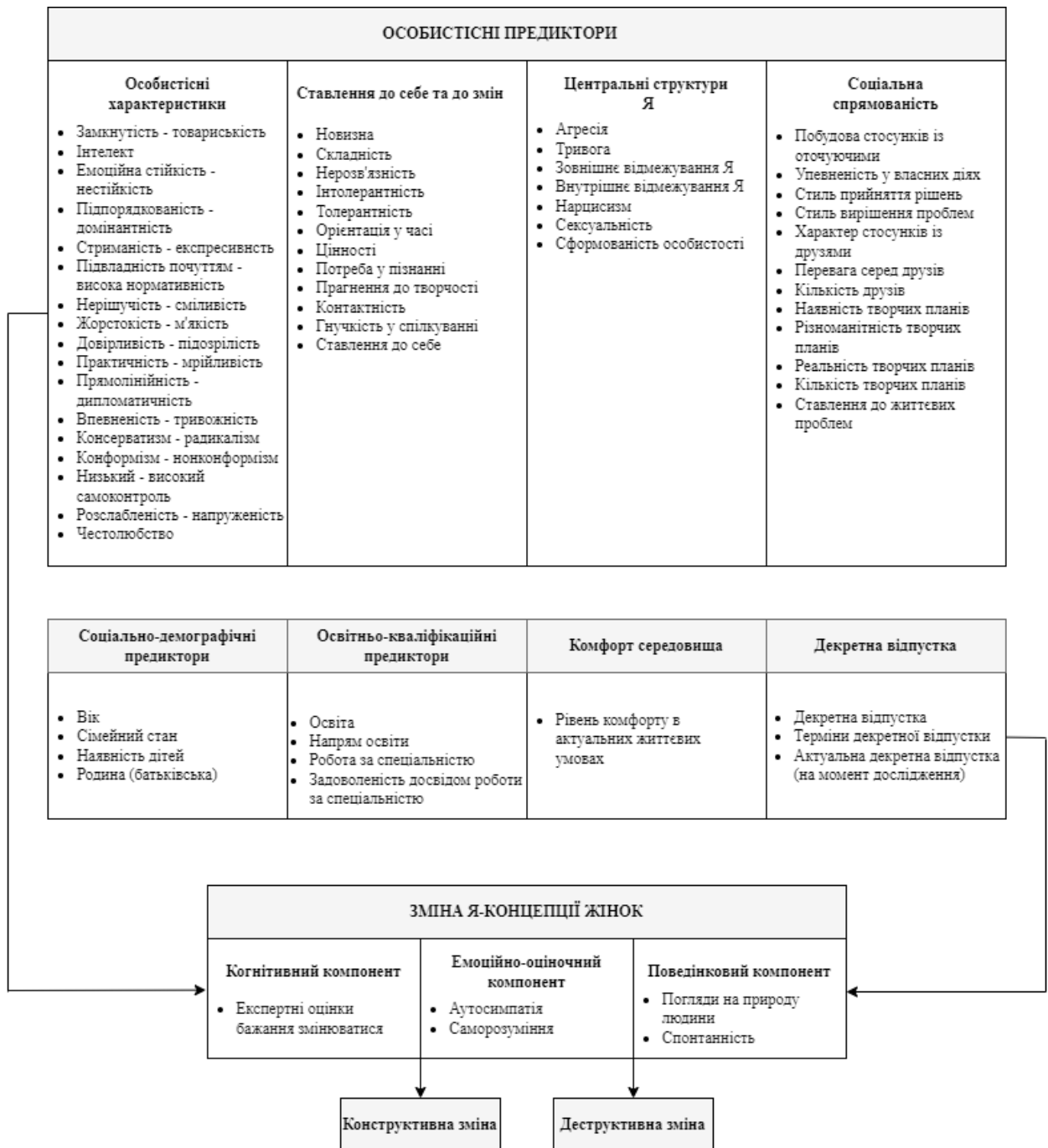


Рис. 2.1. Теоретична модель дослідження психологічних предикторів зміни Я-концепції жінок

Зміна Я-концепції жінок відбувається завдяки дії таких груп предикторів, а саме: а) особистісних, б) соціально-демографічних, в) освітньо-кваліфікаційних, г) комфорт середовища, д) декретна відпустка.

Особистісні предиктори складають: особистісні характеристики, ставлення особистості до себе та до змін, центральні структури Я та

соціальна спрямованість особистості, яка представлена особливостями її взаємодії із соціальним оточенням.

Соціально демографічні предиктори складають: вік, сімейний стан, наявність дітей, родина, у якій зростала та виховувалася особистість (як місце первинної соціалізації особистості).

Освітньо-кваліфікаційні предиктори складають: освіта, напрям освіти, досвід роботи за спеціальністю та задоволеність досвідом роботи за спеціальністю.

Комфорт середовища складають: рівень комфорту особистості у актуальних життєвих умовах (за суб'єктивною оцінкою).

Зміст декретної відпустки складають: досвід декретної відпустки, загальні її терміни, актуальна на момент дослідження декретна відпустка.

Окреслені групи предикторів здійснюють трансформаційний вплив на три компоненти Я-концепції жінок: когнітивний, емоційно-оціночний та поведінковий. Когнітивний компонент представлений експертними оцінками бажання змінюватися – оцінки різниці між Я-реальним та Я-ідеальним. Емоційно-оціночний компонент представлений аутосимпатією та саморозумінням - здатністю особистості приймати себе такою, якою вона є, усвідомлювати власні бажання та інтереси; стійка адекватна самооцінка. Поведінковий компонент представлений шкалами спонтанність та погляди на природу людини – впевненість у своїх діях, довіра до оточуючого світу, віра в силу людських можливостей, прагнення до щирих та гармонійних міжособистісних стосунків.

Під впливом цих груп предикторів Я-концепція жінок зазнає конструктивних та деструктивних змін. Конструктивні зміни приводять до формування позитивної Я-концепції, реалізації особистісного потенціалу та прагнення до самоактуалізації. Деструктивні зміни призводять до формування негативної Я-концепції, стагнації особистості, небажання реалізувати власний потенціал та розвиватися.

Так, у самозвіті жінки, які засвідчили, що мають проблеми з самореалізацією, часто вказували на те, що щось їм заважає «рухатися далі», розвиватися, самовдосконалюватися, пробувати себе у нових видах діяльності тощо. Самостійно вони не можуть визначити, що саме стало відправною точкою для початку проблем, однак впевнені, що вони самі змінилися як особистість. Ці зміни мають або позитивний, або негативний характер. При позитивних змінах жінка мотивована до нових звершень, має позитивну самооцінку, стабільний позитивний психологічний стан. При негативних змінах вона ніби застигає на одному місці, іноді занурюється в депресивний стан.

На основі теоретичної моделі дослідження психологічних предикторів зміни Я-концепції жінок співвіднесено конструкти дослідження та шкали застосованих методик (таблиця 2.1).

*Таблиця 2.1*

Операціоналізація методичного інструментарію

<b>Компонент/ предиктор</b>	<b>Психологічна характеристика</b>	<b>Методика</b>	<b>Доцільність використання</b>
ОХ	Замкнутість – товаришність; Інтелект; Емоційна стійкість – нестійкість; Підпорядкованість – домінантність; Стриманість – експресивність; Підвладність почуттям – висока нормативність; Нерішучість – сміливість; Жорстокість – м'якість; Довірливість – підозрілість; Практичність – мрійливість; Прямолінійність – дипломатичність; Впевненість – тривожність; Консерватизм – радикалізм; Конформізм – нонконформізм; Низький – високий	F-16 Особистісний опитувальник Кеттелла	Методика дозволяє дослідити особистісні характеристики респондентів

	самоконтроль; Розслабленість – напруженість		
ЦЯ	Агресія Тривога Зовнішнє відмежування Я Внутрішнє відмежування Я Нарцисизм Сексуальність	Я-структурний тест Аммона	Спрямована на з'ясування глибинних неусвідомлюваних особистістю структур
СС	Побудова стосунків із оточуючими Упевненість у власних діях Стиль прийняття рішень Стиль вирішення проблем Характер стосунків із друзями Перевага серед друзів Кількість друзів Наявність творчих планів Реальність творчих планів	Куб у пустелі	Дозволяє з'ясувати особливості соціального життя респондентів
ЦЯ	Кількість творчих планів Ставлення до життєвих проблем		
КС	Сформованість особистості  Рівень комфорту в актуальних життєвих умовах		
СДС	Новизна Складність Нерозв'язність Інтолерантність Толерантність	Шкала толерантності до невизначеності Баднера	Дозволяє дослідити специфіку ставлення особистості до змін та до невизначеності
СДС	Орієнтація у часі Цінності Потреба у пізнанні Прагнення до творчості Контактність Гнучкість у спілкуванні Автономність	САМОАЛ	Дозволяє з'ясувати особливості процесу самоактуалізації, деякі особливості міжособистісного спілкування та ставлення до себе
Е	Аутосимпатія Саморозуміння		
П	Погляди на природу людини Спонтанність		

СД	Вік Сімейний стан Наявність дітей Родина (батьківська)	Самозвіт респондентів	
ОК	Освіта Напрямок освіти Робота за спеціальністю Задоволеність досвідом роботи за спеціальністю	Самозвіт респондентів	
ДВ	Декретна відпустка Терміни декретної відпустки Актуальна декретна відпустка	Самозвіт респондентів	
К	Експертні оцінки бажання змінюватися	Метод експертних оцінок	

*Примітки:*

- *К* – когнітивний компонент;
- *Е* – емоційно-оціночний компонент;
- *П* – поведінковий компонент;
- *ОХ* – особистісні характеристики;
- *СдС* – ставлення до себе та до змін;
- *ЦЯ* – центральні структури Я;
- *СС* – соціальна спрямованість;
- *СД* – соціально-демографічні чинники;
- *ОК* – освітньо-кваліфікаційні чинники;
- *КС* – комфорт середовища;
- *ДВ* – декретна відпустка.

Обрані групи предикторів дозволяють охопити як особистісну, так і соціальну сферу життєдіяльності особистості.

## **2.2. Методичне забезпечення емпіричного дослідження специфіки зміни Я-концепції жінок**

Для вирішення дослідницьких завдань у роботі було застосовано такі психодіагностичні методики: Шкала толерантності до невизначеності Баднера (Intolerance of Ambiguity Scale / IAS) (С. Баднер) – для діагностики рівня толерантності до невизначеності; Багатофакторний особистісний опитувальник Кеттелла / 16PF (Р. Кеттелл) – для дослідження особистісних характеристик; Самоактуалізаційний тест САМОАЛ (Е. Шостром) – для дослідження рівня та особливостей самоактуалізації особистості; Я-

структурний тест Аммона (Г. Аммон) – для визначення центральних структур Я; Проективна методика «Ідеальна Я» – для дослідження бажаних якісних і кількісних змін; Проективна методика «Куб у пустелі» – для з'ясування взаємозв'язку між образами у свідомості та внутрішнім світом людини; в) *математично-статистичної обробки даних* – кількісного опису даних та статистичного виводу (t-критерій Стьюдента для залежних і незалежних вибірок, кореляційний, однофакторний, двофакторний та багатофакторний дисперсійні аналізи; d та f Коена, Омега квадрат, часткова Ета для визначення сили ефекту; Хі-квадрат – для визначення міри сполученості змінних; альфа Кронбаха для визначення внутрішньої узгоженості), методи багатомірної математичної статистики (експлораторний факторний, множинний регресійний аналізи, бінарна логістична та поліноміальна логістична регресії) – для встановлення особистісних чинників зміни Я-концепції жінок.

**Самоактуалізаційний тест САМОАЛ.** Метою тесту САМОАЛ є визначення рівня самоактуалізації особистості та дослідження поведінкового компоненту Я-концепції особистості (Мацко, Прищак & Первушина, 2011). Тест містить 10 шкал.

*Орієнтація у часі.* Шкала дозволяє зрозуміти, наскільки людина живе теперішнім, не шкодуючи за минулим, та, не відкладаючи власне життя на потім.

*Цінності.* Високий результат за цією шкалою свідчить про те, що для людини характерне прагнення до істини, добра, краси, унікальності, простоти, легкості і т.д.

*Погляди на природу людини.* Висока оцінка за цією шкалою свідчить про те, що досліджуваний має позитивний погляд на природу людини, вірить у силу людських можливостей.

*Висока потреба у пізнанні.* Високий результат за цією шкалою характерний для людини, що завжди прагне нових вражень та емоцій.

*Прагнення до творчості або креативності.* Прагнення до творчості і/або креативності є обов'язковим атрибутом самоактуалізації, тому людина, яка має високий бал за цією шкалою, прагне реалізувати себе та характеризується творчим ставленням до власного життя.

*Автономність.* Автономність передбачає наявність у людини таких рис як життєвість та самопідтримка, зрілість.

*Спонтанність.* Високий бал за цією шкалою свідчить про те, що людина впевнена у собі та довіряє оточуючому світу.

*Саморозуміння.* Наявність високого балу за цією шкалою є характерною для досліджуваних, що відрізняються чуттєвістю та сензитивністю.

*Аутосимпатія.* Аутосимпатія як і автономність є основою психічного здоров'я та цілісності особистості. Високий бал за шкалою свідчить про наявність усвідомленої позитивної Я-концепції та стійкої адекватної самооцінки.

*Контактність.* Шкала контактності дозволяє виміряти товариськість особистості та її здатність до встановлення доброзичливих соціальних контактів.

*Гнучкість у спілкуванні.* Високий показник свідчить про відсутність у людини соціальних стереотипів. Така людина орієнтована на особистісне спілкування без маніпулювання співрозмовником.

Загалом, результати за методикою САМОАЛ дозволять зробити висновок про рівень вираження прагнення людини до самоактуалізації.

**16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттела (16PF).** У дослідженні було використано форму С. Методика містить 16 первинних факторів, які відображаються у шкалах (Лемак, 2011). Опитувальник дає змогу дослідити широкий спектр особистісних характеристик, які складають найбільшу групу чинників трансформації Я-концепції особистості.

*Шкала А: замкнутість – товариськість.* Високий бал за шкалою характерний для відкритих, товариських, контактних. Низький бал за шкалою свідчить про замкнутих, нетовариських, самотійних людей.

*Шкала В: низький інтелект – високий інтелект.* Високі результати свідчать про те, що людина має добре розвинене абстрактне мислення та вербальна культура. Низькі бали за шкалою свідчать про менш розвинений або низький рівень абстрактного мислення.

*Шкала С: емоційна нестабільність – емоційна стабільність.* Досліджувані із високими балами за цією шкалою емоційно стабільні та спокійні. Досліджувані із низькими балами легко дратуються та мають бурхливу реакцію на незначні події.

*Шкала Е: підпорядкованість – домінантність.* Високі результати за шкалою дозволяють стверджувати, що досліджуваний є домінантною особистістю, яка схильна мислити самотійно, не опираючись на суспільну думку. Низькі бали за шкалою отримують респонденти, що відрізняються конформністю.

*Шкала F: стриманість – експресивність.* Високі бали за шкалою характерні для респондентів, що не звикли стримувати свої емоції. Низькі бали свідчать про надмірну обережність та передбачливість.

*Шкала G: низька нормативність поведінки – висока нормативність поведінки.* Високі бали за шкалою притаманні дисциплінованими, відповідальним людям, які схильні виконувати свої обіцянки та притримуватися загальноприйнятих суспільних норм. Низькі бали за шкалою свідчать про те, що людина зазвичай орієнтується на власні бажання, нехтуючи обов'язками.

*Шкала H: боязкість – сміливість.* Високі бали за шкалою характерні для респондентів, які відрізняються сміливістю, рішучістю та активністю. Низькі бали характерні для обережних, обачливих людей, які зазвичай уникають ризику та відчувають стрес під час спілкування із незнайомими людьми.

*Шкала I: жорстокість – чуттєвість.* Високі бали за шкалою характерні для респондентів, які відрізняються високим рівнем чуттєвості. Низькі бали за шкалою характеризують респондента як такого, що не здатний до емпатії та не вміє співпереживати.

*Шкала L: довірливість – підозрілість.* Високі бали за шкалою свідчать про наявність настороженого відношення до інших людей, що часто може трансформуватися у підозрілість. Низькі бали за шкалою притаманні довірливим, відкритим та терплячим людям, які часто вдаються до поступок іншим людям та до визнання чужого авторитету.

*Шкала M: практичність – мрійливість.* Респонденти із високими балами зазвичай мають добре розвинену уяву, часто захоплюються мистецтвом. Низькі бали за шкалою свідчать про раціональність та орієнтованість на конкретні задачі.

*Шкала N: прямолінійність – дипломатичність.* Високі бали за шкалою свідчать про те, що людина вміє поводитися у суспільстві та знаходити спільну мову із різними типами співрозмовників. Низькі бали за шкалою свідчать про прямолінійність особистості.

*Шкала O: спокій – тривожність.* Високі бали за шкалою характерні для людини, яка постійно переймається. Низькі бали свідчать про те, що їх власник – людина спокійна, безтурботна, впевнена у власних силах, активна та не звертає увагу на оцінку оточуючих.

*Шкала Q1: консерватизм – радикалізм.* Високі бали за шкалою характерні для респондентів, які люблять експериментувати, шукати нові шляхи та способи вирішення завдань. Низькі бали отримують люди, що відрізняються консервативністю відносно нововведень, надають перевагу звичаям та традиціям.

*Шкала Q2: конформізм – нонконформізм.* Високі бали характерні для респондентів, які орієнтуються на власну думку та можуть діяти самостійно. Низькі бали отримують респонденти, які залежать від власної соціальної групи, потребує схвалення від її учасників, не має власної думки.

*Шкала Q3: низький самоконтроль – високий самоконтроль.* Респонденти, які отримали високі бали за шкалою, характеризуються розвиненою силою волі, цілеспрямованістю, наполегливістю та схильні завершувати розпочаті справи. Низькі бали притаманні людям зі слабкою силою волі.

*Шкала Q4: розслабленість – напруженість.* Високі бали характерні для респондентів, які відрізняються зібраністю, активністю, енергійністю та високим рівнем мотивації. Низькі бали свідчать про те, що людина спокійна, дещо байдужа та апатична.

**Методика «Шкала толерантності до невизначеності» С. Баднера** (Intolerance of Ambiguity Scale, IAS) (Budner, 1962) спрямована на діагностику толерантності до невизначеності. Методика містить 16 запитань, відповіді на які дадуть уявлення про ставлення людини до невизначеності. Методика також містить три субшкали, результати яких дозволяють визначити головне джерело інтолерантності до невизначеності: новизна, складність та нерозв'язність. Шкала толерантності до невизначеності С. Баднера дозволяє дослідити рівень відкритості особистості до нового досвіду та готовність до змін, а також з'ясувати особливості її ставлення до самої себе.

**Я-структурний тест Г. Аммона.** Згідно з теорією структури особистості Г. Аммона, психічні процеси базуються на стосунках, а структура особистості є відображенням цієї сукупності стосунків, тому психічні розлади є хворобами ідентичності (Ya-strukturnyy test Ammona). Відповіді на які формують 18 шкал. Шкали, у свою чергу, групуються у шість основних Я-функцій: *агресія, тривога/страх, зовнішнє відмежування Я, внутрішнє відмежування Я, нарцисизм та сексуальність*. Кожна із цих функцій може бути конструктивною, деструктивною та дефіцитарною. Ці функції можуть не усвідомлюватися особистістю, однак здійснювати суттєвий вплив на її життя. Методика дозволяє дослідити глибинні структури Я, для дослідження неусвідомлюваних дій та реакцій особистості.

*Агресія* розуміється як активна зверненість до речей та людей, первинна орієнтованість на оточуючий світ та відкритість йому. Включає в себе здатність до встановлення контактів, активне вивчення оточуючого світу та наполегливість при досягненні цілі.

*Тривога/страх* зберігає особистісну ідентичність у кризових ситуаціях, що інтегрують новий досвід у структуру особистості.

*Зовнішнє відмежування Я* дозволяє особистості усвідомити власну окремість, унікальність. В результаті цього стає можливою істинна інтерперсональна взаємодія, сприйняття інших як окремих особистостей.

*Внутрішнє відмежування Я* регулює інтрапсихічні процеси, регулює логіку та емоційність, свідому та несвідому частини особистості, актуальні переживання та сліди власного досвіду.

*Нарцисизм* визначає ставлення людини до самої себе, відчуття самостійності, цінності та значущості на основі яких формується взаємодія із оточуючим світом.

**Проективна методика «Ідеальна я».** Побудована на засадах теорії Я-концепції, згідно з якою в людини є Я-реальне та Я-ідеальне. Розрив між цими двома Я провокує внутрішні конфлікти, що впливають на усі аспекти життя особистості. Досліджуваним пропонується дати відповідь на два запитання. У першому необхідно вказати десять основних якостей, що найкраще характеризують респондента на теперішній період життя. У другому, респонденту пропонують вказати десять якостей, які вона хоче розвинути або вже розвиває для того, щоб стати кращою версією самого себе. Різниця між Я-реальним та Я-ідеальним пояснює міру прагнення особистості до змін та обізнаність особистості про саму себе.

Для визначення міри прагнення до змін було використано метод експертних оцінок. До експертної групи увійшло 5 асистентів кафедри експериментальної та прикладної психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка: Курапов А. О., Ягіяєв І. І., Литвин С. В., Льошенко О. А., Кондратьєва В. І.

**Проективна методика «Куб у пустелі».** Це один із методів психологічної діагностики, який дозволяє розкрити особливості внутрішнього світу людини, та показує, як пов'язані візуальні образи, що виникають в уяві, та актуальний емоційний стан та рівень комфорту особистості в актуальних життєвих умовах. Тест дає можливість встановити взаємозв'язок між образами в свідомості та внутрішнім світом людини.

### **2.3. Характеристика вибірки та психологічні особливості Я-концепції жінок**

Дослідження психологічних предикторів зміни Я-концепції жінок проводилося дистанційно та мало декілька етапів. На першому етапі було проведено попереднє опитування респондентів з метою підтвердження необхідності детального дослідження зміни Я-концепції жінок. У попередньому опитуванні взяло участь 129 жінок віком від 23 до 63 років. Усі вони на момент дослідження мали закінчену вищу або незакінчену вищу освіту різного профілю, різний сімейний стан тощо. Серед опитуваних 79 жінок зазначили, що не вважають себе реалізованими. У відсотковому співвідношенні ця частка становить 61,24% від загальної кількості опитуваних. Окрім того, 81 жінка зазначила, що має проблеми із самореалізацією – 62,8%. Серед проблем, із якими респонденти пов'язують свої проблеми, є брак часу, фінансів, підтримки зі сторони найближчого оточення, внутрішня неготовність, невпевненість у власних силах і т.д. 94% із респондентів із проблемами щодо самореалізації зазначили, що мають психологічні труднощі та потребують допомоги із їх вирішенням.

Аналогічна процедура була застосована до чоловіків – 100 осіб віком від 20 до 65 років. Вони також мали освіту різного профілю, різний сімейний стан. Серед респондентів 81 чоловік (81%) зазначив, що вважає себе цілком реалізованим та не має проблем із самореалізацією; 10 чоловіків (10%) вважають себе реалізованими у одній із сфер життя (сім'я, робота, хобі). Решта чоловіків – 9 осіб (9% від загальної кількості) зазначили, що мають

проблеми із самореалізацією. Із них 7 чоловіків вказали, що їх проблеми мають не психологічну природу – брак часу, фінансів, інструментарію для досягнення мети (наприклад, незнання іноземних мов). І лише 3 чоловіки (20% від кількості осіб, що мають труднощі із самореалізацією та 3% від загальної кількості опитаних) зазначили, що мають труднощі психологічного характеру (брак мотивації) та потребують допомоги спеціаліста для їх вирішення. Вік цих чоловіків становить від 40 до 45 років, що збігається із періодом так званої кризи середнього віку, тому ці психологічні труднощі можуть бути зумовлені саме нею (Цибух & Куляс, 2019). Детальніше співвідношення характеристик чоловіків і жінок представлено у Табл. 2.2.

*Таблиця 2.2*

Співвідношення основних характеристик чоловіків та жінок

<b>Характеристика</b>	<b>Жінки</b>	<b>Чоловіки</b>
Вважають себе реалізованими	50 (38,76%)	81 (81%)
Не вважають себе реалізованими	79 (61,24%)	9 (9%)
Мають проблеми із самореалізацією	81 (62,8%)	9 (9%)
Мають психологічні труднощі	76 (94%)	3 (20%)
Всього	129 (100%)	100 (100%)

Базуючись на результатах попереднього опитування жінки мають більші проблеми із самореалізацією та частіше свідчать про проблеми психологічного характеру (62,8% та 9% відповідно; психологічні проблеми становлять 94% та 20% відповідно). Таким чином, було прийнято рішення сфокусуватись на жінках у зв'язку із відсутністю доцільності брати до уваги Я-концепцію чоловіків.

У основному етапі дослідженні особистісних предикторів зміни Я-концепції жінок загалом взяло участь 312 жінок. Опитування проводилося онлайн через Google form шляхом поширення через групи у Viber та Telegram. Усі вони є громадянами України та мають постійне місце

проживання на території України. Дослідження проводилося до початку повномасштабного вторгнення РФ до України (24 лютого 2022 року), тому цей параметр міг змінитися. Віковий діапазон досліджуваної вибірки становить від 18 до 59 років.

Для більш детального вивчення особливостей досліджуваного феномену усіх респондентів було розподілено на 4 вікові групи (за Е. Еріксоном): юність (від 18 до 20 років); молодість (від 21 до 25 років); рання дорослість (від 26 до 40 років); середня дорослість (від 41 до 60 років). Дослідження проводилось виключно за участі повнолітніх осіб. У таблиці 2.3 представлено детальний розподіл респондентів за критерієм віку. Основний пласт складає група досліджуваних віку ранньої дорослості – 82,4%. Саме на цей вік найчастіше припадає процес різного роду самореалізації – становлення жінки як матері, як суб'єкта професійного життя, як соціального суб'єкта тощо.

Таблиця 2.3

## Розподіл респондентів за критерієм віку

Вікова група	Юність	Молодість	Рання дорослість	Середня дорослість
Кількість	4	21	257	30
%	1,3	6,7	82,4	9,6

У дослідженні взяли участь жінки, що мають різний сімейний стан (табл. 2.4). Більшість із них перебувають в офіційному шлюбі – 54,8% або ж мають партнера чи проживають у цивільному шлюбі – 20,5%.

Таблиця 2.4

## Розподіл респондентів за критерієм сімейного стану

Сімейний стан	Вільна	Має партнера	Офіційний шлюб	Розлучена	Вдова
Кількість	45	64	171	30	2
%	14,4	20,5	54,8	9,6	0,6

Важливим критерієм дослідження є наявність у досліджуваних жінок дітей. Із загальної кількості респондентів у 42,9% дітей на момент дослідження не було, а 35,9% мали лише одну дитину. Кумулятивний відсоток цих двох категорій становить 78,8%. Більша частина опитуваних жінок або не поспішають реалізовуватися у материнстві з різних причин або ж із різних обставин не бажають народжувати більше однієї дитини. Натомість, багатодітними матерями є лише 12 жінок, що в цілому становить 3,9% від загальної вибірки. Детальний розподіл респондентів за критерієм наявності дітей та їх кількості представлений у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5

Розподіл респондентів за критерієм наявності дітей та їх кількості

<b>Наявність дітей</b>	<b>Не має</b>	<b>1 дитина</b>	<b>2 дітей</b>	<b>3 дітей</b>	<b>&gt;4 дітей</b>
<b>Кількість</b>	134	112	54	9	3
<b>%</b>	42,9	35,9	17,3	2,9	1

Вибірка не є однорідною також за критерієм освіти. Більшість респондентів мають закінчену вищу освіту – 76,6%, 12,5% досліджуваних є здобувачами першої або другої вищої освіти. Такі показники свідчать про тенденцію загалом серед українського суспільства до отримання вищої освіти (табл. 2.6).

Таблиця 2.6

Розподіл респондентів за критерієм освіти

<b>Освіта</b>	<b>Закінчена вища</b>	<b>Незакінчена вища</b>	<b>Середня</b>	<b>2 вищі</b>
<b>Кількість</b>	239	17	34	22
<b>%</b>	76,6	5,4	10,9	7,1

Окрім того, досліджувана вибірка є досить різноманітною за критерієм професійної спеціалізації. Більш детально професії опитаних жінок представлені на рис. 2.2. Найбільш представленими професіями виявилися

професії економіста та вчителя – відповідно 20,2% та 15,7%; найменш представленими виявилися професії перукаря та технолога – відповідно 5,8% та 4,5%. У цілому серед досліджуваних жінок наявний значний відсоток професій, які в суспільстві подекуди й досі вважають чоловічими. Зокрема, до таких відносяться професії інженера – 11,9%, технолога – 4,5% та управлінця – 10,6%. Таким чином, широкий спектр наявних у дослідженні професій свідчить про різноманіття вибірки та про тенденцію до подолання стереотипізації професійного життя українського суспільства в цілому.

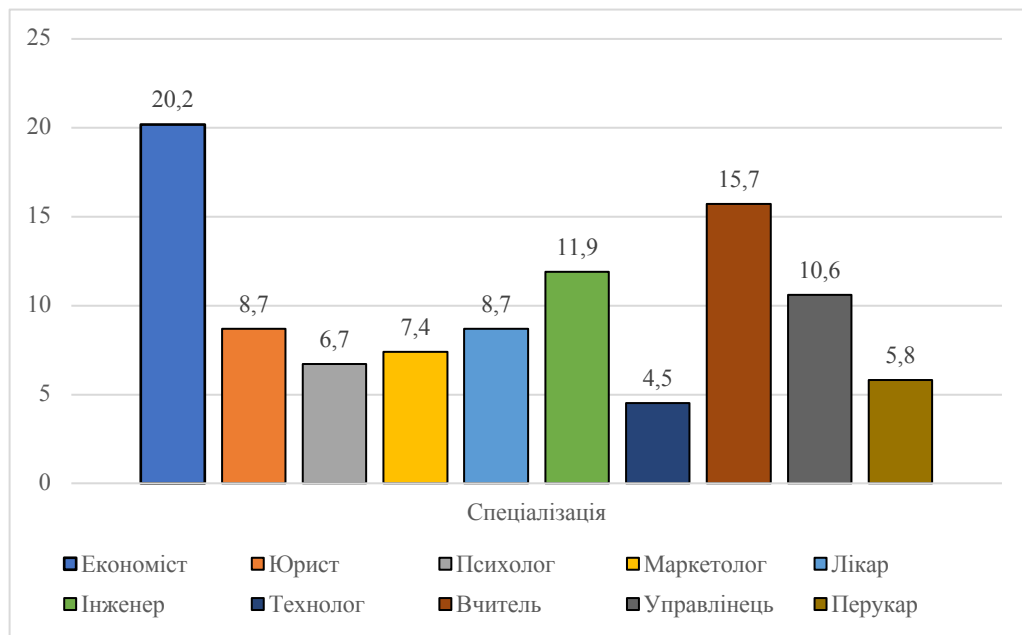


Рис. 2.2. Розподіл вибірки за критерієм професійної спеціалізації

Більшість опитаних жінок мають досвід роботи за професійною спеціалізацією та задоволені цим досвідом (табл. 2.7). Отже, особистість зазнає змін, розвитку в професійній діяльності. Сам процес і його наслідки можуть бути як позитивними, так і негативними. Отримані дані можуть свідчити про свідомий і вдалий вибір респондентами своєї майбутньої предметної сфери діяльності, відповідного профілю навчання, а отже набуття ними тих особистісних змін, змін особистості, які стали основою для формування їхніх професійно значущих рис тощо. Можна припустити, що в них до певної міри є реалізованими потреби в професійному самовизначенні, в досягненнях, а також в реалізації цінностей стосовно свого перебування в професійному, а ширше – в соціальному середовищі. Наявність описаних

груп жінок свідчить про наявність в їхньому досвіді переживання особистісних змін (нормативних і ненормативних), які стосуються професійного становлення тощо.

Таблиця 2.7

Розподіл респондентів за критерієм досвіду роботи за спеціальністю

Наявність досвіду роботи за спеціальністю			Задоволеність досвідом роботи за спеціальністю		
	Так	Ні		Так	Ні
<b>Кількість</b>	212	100	<b>Кількість</b>	180	132
<b>%</b>	67,9	32,1	<b>%</b>	57,7	42,3

Важливим параметром для дослідження Я-концепції особистості жінки є декретна відпустка. Період формування психологічної готовності до народження дитини (фізичної та ін. підготовки до пологів), саме народження дитини та формування особистості жінки як матері є важливим етапом в її житті, який позначається на всіх інших сферах її життєдіяльності. В цьому періоді особистість жінки може зазнавати різноспрямованих (позитивних і негативних) впливів, що може позначитися на її особистісних змінах, зміні її Я-концепції в цілому. Під час дослідження вивчалися такі особливості перебування жінки в декретній відпустці як: досвід декретної відпустки (загалом), терміни декретної відпустки (загальна тривалість) та актуальна декретна відпустка, тобто актуальна на момент проведення дослідження (табл. 2.8).

Таблиця 2.8

Розподіл респондентів за критерієм декретної відпустки

Декретна відпустка			Актуальна декретна відпустка		
	Так	Ні		Так	Ні
<b>Кількість</b>	172	140	<b>Кількість</b>	64	248
<b>%</b>	55,1	44,9	<b>%</b>	20,5	79,5

Таким чином, більша частина вибірки має в своєму житті досвід декретної відпустки. У більшості випадків жінки мають досвід материнства, відчули його вплив на власне життя та отримали наслідки у різних його аспектах. Окрім того, частина вибірки – 20,5% респондентів – перебували у декретній відпустці на момент проведення дослідження. Актуальна декретна відпустка може мати суттєвий вплив на Я-концепцію жінок, оскільки життя жінки значно змінюється в процесі догляду за новонародженою дитиною.

Параметр тривалості декретної відпустки зумовлюється нормативними законодавчими положеннями та конкретною життєвою ситуацією жінки. Загальна тривалість декретної відпустки може виявитися серйозним ситуативним предиктором зміни Я-концепції жінок, оскільки тривала зміна способу життя матиме безумовно свої наслідки (табл. 2.9).

*Таблиця 2.9*

Розподіл респондентів за критерієм тривалості декретної відпустки

<b>Тривалість декретної відпустки</b>	<b>Кількість</b>	<b>%</b>
Не перебувала	140	44,9
< 6 місяців	7	2,2
6 – 12 місяців	22	7,1
1 – 2 роки	33	10,6
3 – 5 років	66	21,2
>5 років	44	14,1

Серед опитаних респондентів менше половини не перебували у декретній відпустці – 140 осіб (44,9%). Значний відсоток жінок – 66 осіб (21,2%) у загальному підсумку перебували у відпустці по догляду за дитиною від 3 до 5 років. При цьому вони робили перерву не тільки в роботі, а й в реалізації й задоволенні своїх інтересів, звичок, захоплень тощо. Найменша кількість жінок – 7 осіб (2,2%) – перебували у декретній відпустці менше 6 місяців. Після невеликого відрізу у часу вони повернулися до своєї

професійної діяльності, до виконання свого фаху, що більш коректно відповідало їхнім поребам та життєдіяльності, ніж перебування з дитиною у декретній відпустці.

Важливим аспектом у вивченні Я-концепції особистості є родина, в якій ця особистість зростала. Родина є осередком і джерелом первинної соціалізації особистості, що значною мірою впливає на її розвиток і формування (табл. 2.10).

*Таблиця 2.10*

Розподіл респондентів за критерієм середовища зростання

<b>Родина</b>	<b>Кількість</b>	<b>%</b>
Повна	240	76,9
Не повна	66	21,2
Із родичами	6	1,9

Більша частина досліджуваних – 240 осіб (76,9%) зростала та виховувалася у повній сім'ї. Теоретично це означає, що людина має уявлення про традиційний інститут сім'ї. Однак, у реальному житті, повна сім'я не завжди є благополучною, тому необхідно більш глибоко і детально вивчати стосунки між членами родини, дитячо-батьківські стосунки окрема.

Важливим аспектом вивчення зміни Я-концепції жінок є суб'єктивна оцінка жінкою своєї особистісної реалізації. У нашому дослідженні суб'єктивна оцінка власної особистісної реалізації жінки розглядається як результат якісних змін в Я-концепції жінки. Використовуючи самозвіти жінок з'ясовано, що більшість із них не вважають себе реалізованими – 61,6%. Цікавим виміром також є встановлення значущої сфери самореалізації жінками (табл. 2.11).

*Таблиця 2.11*

Розподіл респондентів за критерієм реалізованості

<b>Реалізованість</b>	<b>Так</b>	<b>Ні</b>
<b>Кількість</b>	120	192

%	38,5	61,6
---	------	------

Із загальної кількості респондентів лише 9 осіб зазначили, що вважають себе взагалі не реалізованими (табл. 2.12). Ця частина складає найменший відсоток. Приблизно така ж кількість респондентів стверджує, що вони повністю реалізовані в житті та не мають ніяких проблем у цій сфері. Найбільший відсоток досліджуваних зазначили, що вважають себе реалізованими на середньому рівні та потребують допомоги у формуванні плану саморозвитку та вирішення труднощів із власною особистісною реалізацією.

Таблиця 2.12

Розподіл респондентів за критерієм міри та сфери реалізованості

<b>Міра реалізованості</b>	<b>Не реалізована</b>	<b>Слабко реалізована</b>	<b>Середньо реалізована</b>	<b>Достатньо реалізована</b>	<b>Повністю реалізована</b>
<b>Кількість</b>	9	35	132	125	11
<b>%</b>	2,9	11,2	42,3	40,1	3,5
<b>Сфера реалізованості</b>	<b>Хобі</b>	<b>Робота</b>	<b>Сім'я</b>	<b>Не реалізована в жодній</b>	
<b>Кількість</b>	40	88	161	23	
<b>%</b>	12,8	28,2	51,6	7,4	

Половина респондентів зазначила, що вони є реалізованими в сім'ї (51,6%). Це може свідчити про те, що досліджувані жінки прихильні до традиційних та звичаєвих норм стосовно родини, сімейних цінностей, вважають себе «берегинями сімейного вогнища». Або ж ці жінки не мають сил та мотивації розпочати чи продовжити будувати кар'єру чи займатися якоюсь справою в якості хобі. Із загальної кількості опитаних лише 7,4% вважають себе нереалізованими в жодній із зазначених сфер.

Останнім важливим аспектом, який необхідно було дослідити у рамках вивчення зміни Я-концепції жінок, була наявність проблем із самореалізацією. Таким чином, 70,2% респондентів зазначили, що мають

часткові проблеми із самореалізацією і потребують допомоги психолога (адже самостійно не можуть виокремити основні проблемні моменти та сформулювати план дій) щодо вирішення проблем із самореалізацією (табл. 2.13).

Таблиця 2.13

Розподіл респондентів за критерієм наявності труднощів із самореалізацією

Наявність труднощів	Так	Ні	Потреба у професійній допомозі	Так	Ні
Кількість	219	93	Кількість	222	90
%	70,2	29,8	%	71,2	28,8

Для більш детального розуміння труднощів опитаних жінок їм було запропоновано зазначити проблеми, які заважають їм розвиватися (рис. 2.3). Виявлені проблеми можна розподілити на дві основні групи: об'єктивні та суб'єктивні. До об'єктивних проблем можна віднести низький рівень заробітної платні (4,5%), проблеми зі здоров'ям (3,8%), неможливість займатися бажаною справою (5,8%) та нестачу часу (9,6%). До суб'єктивних причин відносяться невпевненість у собі (15,1%), низька самооцінка (8,7%), невизначеність (19,6%), брак мотивації (8%), особливості характеру (4,5%), проблеми зі здоров'ям (4,5%).

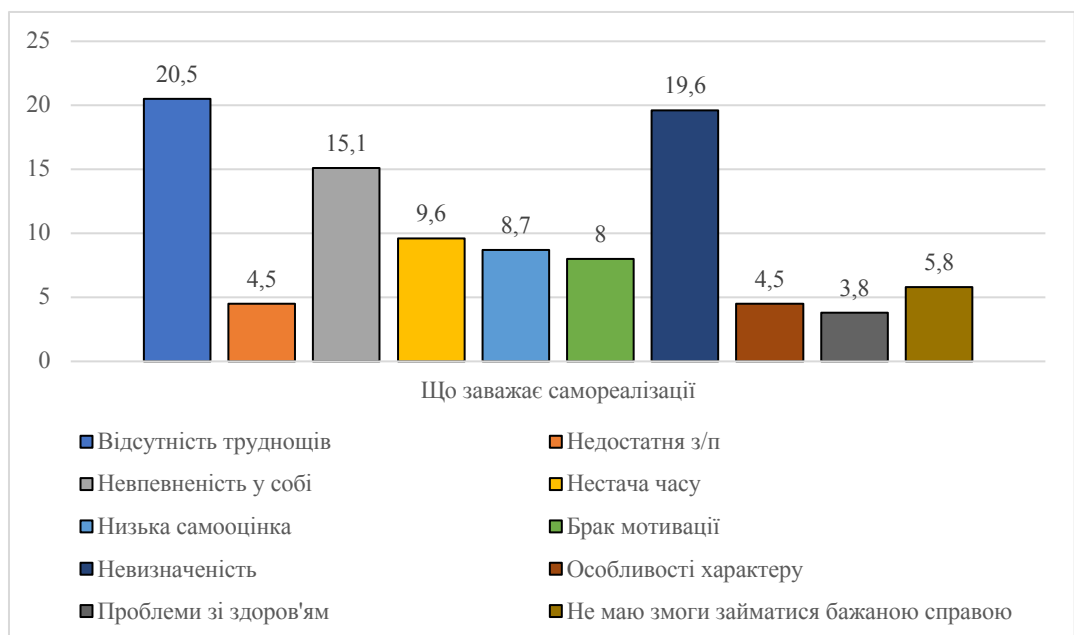


Рис. 2.3. Розподіл вибірки за критерієм наявних труднощів із самореалізацією

Загалом, про психологічні проблеми зазначили 55,9% жінок. Найбільший відсоток опитуваних своєю головною проблемою вважають невизначеність (19,6%) та невпевненість у собі (15,1%). Це означає, що вони не мають чіткого розуміння про те, ким вони є, які переваги та недоліки їм властиві, що має вия у перманентних сумнівах, емоційних переживаннях стосовно виконуваної справи, стосовно власних рис, стосовно невизначеності цілей в житті тощо. За таких умов невпевненість у собі може бути наслідком невизначеності. Об'єктивні та суб'єктивні труднощі перебувають у постійній взаємодії та, деякою мірою можуть визначати одна одну.

Більшу частину вибірки становлять жінки віком від 26 до 40 років (82,4%), тому є доречним зробити короткий опис саме цієї групи досліджуваних відносно особливостей їхньої самореалізації. Кількість респондентів цієї групи становить 257 осіб. Із них 160 жінок (62,3%) вважають, що вони є нереалізованими. Із загальної кількості повністю нереалізованих респондентів 77,7% складають жінки віком від 26 до 40 років. А також із загальної кількості повністю реалізованих жінок 90,9% респонденти вікової групи «рання дорослість». Серед жінок, які зазначили, що вони нереалізовані в жодній зі сфер – 95,6% із цієї ж вікової групи (рис. 2. 4).

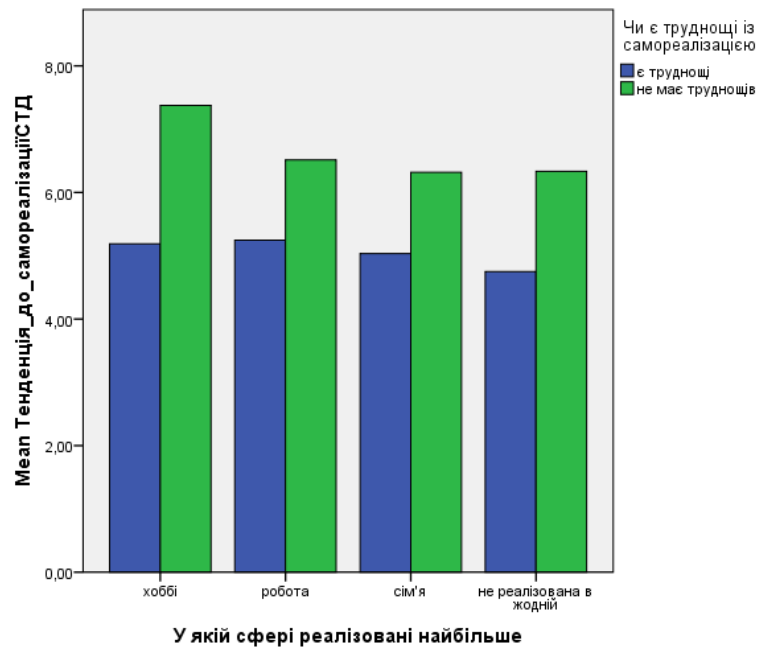


Рис. 2.4. Графік залежності тенденції до самореалізації від сфери реалізації та наявності труднощів із самореалізацією

На рис. 2.4 представлена взаємозалежність тенденції до самореалізації, сфери самореалізації та наявності труднощів із самореалізацією. Таким чином, чим сильнішою є в людини тенденція до самореалізації, тим менше труднощів вона має в процесі самореалізації. Найменше труднощів мають ті респонденти, які найбільше реалізовані в сфері хоббі. Найбільше труднощів мають ті респонденти, які намагаються реалізувати себе в кар'єрі.

Що дещо перегукується з отриманими результатами дослідження Л. Сердюк, яка виокремила «декілька особливостей опосередкування процесів самодеремінації особистісними параметрами: у розвитку холістичних тенденцій самоствлення особистості можна виділити два рівні, які, у свою чергу, опосередковують мотиваційні стратегії особистості, самоорганізацію її учіння і самоздійснення. Перший рівень опосередкований ціннісними та індивідуальними трансляторами, дія стабілізаційних тенденцій у цьому випадку спрямована на самореалізацію особистості, бачення смислу власного життя в саморозвитку, усвідомленні своєї самобутності, унікальності і цінності для оточуючих» (Сердюк, 2014, с. 248).

Отже, із загальної кількості 312 респондентів 61,6% жінок вважають себе не реалізованими у житті незалежно від сфери самореалізації. Більша частина із респондентів вважають себе середньо реалізованими та достатньо реалізованими в одній зі сфер – 42,3% та 40,1% відповідно. Близько половини респондентів вважають себе реалізованими у сімейній сфері – 51,6%. Окрім того, 70,2% опитаних жінок зазначили, що мають серйозні труднощі з самореалізацією, а 71,2% зізналися, що потребують допомоги спеціаліста (психолога) для вирішення цих проблем. Серед найпоширеніших психологічних труднощів, які перешкоджають самореалізації особистості, респонденти виділили невпевненість у собі, невизначеність та низьку самооцінку.

### **Висновки до другого розділу**

1. Для проведення дослідження зміни Я-концепції жінок було побудовано емпіричну модель, яка містить п'ять груп пре дикторів, а саме: а) особистісних, б) соціально-демографічних, в) освітньо-кваліфікаційних, г) комфорт середовища, д) декретна відпустка. Найбільшу групу складають особистісні предиктори: особистісні характеристики, ставлення до себе та до змін, центральні структури Я та соціальну спрямованість. Організація дослідження передбачала формування вибірки досліджуваних та добір методичного інструментарію, методик дослідження відповідно до сформульованих завдань.

2. З метою перевірки коректного використання дібраного методичного інструментарію, визначення його відповідності стосовно мети та сформульованих завдань дослідження, було проведено пілотажне дослідження. У результаті цього здійснено уточнення щодо правильного інтерпретування та розуміння текстів методик, змісту запитань, здійснено запобіжні заходи, що убезпечили від помилок сприйняття та розуміння тесту та тестових процедур. А також уточнено технічні, організаційні аспектів втілення емпіричної частини дослідження, визначено можливу міру

продуктивності, відкориговані терміни виконання поставлених завдань. За результатами пілотажного дослідження було прийнято рішення сфокусуватися на дослідженні зміни Я-концепції жінок у зв'язку із відсутністю потреби брати до уваги Я-концепцію чоловіків: жінки мають більші проблеми з самореалізацією та частіше свідчать про проблеми психологічного характеру (62,8% та 9% відповідно; психологічні проблеми становлять 94% та 20% відповідно).

3. У дослідженні взяли участь 312 осіб жінок від 18 до 60 років. За критеріями:

а) віку вибірку розподілено на чотири групи, а саме: 18–20 років (1,3 0%); 21–25 років (6,7 %); 26–40 років (82,4 %); 41–60 років (9,6 %);

б) *сімейним станом*: в офіційному шлюбі (54,8%); має партнера чи проживають у цивільному шлюбі (20,5%); вільна (14,4 %); розлучена (9,6 %); вдова (0,2 %);

в) за наявністю дітей та їх кількості: не має дітей (42,9 %); одна дитина (35,9 %); дві дитини (17,3 %); три дитини (2,9 %); чотири дитини (1 %);

г) за освітою: закінчена вища (76,6 %); незакінчена вища (5,4 %); дві вища (7,1%); середня (10,9 %);

д) за професійною спеціалізацією: економіст (20,2%), вчитель (15,7%), перукар (8%), технолог (4,5%), інженер (11,9%), технолог (4,5%), управлінець (10,6%);

е) за досвідом роботи: мають досвід (67,9 %); не мають (32,1 %); задоволені професією (задоволені (57,7 %); незадоволені (42,3%));

є) за досвідом декретної відпустки: наявний досвід (55,1 %); відсутній досвід (44,9 %); наявний актуальний досвід (20,5 %); відсутній актуальний досвід (79,5 %);

ж) за середовищем зростання: повна сім'я (76,9); не повна (21,2 %);

з) за реалізованістю особистості: реалізовані (38,5 %); не реалізовані (61,6 %).

4. Для реалізації емпіричної частини дослідження обрано такі психодіагностичні методики: Для реалізації емпіричного дослідження було підбрано методичний інструментарій: Самоактуалізаційний тест САМОАЛ, 16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттела (16PF), Шкала толерантності до невизначеності С. Баднера (Intolerance of Ambiguity Scale, IAS), Я-структурний тест Г. Аммона, Проективна методика «Ідеальна я», Проективна методика «Куб у пустелі».

### РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ ПРЕДИКТОРІВ ЗМІНИ Я-КОНЦЕПЦІЇ ЖІНОК

#### 3.1. Емпірична верифікація індикаторів зміни Я-концепції жінок

Першим етапом дослідження здійснено перевірку отриманих даних на нормальність розподілу. За критерієм Колмогорова-Смірнова необхідні змінні відповідають нормальному розподілу. Це дозволяє використовувати параметричні методи статистичної обробки даних.

Більшість респондентів засвідчила про наявність труднощів із самореалізацією (суб'єктивна оцінка особистісної реалізованості) та окреслила спектр психологічних проблем, які заважають самореалізації особистості. Оскільки суб'єктивна оцінка особистісної реалізованості є результатом зміни Я-концепції, необхідно здійснити верифікацію суб'єктивної оцінки проблем із самореалізацією. За допомогою таблиці сполучення представлено залежність суб'єктивної оцінки особистісної самореалізованості та наявності труднощів із самореалізацією: респонденти, які вважають себе реалізованими мають менше труднощів із самореалізацією; респонденти, які не вважають себе реалізованими, мають більше труднощів із самореалізацією (табл. 3.1). Сила ефекту взаємозалежності свідчить про високий ступінь впливу ( $p = 0,651$ ) (додаток В, табл. В.2).

*Таблиця 3.1*

Взаємозалежність наявності труднощів із самореалізацією та самореалізації

		Чи є труднощі із самореалізацією		Всього
		є труднощі	не має труднощів	
Чи вважаєте ви себе реалізованою	так	39	81	120
	ні	180	12	192
Всього		219	93	312

У результаті можемо сформулювати гіпотези дослідження:

$H_0$  – статистично значущі відмінності між тими, хто має труднощі із самореалізацією, і тими, хто їх не має, відсутні.

$H_1$  – статистично значущі відмінності між тими, хто має труднощі із самореалізацією, і тими, хто їх не має, є.

Для перевірки і підтвердження гіпотези дослідження було застосовано Independent Sample T-Test. За результатами тесту, підтвердилася наявність статистично значущих відмінностей між респондентами, які мають труднощі із самореалізацією, та з тими респондентами, які їх не мають. Тобто, у нашому дослідженні ми застосовуємо гіпотезу  $H_1$  (табл. 3.2; додаток В, табл. В.4).

*Таблиця 3.2*

Взаємозалежність наявності труднощів із самореалізацією та самореалізації

	<b>Наявність труднощів із самореалізацією</b>	N	Середнє значення	Стандартизоване відхилення	Стандартизована похибка
<b>Тенденція до самореалізації</b>	є труднощі	219	5,0822	1,89461	,12803
	не має труднощів	93	6,4839	1,80346	,18701

Відповідно встановлено, що якщо респондент стверджує про наявність у нього труднощів із самореалізацією, то це означає, що тенденція до самореалізації у таких жінок є нижчою (порівняно з тими жінками, у яких немає труднощів із самореалізацією).

Окрім того, піддано перевірці відповідність між самозвітом респондентів щодо самореалізації та показником загальної тенденції до самореалізації із тесту САМОАЛ (рис. 3.1).

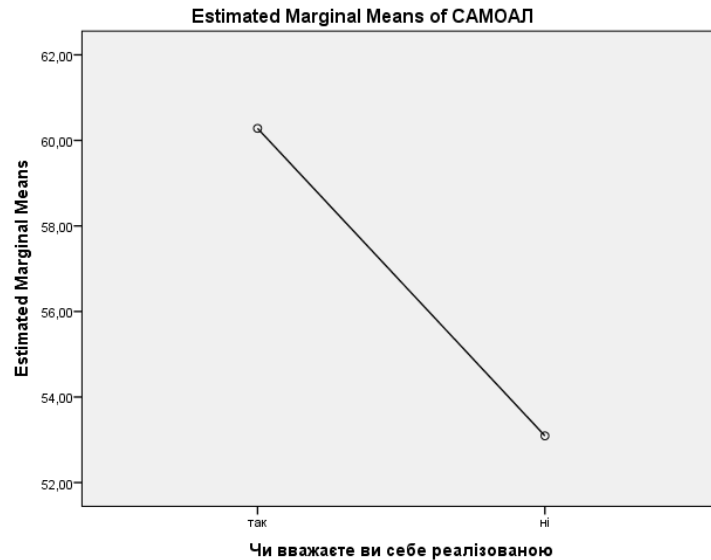


Рис. 3.1. Графік відповідності тенденції до самореалізації та стану самореалізації

Таким чином, чим вищою є тенденція респондента до самореалізації, тим більше він вважає себе реалізованим у будь-якій сфері життєдіяльності.

Наступним кроком був розгляд особливостей самореалізації тих респондентів, які вважають себе реалізованими, та тих, які вважають себе нереалізованими, окремо. Серед жінок, які вважають себе реалізованими виявлено 120 осіб. Більшість із них зазначили, що вони реалізовані в сімейній сфері – 49,2%. Значний відсоток – 67,5% стверджують, що вони не мають жодних проблем із самореалізацією. Незважаючи на те, що ця група жінок вважає себе реалізованими, 66,7% із них потребують допомоги спеціаліста (психолога) для побудови подальшого плану самореалізації та вирішення незначних проблем.

Група жінок, які не вважають себе реалізованими, складає 192 особи. Вони так само, як і попередня група респондентів, вважають себе частково реалізованими у сімейній сфері – 53,1%. Із загальної кількості членів цієї групи 93,8% опитаних зазначили, що мають серйозні проблеми із самореалізацією, а 74% бажають отримувати професійну допомогу психолога.

На рис. 3.2 представлено основні труднощі із самореалізацією, які відчувають респонденти обох груп.

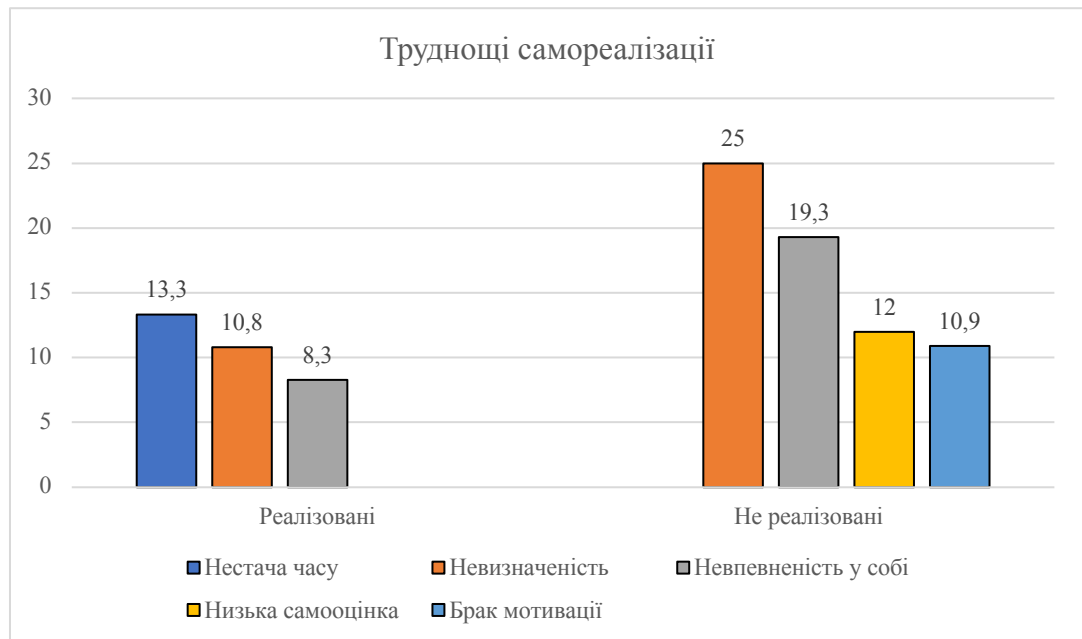


Рис. 3.2. Труднощі із самореалізацією

Серед жінок, які вважають себе реалізованими, найпоширенішими труднощами, які заважають самореалізації є нестача часу, невизначеність та непевненість у собі. Серед жінок, які вважають себе нереалізованими, найпоширенішими труднощами є невизначеність, непевненість у собі, низька самооцінка та брак мотивації. Варто відзначити, що останні мають труднощі психологічного характеру, а найголовнішою проблемою вважають невизначеність. Тобто, незнання себе, своїх особливостей тощо заважають жінкам самореалізовуватися та досягати успіху в різних життєвих сферах.

Наступним кроком була верифікація індикаторів зміни Я-концепції жінок. До цього переліку входять експертна оцінка бажання змінюватися, аутосимпатія, саморозуміння, погляди на природу людини, спонтанність (залежні змінні). Процедура виконувалась за допомогою застосування Independent Sample T-Test (табл. 3.3). Найбільшою варіативністю результатів характеризуються змінні аутосимпатія та погляди на природу людини.

Таблиця 3.3

Результати застосування Т-тесту для наявності труднощів із самореалізацією та індикаторів зміни Я-концепції жінок

	Чи є труднощі із самореалізацією	N	Середнє значення	Стандартизоване відхилення	Стандартизована похибка

<b>Бажання змінюватися</b>	є труднощі	219	5,7352	1,85066	,12506
	не має труднощів	93	4,9677	2,18916	,22701
<b>Аутосимпатія</b>	є труднощі	219	5,1324	1,85873	,12560
	не має труднощів	93	6,5699	1,54918	,16064
<b>Саморозуміння</b>	є труднощі	219	5,3059	2,06378	,13946
	не має труднощів	93	6,7097	1,98133	,20545
<b>Погляд на природу людини</b>	є труднощі	219	5,1644	1,85986	,12568
	не має труднощів	93	5,7312	1,59578	,16547
<b>Спонтанність</b>	є труднощі	219	5,2922	2,02201	,13663
	не має труднощів	93	6,1505	1,93899	,20106

Отже, між групами респондентів, що мають труднощі із самореалізацією, та тими, що не мають труднощів, існують статистично значущі відмінності за групою змінних-індикаторів трансформації Я-концепції жінок ( $p < 0,05$ ) (додаток В, табл. В.5), а саме:

- жінки, які вказують на наявність труднощів із самореалізацією, мають вищий рівень бажання змінюватися ( $M = 5,73$ );
- жінки, які вказують на наявність труднощів із самореалізацією, мають нижчий рівень аутосимпатії ( $M = 5,13$ );
- жінки, які вказують на наявність труднощів із самореалізацією, мають нижчий рівень саморозуміння ( $M = 5,30$ );
- жінки, які вказують на наявність труднощів із самореалізацією, мають більш скептичні погляди за позитивну природу людини ( $M = 5,16$ );
- жінки, які вказують на наявність труднощів із самореалізацією, мають нижчий рівень спонтанності (вони менше впевнені у собі та мало довіряють оточуючому світу) ( $M = 5,29$ ).

Отже, респонденти, які мають труднощі із самореалізацією, не мають усвідомленої позитивної Я-концепції та стійкої адекватної самооцінки, залежні від психологічних захистів, не вміють відстоювати власну думку та залежні від думки інших, проявляють сумніви щодо позитивної природи людини, не приймають себе такими якими є, не довіряють оточуючому світу та проявляють сильне бажання змінитися.

За допомогою багатofакторного дисперсійного аналізу MANOVA досліджено особливості взаємозв'язку між складовими емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок та самореалізації особистості (табл. 3.4).

Таблиця 3.4

Співвідношення емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок та особливостей самореалізації

	Чи вважаєте ви себе реалізованою	Чи є труднощі із самореалізацією	Середнє значення	Стандартизоване відхилення	N
Саморозуміння	так	є труднощі	5,8718	2,12973	39
		не має труднощів	6,6667	2,02485	81
		Всього	6,4083	2,08434	120
	ні	є труднощі	5,1833	2,03455	180
		не має труднощів	7,0000	1,70561	12
		Всього	5,2969	2,05943	192
	Всього	є труднощі	5,3059	2,06378	219
		не має труднощів	6,7097	1,98133	93
		Всього	5,7244	2,13552	312
Аутосимпатія	так	є труднощі	5,8974	1,94388	39
		не має труднощів	6,5802	1,54810	81
		Всього	6,3583	1,70908	120
	ні	є труднощі	4,9667	1,80285	180
		не має труднощів	6,5000	1,62369	12
		Всього	5,0625	1,82658	192
	Всього	є труднощі	5,1324	1,85873	219
		не має труднощів	6,5699	1,54918	93
		Всього	5,5609	1,88823	312

За результатами багатofакторного дисперсійного аналізу встановлено, що рівень саморозуміння та аутосимпатії (емоційно-оціночного компоненту) залежить від того, чи є у жінок труднощі із самореалізацією та від того, чи вважає вона себе реалізованою, незалежно від сфери реалізації ( $p < 0.005$ ) (додаток В, табл. В.6), а саме:

- жінки, які не вважають себе реалізованими та вказують на наявність труднощів із самореалізацією, мають нижчий рівень саморозуміння ( $M = 5,18$ );

- жінки, які не вважають себе реалізованими та вказують на наявність труднощів із самореалізацією, мають нижчий рівень аутосимпатії ( $M = 4,96$ ).

Таким чином, респонденти, які мають труднощі із самореалізацією та не вважають себе реалізованими, не мають чіткого уявлення про себе, завжди орієнтуються на думку оточуючих, мають низьку самооцінку, тривожні та невротичні (рис. 3.3).

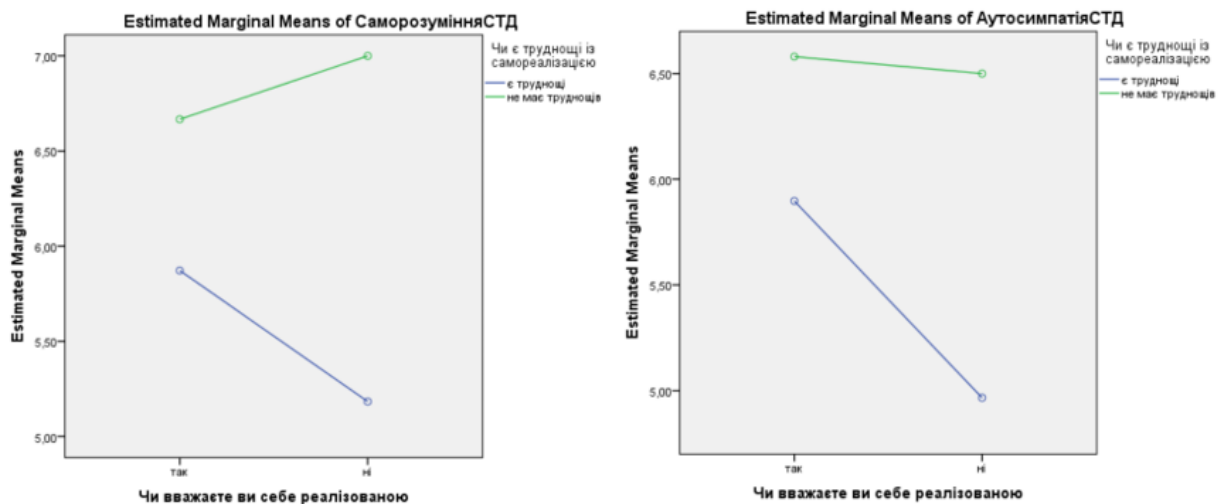


Рис. 3.3. Залежність емоційно-оціночного компоненту Я-концепції від особливостей самореалізації

Аналогічну процедуру було проведено для двох інших компонентів Я-концепції жінок. За допомогою багатofакторного дисперсійного аналізу MANOVA досліджено особливості взаємозв'язку між складовими поведінкового компоненту Я-концепції особистості та самореалізації жінок (табл. 3.5).

Таблиця 3.5

Співвідношення емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок та особливостей самореалізації

	Чи вважаєте ви себе реалізованою	Чи є труднощі із самореалізацією	Середнє значення	Стандартизоване відхилення	N
Погляд на природу	так	є труднощі	5,4872	1,99831	39
		не має труднощів	5,8765	1,61542	81

<b>людини</b>	ні	Всього	5,7500	1,75015	120	
		є труднощі	5,0944	1,82685	180	
		не має труднощів	4,7500	1,05529	12	
		Всього	5,0729	1,78853	192	
	Всього	є труднощі	5,1644	1,85986	219	
		не має труднощів	5,7312	1,59578	93	
		Всього	5,3333	1,80151	312	
	<b>Спонтанність</b>	так	є труднощі	5,8974	1,97077	39
			не має труднощів	6,1235	2,02103	81
Всього			6,0500	1,99937	120	
ні		є труднощі	5,1611	2,01437	180	
		не має труднощів	6,3333	1,30268	12	
		Всього	5,2344	1,99535	192	
Всього		є труднощі	5,2922	2,02201	219	
		не має труднощів	6,1505	1,93899	93	
		Всього	5,5481	2,03291	312	

За результатами багатofакторного дисперсійного аналізу встановлено, що погляди на природу людини та рівень спонтанності (поведінковий компонент) не залежать від того, чи є у жінки труднощі із самореалізацією та від того, чи вважає вона себе реалізованою, незалежно від сфери реалізації ( $p > 0.005$ ) (додаток В, табл. В.7). Не зважаючи на відсутність статистично значущого впливу, можна виокремити певні закономірності:

- жінки, які не вважають себе реалізованими та свідчать про наявність труднощів із самореалізацією, не вірять у позитивну природу людини, (5,09);
- жінки, які не вважають себе реалізованими та свідчать про наявність труднощів із самореалізацією, невпевнені у собі та не довіряють оточуючому світу (5,16).

Таким чином, респонденти, які мають труднощі із самореалізацією та не вважають себе реалізованими, не вірять у позитивну природу людини та не довіряють оточуючому світу (рис. 3.4).

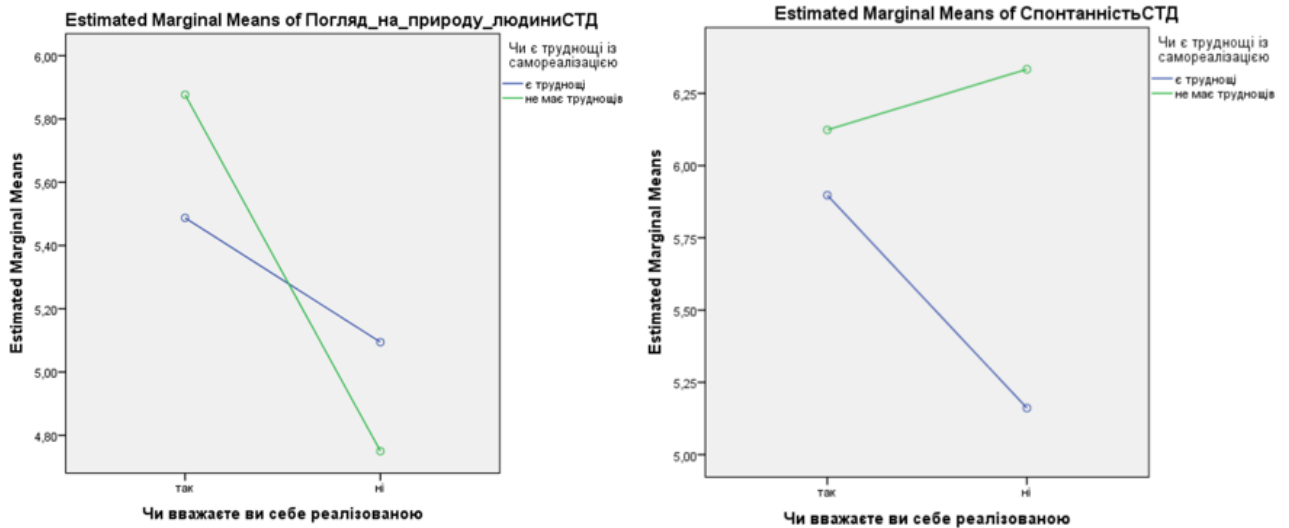


Рис. 3.4. Залежність поведінкового компоненту Я-концепції від особливостей самореалізації

Наступним кроком було застосування двофакторного дисперсійного аналізу (Two-way ANOVA) для дослідження особливостей взаємозв'язку між когнітивним компонентом Я-концепції жінок та самореалізації особистості (табл. 3.6).

Таблиця 3.6

Співвідношення когнітивного компоненту Я-концепції жінок та особливостей самореалізації

Залежна змінна: Бажання змінюватися				
Чи вважаєте ви себе реалізованою	Чи є труднощі із самореалізацією	Середнє значення	Стандартизоване відхилення	N
так	є труднощі	5,5385	1,71443	39
	не має труднощів	4,8765	2,15280	81
	Всього	5,0917	2,03745	120
ні	є труднощі	5,7778	1,88067	180
	не має труднощів	5,5833	2,42930	12
	Всього	5,7656	1,91228	192
Всього	є труднощі	5,7352	1,85066	219
	не має труднощів	4,9677	2,18916	93
	Всього	5,5064	1,98547	312

За результатами однофакторного дисперсійного аналізу встановлено, що бажання змінюватися (когнітивний компонент) залежить від того, чи є у жінок труднощі із самореалізацією та від того, чи вважає вона себе реалізованою, незалежно від сфери реалізації ( $p > 0.005$ ) (додаток В, табл. В.8), а саме:

- жінки, які вважають себе нереалізованими та свідчать про наявність труднощів із самореалізацією, мають сильніше бажання змінюватися ( $M = 5,77$ ) (рис. 3.5).

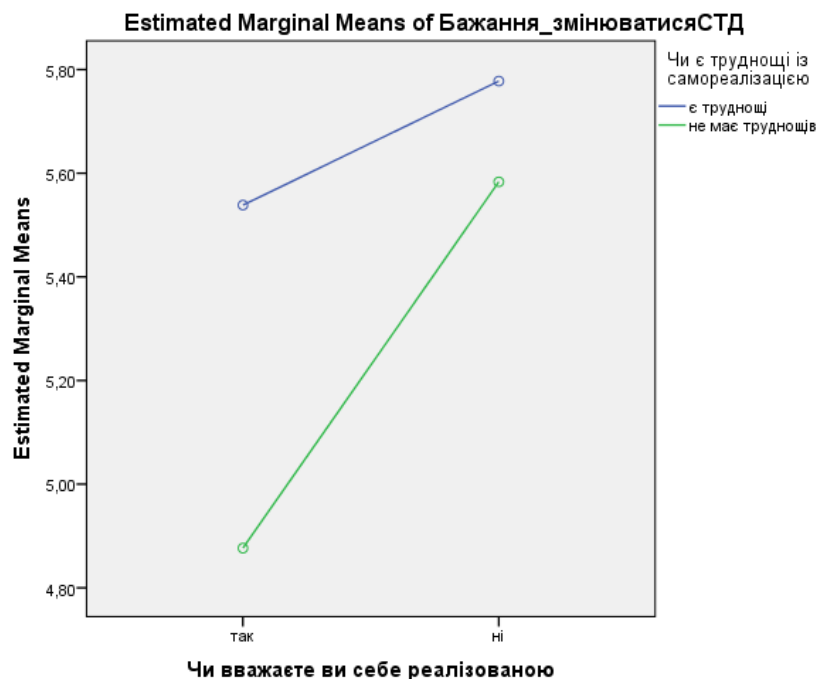


Рис. 3.5. Залежність когнітивного компоненту Я-концепції від особливостей самореалізації

Таким чином, компоненти Я-концепції жінок залежать від того, чи вважає себе жінка самореалізованою особистістю, тобто йдеться про суб'єктивну оцінку особистісної реалізованості.

## 3.2. Предиктори зміни Я-концепції жінок

### 3.2.1. Загальні предиктори зміни Я-концепції жінок

Загальні предиктори зміни Я-концепції жінок об'єднують чотири групи предикторів: соціально-демографічні, освітньо-кваліфікаційні, комфорт середовища та декретна відпустка. Загальні предиктори досліджено двома

основними способами: на основі індикаторів компонентної структури Я-концепції жінок та через результуючу змінну зміни Я-концепції жінок.

### *Перший спосіб*

Загальними тенденціями впливу обраних загальних чинників на трансформацію Я-концепції жінок (на основі індикаторів її компонентної структури) є такі:

- на спонтанність впливає: чи комфортно людині в актуальних умовах середовища ( $p = 0,002$ ).
- на саморозуміння впливає: чи комфортно людині в актуальних умовах середовища ( $p = 0,011$ ).
- на аутосимпатію впливає: чи комфортно людині в актуальних умовах середовища ( $p = 0,005$ ).
- на погляди щодо природи людини впливають: терміни декретної відпустки ( $p = 0,003$ ), наявність та кількість дітей ( $p = 0,014$ ).
- на бажання змінюватися впливає: актуальна на момент дослідження декретна відпустка ( $p = 0,045$ ).

Загальні предиктори зміни Я-концепції жінок слід розглядати окремо для конструктивних та деструктивних змін. Таким чином, для осіб, які *вважають себе реалізованими*, загальні предиктори, за яких відбуваються конструктивні зміни є такими:

- спонтанність: наявність дітей ( $p = 0,010$ );
- погляди на природу людини: актуальна декретна відпустка ( $p = 0,043$ );
- саморозуміння: комфорт середовища ( $p = 0,031$ );
- аутосимпатія: комфорт середовища ( $p = 0,015$ );
- бажання змінюватися: жоден чинник із потенційного списку не був статистично підтверджений для когнітивного компоненту трансформації Я-концепції жінок.

Для осіб, які *вважають себе нереалізованими*, загальні предиктори зміни Я-концепції жінок за яких відбуваються деструктивні зміни є такими:

- спонтанність: комфорт середовища ( $p = 0,021$ );

- погляди на природу людини: наявність дітей ( $p = 0,000$ ), терміни декретної відпустки ( $p = 0,009$ );
- саморозуміння: жоден чинник із потенційного списку не був статистично підтвердженим для емоційно-оціночного компоненту трансформації Я-концепції особистості;
- аутосимпатія: жоден чинник із потенційного списку не був статистично підтвердженим для емоційно-оціночного компоненту трансформації Я-концепції особистості;
- бажання змінюватися: актуальна декретна відпустка ( $p = 0,049$ ).

У загальному вигляді предиктори зміни Я-концепції жінок (на основі індикаторів її структурних компонентів) поділяються на три групи: а) соціально-демографічні, до яких входять наявність та кількість дітей; б) комфорт середовища, де фіксується, наскільки жінкам комфортно в актуальних життєвих умовах; в) декретна відпустка, яка містить загальні терміни декретної відпустки та актуальну на момент дослідження декретну відпустку (рис. 3.6).

ЗАГАЛЬНІ ПРЕДИКТОРИ		
Соціально-демографічні <ul style="list-style-type: none"> <li>• Наявність дітей</li> </ul>	Комфорт середовища <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рівень комфорту в актуальних життєвих умовах</li> </ul>	Декретна відпустка <ul style="list-style-type: none"> <li>• Терміни декретної відпустки</li> <li>• Актуальна декретна відпустка (на момент дослідження)</li> </ul>

Рис. 3.6. Загальні предиктори зміни Я-концепції (згідно з індикаторами Я-концепції жінок)

Нижче представлений графік міри вираженості індикаторів компонентів Я-концепції жінок для реалізованих і нереалізованих осіб (конструктивних і деструктивних змін) (рис. 3.7).

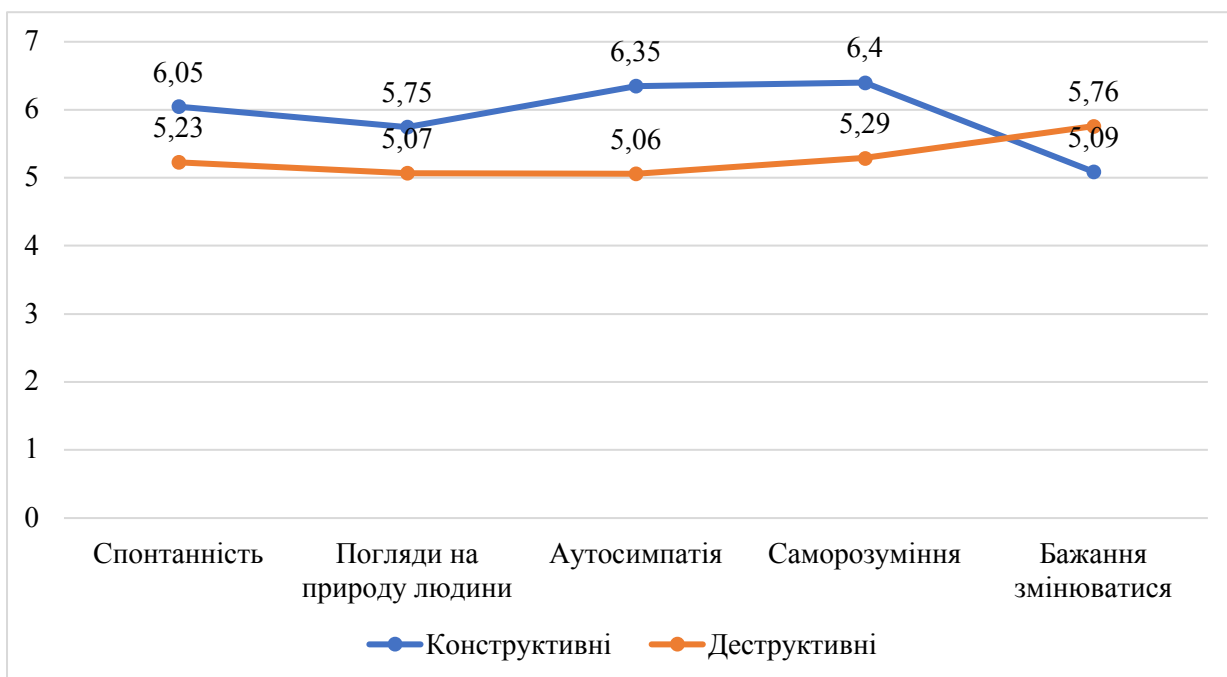


Рис. 3.7. Вираженість компонентів Я-концепції жінок на основі індикаторів її компонентів

У цілому, міра вираженості за усіма індикаторами, окрім бажання змінюватися, є вищою у тих жінок, які вважають себе реалізованими. Детальні показники представлені у табл. 3.7.

Таблиця 3.7

Міра вираженості індикаторів компонентів Я-концепції жінок для реалізованих та нереалізованих осіб

	Чи вважаєте ви себе реалізованою	N	Середнє значення	Стандартизоване відхилення	Стандартизова на похибка
Спонтанність	так	120	6,0500	1,99937	,18252
	ні	192	5,2344	1,99535	,14400
Саморозуміння	так	120	6,4083	2,08434	,19027
	ні	192	5,2969	2,05943	,14863
Аутосимпатія	так	120	6,3583	1,70908	,15602
	ні	192	5,0625	1,82658	,13182
Погляд на природу людини	так	120	5,7500	1,75015	,15977
	ні	192	5,0729	1,78853	,12908
Бажання змінюватися	так	120	5,0917	2,03745	,18599
	ні	192	5,7656	1,91228	,13801

Другий спосіб

На основі іншого підходу до дослідження предикторів, а саме через результуючу змінну, тенденціями впливу загальних предикторів на зміну Я-концепції жінок (на основі індикаторів її компонентної структури) є такі:

- наявний досвід роботи за отриманою спеціальністю ( $p = 0,009$ ;  $\Phi = 0,148$ );
- задоволеність досвідом роботи за спеціальністю ( $p = 0,000$ ;  $\Phi = 0,290$ );
- терміни декретної відпустки ( $p = 0,038$ ;  $\Phi = 0,194$ ).

Загальні предиктори зміни Я-концепції жінок на основі результуючої змінної було розглянуто окремо для конструктивних та деструктивних змін. Таким чином, для тих жінок, які *вважають себе реалізованими*, загальні чинники, за яких відбуваються конструктивні зміни є такими:

- спонтанність: наявність дітей ( $p = 0,010$ );
- погляди на природу людини: актуальна декретна відпустка ( $p = 0,043$ );
- саморозуміння: комфорт середовища ( $p = 0,031$ );
- аутосимпатія: комфорт середовища ( $p = 0,015$ );

Для тих жінок, які *не вважають себе реалізованими*, загальні чинники, за яких відбуваються деструктивні зміни є такими:

- спонтанність: комфорт середовища ( $p = 0,021$ );
- погляди на природу людини: наявність дітей ( $p = 0,000$ ), терміни декретної відпустки ( $p = 0,009$ );
- бажання змінюватися: актуальна декретна відпустка ( $p = 0,049$ ).

Отже, загальні предиктори зміни Я-концепції жінок (на основі результуючої змінної) поділяються на чотири групи: а) соціально-демографічні, до яких входять наявність дітей; б) освітньо-кваліфікаційні, які включають досвід роботи за спеціальністю та задоволеність досвідом роботи за спеціальністю; в) комфорт середовища, який демонструє, наскільки людині комфортно в актуальних життєвих умовах; г) декретна відпустка, яка включає загальні терміни декретної відпустки та актуальну на момент дослідження декретну відпустку (рис. 3.8).

ЗАГАЛЬНІ ПРЕДИКТОРИ			
Соціально-демографічні	Освітньо-кваліфікаційні	Комфорт середовища	Декретна відпустка
<ul style="list-style-type: none"> <li>Наявність дітей</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Робота за спеціальністю</li> <li>Задоволеність досвідом роботи за спеціальністю</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Рівень комфорту в актуальних життєвих умовах</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Терміни декретної відпустки</li> <li>Актуальна декретна відпустка (на момент дослідження)</li> </ul>

Рис. 3.8. Загальні предиктори зміни Я-концепції (згідно з результуючою змінною)

Нижче представлений графік вираженості компонентів Я-концепції жінок для реалізованих і нереалізованих осіб (конструктивних і деструктивних трансформацій) на основі результуючої змінної (рис. 3.9).

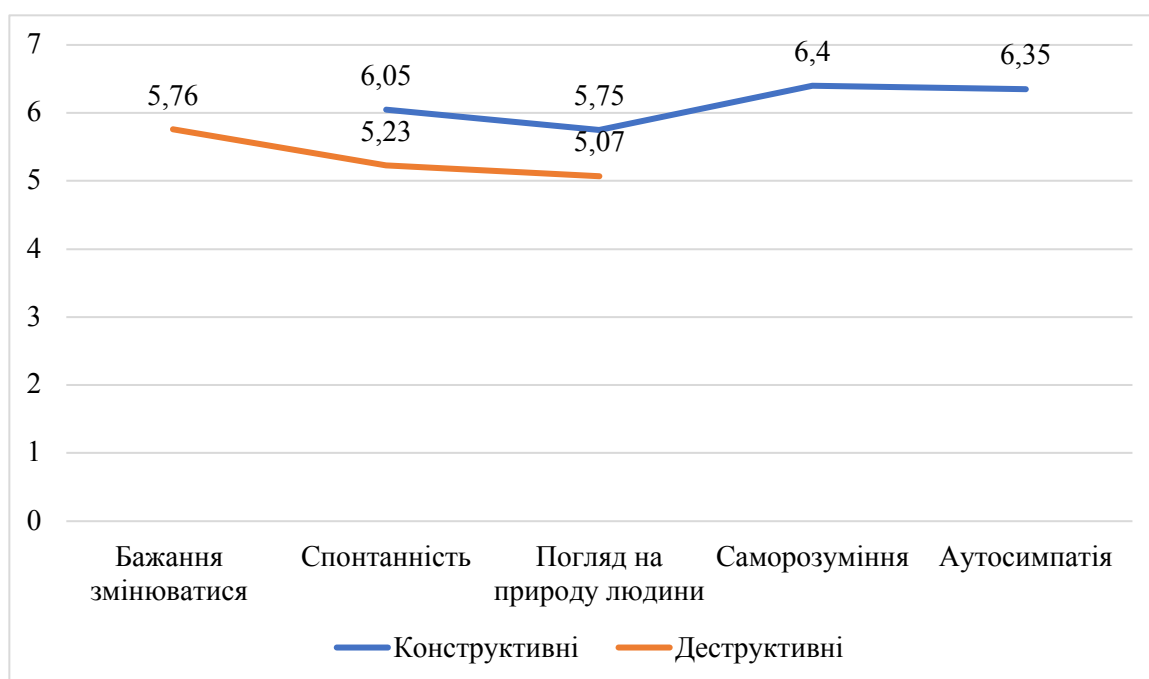


Рис. 3.9. Графік вираженості компонентів Я-концепції жінок для реалізованих і нереалізованих осіб (на основі результуючої змінної)

Таким чином встановлено, що загальні предиктори, за яких відбувається зміна Я-концепції жінок можна розділити на чотири великі групи: а) соціально-демографічні (наявність дітей), б) освітньо-кваліфікаційні (робота за спеціальністю, задоволеність роботою за спеціальністю), в) комфорт середовища (рівень комфорту особистості в актуальних життєвих умовах), г) декретна відпустка (загальні терміни декретної відпустки та актуальна на момент дослідження декретна відпустка).

### 3.2.2. Особистісні предиктори зміни Я-концепції жінок

Першим кроком для визначення особистісних предикторів зміни Я-концепції жінок було проведення кореляційного аналізу для з'ясування статистично значущих зв'язків між компонентами Я-концепції та потенційними предикторами. Цю процедуру проведено окремо для кожного з компонентів у тих респондентів, які вважають себе реалізованими та нереалізованими.

Було виокремлено змінні, які мають найбільші статистично значущі зв'язки з залежною змінною. Когнітивний компонент Я-концепції жінки, що вважає себе реалізованою, має статистично значущі зв'язки з цінностями, деструктивною сексуальністю та дефіцитарним зовнішнім відмежуванням Я (табл. 3.8). Таким чином, у людини, яка вважає себе нереалізованою, за умови зростання значення когнітивного компоненту Я-концепції, зростає схильність до маніпулювання іншими задля досягнення власної мети, негативне ставлення до сексуальних стосунків, неспроможність тримати контроль між собою та оточуючими.

*Таблиця 3.8*

Кореляційні зв'язки (для реалізованих осіб) для когнітивного компоненту Я-концепції жінок

Змінна	R	p
Цінності	- 0,186	0,042
Деструктивна сексуальність	0,180	0,049
Дефіцитарне зовнішнє відмежування Я	0,186	0,042

Когнітивний компонент Я-концепції жінки, що вважає себе нереалізованою, має статистично значущі зв'язки із автономністю, практичністю, цінностями та дефіцитарною агресією (табл. 3.9). Такі результати свідчать про те, що при зростанні значення когнітивного компоненту Я-концепції, збільшується залежність жінки від інших людей, її

схильність до маніпуляції іншими людьми, практичність та раціональність, а також схильність жінки до припинення взаємодії з оточуючим світом.

*Таблиця 3.9*

Кореляційні зв'язки (для нереалізованих осіб) для когнітивного компоненту Я-концепції жінки

Змінна	R	p
Автономність	- 0,158	0,028
Цінності	- 0,156	0,031
Фактор М	0,196	0,007
Дефіцитарна агресія	0,152	0,035

Наступний компонент Я-концепції складається з двох частин. Емоційно-оціночний компонент Я-концепції жінки, що вважає себе реалізованою, має статистично значущі зв'язки із конструктивною агресією, деструктивною агресією, дефіцитарною агресією, конструктивною тривогою, деструктивною тривогою, дефіцитарною тривогою, конструктивним внутрішнім відмежуванням Я, деструктивним внутрішнім відмежуванням Я, дефіцитарним внутрішнім відмежуванням Я, конструктивним нарцисизмом, деструктивним нарцисизмом, дефіцитарним нарцисизмом, деструктивною сексуальністю, дефіцитарною сексуальністю, фактором С, фактором Е, фактором Н, фактором L, фактором М, фактором N, фактором О, фактором Q1, фактором Q4, толерантністю, орієнтацією в часі, цінностями та потребою у пізнанні (табл. 3.10). Це означає, що при збільшенні значення емоційно-оціночного компоненту Я-концепції у респондентів, які вважають себе реалізованими, збільшується орієнтованість на оточуючий світ, відкритість світу, адекватна реакція на критичну ситуацію, здатність відрізнити сни та фантазії від реального життя, позитивна оцінка власної особистості та своїх якостей, негативне ставлення до сексуальних стосунків, низька оцінка власної сексуальності та сексуальності інших осіб, домінантність,

довірливість, практичність, радикалізм, розслабленість, толерантність до невизначеності, потреба у пізнанні оточуючого світу та інших людей.

Таблиця 3.10

Кореляційні зв'язки (для реалізованих осіб) для першої частини емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок

Змінна	R	p
Конструктивна агресія	0,243	0,007
Дефіцитарна агресія	- 0,607	0,000
Деструктивна агресія	- 0,505	0,000
Конструктивна тривога	0,254	0,005
Деструктивна тривога	- 0,648	0,000
Дефіцитарна тривога	- 0,326	0,000
Конструктивне зовнішнє відмежування Я	0,527	0,000
Деструктивне зовнішнє відмежування Я	- 0,465	0,000
Дефіцитарне зовнішнє відмежування Я	- 0,653	0,000
Деструктивне внутрішнє відмежування Я	- 0,518	0,000
Дефіцитарне внутрішнє відмежування Я	- 0,339	0,000
Конструктивне внутрішнє відмежування Я	0,355	0,000
Конструктивний нарцисизм	0,312	0,001
Деструктивний нарцисизм	- 0,555	0,000
Дефіцитарний нарцисизм	- 0,555	0,000
Деструктивна сексуальність	- 0,276	0,002
Дефіцитарна сексуальність	- 0,290	0,001
Фактор С	0,433	0,000

Фактор E	0,290	0,001
Фактор H	0,504	0,000
Фактор L	- 0,254	0,005
Фактор M	- 0,184	0,044
Фактор O	- 0,524	0,000
Фактор Q1	0,301	0,001
Фактор Q4	- 0,393	0,000
Толерантність	- 0,315	0,000
Орієнтація в часі	0,432	0,000
Цінності	0,400	0,000
Потреба у пізнанні	0,199	0,029

Емоційно-оціночний компонент Я-концепції жінки, що вважає себе не реалізованою, має статистично значущі зв'язки із конструктивною агресією, деструктивною агресією, дефіцитарною агресією, конструктивною тривожністю, деструктивною тривожністю, дефіцитарною тривожністю, конструктивним зовнішнім відмежуванням Я, деструктивним зовнішнім відмежуванням Я, дефіцитарним зовнішнім відмежуванням Я, конструктивним внутрішнім відмежуванням Я, деструктивним внутрішнім відмежуванням Я, дефіцитарним внутрішнім відмежуванням Я, конструктивним нарцисизмом, деструктивним нарцисизмом, дефіцитарним нарцисизмом, конструктивною сексуальністю, дефіцитарною сексуальністю, фактором А, фактором С, фактором Е, фактором Н, фактором М, фактором N, фактором О, фактором Q1, фактором Q3, фактором Q4, новизною, толерантністю, орієнтацією в часі, цінностями, потребою у пізнанні, автономністю, контактністю, гнучкістю у спілкуванні та прагненням до творчості (табл. 3.11). Таким чином, при зростанні значення емоційно-оціночного компоненту Я-концепції для не реалізованих осіб, зростає прагнення до активної побудови власного життя, бажання пізнавати щось

нове, адекватна оцінка ризику та небезпеки, здатність отримувати задоволення від сексу, розуміння сексуального партнера, зростання сексуального потягу, товариськість, домінантність, довірливість, практичність, прямолінійність, радикалізм, високий самоконтроль, розслабленість, толерантність до невизначеності, особливо до новизни, потреба у пізнанні оточуючого світу, розуміння цінності життя «тут-і-зараз», здатність насолоджуватися моментом, прагнення до істини, добра і краси, прагнення до нових вражень та емоцій, чесності та доброзичливості, творче ставлення до життя.

Таблиця 3.11

Кореляційні зв'язки (для нереалізованих осіб) для першої частини емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок

Змінна	R	p
Конструктивна агресія	0,330	0,000
Деструктивна агресія	- 0,299	0,000
Дефіцитарна агресія	- 0,565	0,000
Конструктивна тривога	0,476	0,000
Деструктивна тривога	- 0,606	0,000
Дефіцитарна тривога	- 0,257	0,000
Конструктивне зовнішнє відмежування Я	0,574	0,000
Деструктивне зовнішнє відмежування Я	- 0,466	0,000
Дефіцитарне зовнішнє відмежування Я	- 0,579	0,000
Конструктивне внутрішнє відмежування Я	0,402	0,000
Деструктивне внутрішнє відмежування Я	- 0,514	0,000

Дефіцитарне внутрішнє відмежування Я	- 0,364	0,000
Конструктивний нарцисизм	0,463	0,000
Деструктивний нарцисизм	- 0,431	0,000
Дефіцитарний нарцисизм	- 0,448	0,000
Конструктивна сексуальність	0,222	0,002
Дефіцитарна сексуальність	- 0,250	0,000
Фактор А	0,191	0,008
Фактор С	0,453	0,000
Фактор Е	0,269	0,000
Фактор Н	0,363	0,000
Фактор М	- 0,270	0,000
Фактор N	- 0,342	0,000
Фактор О	- 0,367	0,000
Фактор Q1	0,261	0,000
Фактор Q3	0,205	0,004
Фактор Q4	- 0,273	0,000
Новизна	- 0,253	0,000
Толерантність	- 0,257	0,000
Орієнтація в часі	0,336	0,000
Цінності	0,386	0,000
Потреба у пізнанні	0,209	0,000
Прагнення до творчості	0,386	0,000
Автономність	0,670	0,000
Контактність	0,569	0,000

Гнучкість у спілкуванні	0,521	0,000
-------------------------	-------	-------

Друга частина емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінки, що вважає себе реалізованою, має статистично значущі зв'язки із конструктивною агресією, деструктивною агресією, дефіцитарною агресією, конструктивною тривогою, деструктивною тривогою, дефіцитарною тривогою, конструктивним зовнішнім відмежуванням Я, деструктивним зовнішнім відмежуванням Я, дефіцитарним зовнішнім відмежуванням Я, конструктивним внутрішнім відмежуванням Я, деструктивним внутрішнім відмежуванням Я, дефіцитарним внутрішнім відмежуванням Я, конструктивним нарцисизмом, деструктивним нарцисизмом, дефіцитарним нарцисизмом, конструктивною сексуальністю, дефіцитарною сексуальністю, фактором С, фактором Е, фактором Н, фактором L, фактором М, фактором N, фактором О, фактором Q1, фактором Q4, новизною, складністю, толерантністю, орієнтацією в часі, цінностями, автономністю, контактністю, гнучкістю у спілкуванні та прагненням до творчості (табл. 3.12). Таким чином, при зростанні значення емоційно-оціночного компоненту жінок, що вважають себе реалізованими, збільшується їхнє активне бажання взаємодіяти з людьми, адекватна реакція на критичну ситуацію, здатність відрізнити сни і фантазії від реального життя, позитивна оцінка власної особистості, здатність отримувати задоволення від сексу, розуміння сексуального партнера, емоційна стабільність, домінантність, радикалізм, довірливість, практичність, прямолінійність, спокій, розслабленість, толерантність до невизначеності (особливо це стосується аспекту новизни та складності нової ситуації), здатність насолоджуватися життям, прагнення до гармонічного буття та здорових стосунків із іншими людьми, творче ставлення до життя.

*Таблиця 3.12*

Кореляційні зв'язки (для реалізованих осіб) для другої частини емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок

Змінна	R	p
Конструктивна агресія	0,230	0,012
Деструктивна агресія	- 0,416	0,000
Дефіцитарна агресія	- 0,623	0,000
Конструктивна тривога	0,211	0,021
Деструктивна тривога	- 0,508	0,000
Дефіцитарна тривога	- 0,324	0,000
Конструктивне зовнішнє відмежування Я	0,493	0,000
Деструктивне зовнішнє відмежування Я	- 0,434	0,000
Дефіцитарне зовнішнє відмежування Я	- 0,629	0,000
Конструктивне внутрішнє відмежування Я	0,383	0,000
Деструктивне внутрішнє відмежування Я	- 0,499	0,000
Дефіцитарне внутрішнє відмежування Я	- 0,499	0,000
Конструктивний нарцисизм	0,187	0,041
Деструктивний нарцисизм	- 0,500	0,000
Дефіцитарний нарцисизм	- 0,511	0,000
Конструктивна сексуальність	0,243	0,007
Дефіцитарна сексуальність	- 0,240	0,008
Фактор С	0,346	0,000
Фактор Е	0,297	0,001
Фактор Н	0,440	0,000
Фактор L	- 0,209	0,022
Фактор М	- 0,226	0,013

Фактор N	- 0,305	0,001
Фактор O	- 0,339	0,000
Фактор Q1	0,245	0,007
Фактор Q4	- 0,206	0,024
Новизна	- 0,309	0,001
Складність	- 0,189	0,039
Толерантність	- 0,326	0,000
Орієнтація в часі	0,333	0,000
Цінності	0,356	0,000
Прагнення до творчості	0,398	0,000
Автономність	0,656	0,000
Контактність	0,440	0,000
Гнучкість у спілкування	0,565	0,000

Емоційно-оціночний компонент Я-концепції жінки, що вважає себе не реалізованою, має статистично значущі зв'язки із конструктивною агресією, деструктивною агресією, дефіцитарною агресією, конструктивною тривогою, деструктивною тривогою, дефіцитарною тривогою, конструктивним внутрішнім відмежуванням Я, деструктивним внутрішнім відмежуванням Я, дефіцитарним внутрішнім відмежуванням Я, конструктивним зовнішнім відмежуванням Я, деструктивним зовнішнім відмежуванням Я, дефіцитарним зовнішнім відмежуванням Я, конструктивним нарцисизмом, деструктивним нарцисизмом, дефіцитарним нарцисизмом, конструктивною сексуальністю, деструктивною сексуальністю, дефіцитарною сексуальністю, фактором А, фактором С, фактором Е, фактором Н, фактором М, фактором N, фактором О, фактором Q1, фактором Q3, фактором Q4, новизною, орієнтацією в часі, цінностями, прагненням до творчості, автономністю, контактністю, гнучкістю у спілкуванні (табл. 3.13). Іншими словами, при зростанні значення емоційно-оціночного компонента для не реалізованих

осіб збільшується активне бажання взаємодіяти із навколишнім світом та людьми, адекватна оцінка критичної ситуації, здатність розрізняти реальне та придумане, позитивна оцінка власної особистості, здатність відчувати задоволення від сексу, розуміння сексуального партнера, товарицькість, емоційна стабільність, домінантність, сміливість, радикалізм, високий самоконтроль, практичність, прямолінійність, спокій, розслабленість, толерантність до нового, здатність насолоджуватися життям, прагнення до істини, добра і краси, творче ставлення до життя.

Таблиця 3.13

Кореляційні зв'язки (для не реалізованих осіб) для другої частини емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок

Змінна	R	p
Конструктивна агресія	0,224	0,002
Деструктивна агресія	- 0,242	0,001
Дефіцитарна агресія	- 0,525	0,000
Конструктивна тривога	0,395	0,000
Деструктивна тривога	- 0,427	0,000
Дефіцитарна тривога	- 0,184	0,010
Конструктивне зовнішнє відмежування Я	0,430	0,000
Деструктивне зовнішнє відмежування Я	- 0,484	0,000
Дефіцитарне зовнішнє відмежування Я	- 0,440	0,000
Конструктивне внутрішнє відмежування Я	0,376	0,000
Деструктивне внутрішнє відмежування Я	- 0,336	0,000
Дефіцитарне внутрішнє відмежування Я	- 0,359	0,000
Конструктивний нарцисизм	0,308	0,000

Деструктивний нарцисизм	0,308	0,000
Дефіцитарний нарцисизм	- 0,314	0,000
Конструктивна сексуальність	0,166	0,022
Деструктивна сексуальність	- 0,210	0,003
Дефіцитарна сексуальність	- 0,238	0,001
Фактор А	0,177	0,014
Фактор С	0,313	0,000
Фактор Е	0,201	0,005
Фактор Н	0,214	0,003
Фактор М	- 0,238	0,001
Фактор N	- 0,202	0,005
Фактор О	- 0,320	0,000
Фактор Q1	0,256	0,000
Фактор Q3	0,225	0,002
Фактор Q4	- 0,232	0,001
Новизна	- 0,192	0,008
Орієнтація в часі	0,253	0,000
Цінності	0,256	0,000
Прагнення до творчості	0,235	0,001
Автономність	0,579	0,000
Контактність	0,427	0,000
Гнучкість у спілкуванні	0,417	0,000

Наступний (поведінковий) компонент Я-концепції також складається з двох частин. Поведінковий компонент Я-концепції жінки, що вважає себе реалізованою, має статистично значущі зв'язки із деструктивною агресією, деструктивним нарцисизмом, фактором L, фактором Q1, орієнтацією в часі (табл. 3.14). Відповідно, чим вище значення поведінкового компоненту Я-концепції у осіб, що вважають себе реалізованими, тим вище підтримка

соціальних контактів, активне бажання чогось досягати, пізнавати щось нове, вміння приймати допомогу і критику, розуміння себе та оточуючих, довірливість, відкритість, терплячість, радикалізм, схильність до експериментів, здатність цінувати життя «тут-і-зараз».

Таблиця 3.14

Кореляційні зв'язки (для реалізованих осіб) для першої частини поведінкового компоненту Я-концепції жінок

Змінна	R	p
Деструктивна агресія	- 0,253	0,005
Деструктивний нарцисизм	- 0,222	0,015
Фактор L	- 0,343	0,000
Фактор Q1	0,207	0,023
Орієнтація в часі	0,199	0,029

Поведінковий компонент Я-концепції жінки, що не вважає себе реалізованою, має статистично значущі зв'язки із конструктивною агресією, деструктивною агресією, дефіцитарною агресією, деструктивною тривогою, конструктивною тривогою, дефіцитарною тривогою, конструктивним зовнішнім відмежуванням Я, деструктивним зовнішнім відмежуванням Я, дефіцитарним зовнішнім відмежуванням Я, конструктивним внутрішнім відмежуванням Я, деструктивним внутрішнім відмежуванням Я, дефіцитарним внутрішнім відмежуванням Я, конструктивним нарцисизмом, деструктивним нарцисизмом, дефіцитарним нарцисизмом, фактором А, фактором С, фактором F, фактором Н, фактором L, фактором О, фактором Q3, новизною, толерантністю, цінностями, прагненням до творчості, автономністю, контактністю, гнучкістю у спілкуванні (табл. 3.15). Отже, при зростанні значення поведінкового компоненту Я-концепції осіб, що вважають себе нереалізованими, збільшується активне бажання взаємодіяти із навколишнім світом, адекватна реакція на критичну ситуацію, правильна оцінка ризику та небезпеки, адекватний контроль стосунків із іншими

людьми, помірна адаптація до почуттів, інтересів та вимог інших, здатність відрізнити сни та фантазії, диференціація минулого та теперішнього, адекватне розуміння власних почуттів, емоцій та бажань, позитивна оцінка власної особистості, зовнішності та якостей, вміння приймати допомогу та критику, адекватне задоволення власних потреб та бажань, товариськість, емоційна стабільність, експресивність, сміливість, високий самоконтроль, довірливість, спокій, толерантність до нового, прагнення до істини, добра та краси, творче ставлення до власного життя, зрілість особистості, автономність, незалежність, схильність до побудови приємних контактів із оточуючими людьми, відсутність у людини соціальних стереотипів.

Таблиця 3.15

Кореляційні зв'язки (для нереалізованих осіб) для першої частини поведінкового компоненту Я-концепції жінок

Змінна	R	p
Конструктивна агресія	0,295	0,000
Дефіцитарна агресія	- 0,174	0,016
Деструктивна агресія	- 0,193	0,007
Деструктивна тривога	- 0,214	0,003
Конструктивна тривога	0,320	0,000
Конструктивне зовнішнє відмежування Я	0,268	0,000
Деструктивне зовнішнє відмежування Я	- 0,174	0,016
Дефіцитарне зовнішнє відмежування Я	- 0,230	0,001
Конструктивне внутрішнє відмежування Я	0,266	0,000
Деструктивне внутрішнє відмежування Я	- 0,200	0,005
Дефіцитарне внутрішнє відмежування Я	- 0,214	0,003

Конструктивний нарцисизм	0,240	0,001
Деструктивний нарцисизм	- 0,181	0,012
Дефіцитарний нарцисизм	- 0,218	0,002
Фактор А	0,272	0,000
Фактор С	0,174	0,016
Фактор F	0,154	0,033
Фактор Н	0,195	0,007
Фактор L	- 0,182	0,011
Фактор О	- 0,189	0,009
Фактор Q3	0,212	0,003
Новизна	- 0,171	0,018
Толерантність	- 0,179	0,013
Цінності	0,211	0,003
Прагнення до творчості	0,227	0,002
Автономність	0,257	0,000
Контактність	0,312	0,000
Гнучкість у спілкуванні	0,239	0,001

Друга частина поведінкового компоненту Я-концепції жінки, що вважає себе реалізованою, має статистично значущі зв'язки з конструктивною агресією, деструктивною агресією, дефіцитарною агресією, конструктивною тривогою, деструктивною тривогою, дефіцитарною тривогою, конструктивним зовнішнім відмежуванням Я, деструктивним зовнішнім відмежуванням Я, дефіцитарним зовнішнім відмежуванням Я, конструктивним внутрішнім відмежуванням Я, деструктивним внутрішнім відмежуванням Я, дефіцитарним внутрішнім відмежуванням Я, конструктивним нарцисизмом, деструктивним нарцисизмом, дефіцитарним нарцисизмом, дефіцитарною сексуальністю, фактором С, фактором Е, фактором F, фактором L, фактором М, фактором N, фактором Q1, фактором Q4, новизною, складністю, орієнтацією в часі, цінностями, потребою у

пізнанні, прагненням до творчості, автономністю, контактністю та гнучкістю у спілкуванні (табл. 3.16). Відповідно, при зростанні значення поведінкового компоненту Я-концепції особистості у осіб, що вважають себе реалізованими, зростає активне бажання взаємодіяти з іншими людьми, досягати нових значних успіхів, підтримка існуючих та побудова нових соціальних контактів, правильна оцінка ризику та небезпеки, адекватна захисна реакція, адекватний контроль стосунків між людьми, здатність відрізнити сни від фантазій, диференціація реальності та сновидінь, позитивна оцінка власної особистості, зовнішності, якостей, здорові сексуальні стосунки, адекватна оцінка власної сексуальності та сексуальності оточуючих людей, емоційна стабільність, орієнтація на реальність, працездатність, самостійність, незалежність, наполегливість, домінантність, експресивність, життєрадісність, імпульсивність, довірливість, відкритість, терпимість, практичність, реалістичність, орієнтація на зовнішню реальність, прямолінійність, відвертість, простота, безпосередність, радикалізм, експериментаторство, аналітичне мислення, схильність до змін та впровадження нових ідей, розслабленість, апатичність, низька мотивація, толерантність до нових та складних ситуацій, вміння жити «тут-і-зараз», прагнення до істини, добра та краси, гармонійного буття, прагнення до самореалізації, творче ставлення до власного життя.

Таблиця 3.16

Кореляційні зв'язки (для реалізованих осіб) для другої частини поведінкового компоненту Я-концепції жінок

Змінна	R	p
Конструктивна агресія	0,291	0,001
Деструктивна агресія	- 0,394	0,000
Дефіцитарна агресія	- 0,527	0,000
Конструктивна тривога	0,272	0,003
Деструктивна тривога	- 0,519	0,000

Дефіцитарна тривога	- 0,279	0,002
Конструктивне зовнішнє відмежування Я	0,449	0,000
Деструктивне зовнішнє відмежування Я	- 0,388	0,000
Дефіцитарне зовнішнє відмежування Я	- 0,522	0,000
Конструктивне внутрішнє відмежування Я	0,238	0,009
Деструктивне внутрішнє відмежування Я	- 0,483	0,000
Дефіцитарне внутрішнє відмежування Я	- 0,371	0,000
Конструктивний нарцисизм	0,256	0,005
Деструктивний нарцисизм	- 0,490	0,000
Дефіцитарний нарцисизм	- 0,503	0,000
Дефіцитарна сексуальність	- 0,238	0,009
Фактор С	0,389	0,000
Фактор Е	0,331	0,000
Фактор F	0,239	0,008
Фактор L	- 0,198	0,030
Фактор M	- 0,187	0,041
Фактор N	- 0,278	0,002
Фактор O	- 0,426	0,000
Фактор Q1	0,316	0,000
Фактор Q4	- 0,186	0,042
Новизна	- 0,288	0,001
Складність	- 0,201	0,028
Толерантність	- 0,241	0,008

Орієнтація в часі	0,393	0,000
Цінності	0,341	0,000
Потреба у пізнанні	0,279	0,002
Прагнення до творчості	0,380	0,000
Автономність	0,640	0,000
Контактність	0,552	0,000
Гнучкість у спілкуванні	0,502	0,000

Поведінковий компонент Я-концепції жінок має статистично значущі зв'язки із конструктивною агресією, деструктивною агресією, дефіцитарною агресією, конструктивною тривогою, деструктивною тривогою, конструктивним зовнішнім відмежуванням Я, деструктивним зовнішнім відмежуванням Я, дефіцитарним зовнішнім відмежуванням Я, конструктивним внутрішнім відмежуванням Я, деструктивним внутрішнім відмежуванням Я, дефіцитарним внутрішнім відмежуванням Я, конструктивним нарцисизмом, деструктивним нарцисизмом, дефіцитарним нарцисизмом, конструктивною сексуальністю, дефіцитарною сексуальністю, фактором А, фактором С, фактором Е, фактором F, фактором Н, фактором М, фактором N, фактором О, фактором Q1, фактором Q4, новизною, толерантністю, орієнтацією в часі, цінностями, потребою у пізнанні, прагненням до творчості, автономністю, контактністю, гнучкістю у спілкуванні (табл. 3.17). Таким чином, при зростанні значення поведінкового компоненту Я-концепції жінок збільшується бажання взаємодіяти із навколишнім світом, підтримка існуючих соціальних контактів, контроль спалахів агресії, здатність відрізнити сни та фантазії від реального життя, зв'язок між собою та прожитим життям, здатність приймати допомогу та сприймати критику, відкриватися іншим людям, позитивне ставлення до себе, здатність отримувати задоволення від сексу, розуміння партнера, адекватна взаємодія із сексуальним партнером, адекватна оцінка власної сексуальності та сексуальності оточуючих людей, комунікабельність, відкритість, готовність до співпраці, легкість при встановленні соціальних

контактів, емоційна стійкість, емоційна зрілість, працездатність, орієнтація на реальність, домінантність, самостійність, незалежність, схильність до авторитарної поведінки, експресивність, життєрадісність, динамічність спілкування, імпульсивність, сміливість, активність, практичність, орієнтація на зовнішню реальність, прямолінійність, відвертість, простота, безпосередність, спокій, впевненість у власних силах, радикалізм, експериментаторство, інтелектуальні інтереси, розслабленість, надмірна задоволеність, толерантність до нового, вміння жити «тут-і-зараз», прагнення до істини добра та краси, прагнення до самореалізації, творче ставлення до власного життя.

Таблиця 3.17

Кореляційні зв'язки (для нереалізованих осіб) для другої частини поведінкового компоненту Я-концепції жінок

Змінна	R	p
Конструктивна агресія	0,358	0,000
Деструктивна агресія	- 0,158	0,029
Дефіцитарна агресія	- 0,450	0,000
Конструктивна тривога	0,437	0,000
Деструктивна тривога	- 0,499	0,000
Конструктивне зовнішнє відмежування Я	0,474	0,000
Деструктивне зовнішнє відмежування Я	- 0,412	0,000
Дефіцитарне зовнішнє відмежування Я	- 0,412	0,000
Конструктивне внутрішнє відмежування Я	0,372	0,000
Деструктивне внутрішнє відмежування Я	- 0,396	0,000
Дефіцитарне внутрішнє	- 0,240	0,001

відмежування Я		
Конструктивний нарцисизм	0,503	0,000
Дефіцитарний нарцисизм	- 0,404	0,000
Деструктивний нарцисизм	- 0,381	0,000
Конструктивна сексуальність	0,253	0,000
Дефіцитарна сексуальність	- 0,282	0,000
Фактор А	0,274	0,000
Фактор С	0,348	0,000
Фактор Е	0,206	0,004
Фактор F	0,142	0,049
Фактор Н	0,336	0,000
Фактор М	- 0,164	0,023
Фактор N	- 0,198	0,006
Фактор О	- 0,204	0,005
Фактор Q1	0,182	0,011
Фактор Q4	- 0,198	0,006
Новизна	- 0,195	0,007
Толерантність	- 0,195	0,007
Орієнтація в часі	0,201	0,005
Цінності	0,347	0,000
Потреба у пізнанні	0,229	0,001
Прагнення до творчості	0,354	0,000
Автономність	0,643	0,000
Контактність	0,616	0,000
Гнучкість у спілкуванні	0,488	0,000

Проведена серія кореляційних аналізів для компонентів Я-концепції жінок та різних психологічних змінних дає змогу встановити плеяди

статистично значущих кореляційних зв'язків. Зокрема до них належать Я-структурні компоненти особистості та особистісні характеристики людини.

Наступним кроком для визначення чинників трансформації Я-концепції жінок проведено регресійний аналіз для кожного окремого компоненту для реалізованих та нереалізованих респондентів.

**Когнітивний компонент Я-концепції для реалізованих осіб.** Для даного компоненту не було отримано якісної регресійної моделі. Отриманий  $R^2 = 0,06$  означає, що регресійна модель пояснює результати лише 6% вибірки.

**Когнітивний компонент Я-концепції для нереалізованих осіб.** Для даного компоненту не було отримано якісної регресійної моделі. Отриманий  $R^2 = 0,06$  означає, що регресійна модель пояснює результати лише 6% вибірки.

**Емоційно-оціночний компонент Я-концепції для реалізованих осіб.** Для зручності обчислення та інтерпретації результатів проведення регресійного аналізу відбувалося за кожною групою чинників окремо. Отже, чинниками першої частини емоційно-оціночного компоненту для реалізованих осіб є дефіцитарна агресія, дефіцитарне зовнішнє відмежування Я, деструктивна тривога. Отриманий  $R^2 = 0,51$ , що становить 51% від загальної вибірки (табл. 3.18).

*Таблиця 3.18*

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для емоційно-оціночного компоненту (1) Я-концепції для реалізованих осіб (центральні структури Я)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,717	,514	,501	1,207	1,947

Предикторами другої частини емоційно-оціночного компоненту Я-концепції для реалізованих осіб є конструктивна сексуальність, дефіцитарна

агресія, дефіцитарне зовнішнє відмежування Я. Отриманий  $R^2 = 0,49$ , що становить 49% від загальної вибірки (табл. 3.19).

Таблиця 3.19

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для емоційно-оціночного компонента (2) Я-концепції для реалізованих осіб (центральні структури Я)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,702	,493	,479	1,503	1,860

Отже, центральними структурами Я, що визначають емоційно-оціночний компонент Я-концепції особистості в реалізованих осіб є дефіцитарна агресія, дефіцитарне зовнішнє відмежування Я, деструктивна тривога та конструктивна сексуальність.

Для побудови комплексних прогностичних моделей з урахуванням загальних та особистісних чинників застосовано багатофакторний дисперсійний аналіз (MANCOVA) шляхом побудови генералізованих лінійних моделей. У результаті цього отримано якісну модель ( $R^2 = 0,53$ ), в якій встановлено, що отримані у попередньому розділі ситуативні чинники (наявність дітей, досвід роботи за спеціальністю, задоволеність досвідом роботи за спеціальністю, загальні терміни декретної відпустки та актуальна декретна відпустка) не є предикторами для першої складової емоційно-оціночного компонента Я-концепції жінок ( $p > 0,05$ ). Аналогічну процедуру було проведено для другої складової емоційно-оціночного компонента Я-концепції жінок. За результатами застосованого аналізу було отримано якісні моделі, однак вказані ситуативні чинники також не виявилися предикторами для другої складової емоційно-оціночного компонента Я-концепції жінок ( $p > 0,05$ ).

Наступний регресійний аналіз було застосовано для групи чинників «Ставлення до себе та до змін». Отже, отриманий для першої складової

компоненту  $R^2 = 0,56$  (табл. 3.20). Предикторами емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок є новизна, прагнення до творчості та гнучкість у спілкуванні.

*Таблиця 3.20*

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для емоційно-оціночного компоненту (1) Я-концепції для реалізованих осіб (ставлення до себе та до змін)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,754	,568	,545	1,1523	2,106

Для другої складової емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок отриманий  $R^2 = 0,51$  (табл. 3.21). Предикторами емоційно-оціночного компоненту Я-концепції особистості є толерантність, цінності, автономність, гнучкість у спілкуванні.

*Таблиця 3.21*

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для емоційно-оціночного компоненту (2) Я-концепції для реалізованих осіб (ставлення до себе та до змін)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,717	,514	,497	1,4775	1,892

Отже, серед чинників, що належать до групи «Ставлення до себе та до змін», предикторами емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок у реалізованих осіб є новизна, толерантність, прагнення до творчості, цінності, автономність, гнучкість у спілкуванні.

Незважаючи на отримані в ході застосування багатофакторного дисперсійного аналізу (MANCOVA) якісні генералізовані лінійні моделі, ситуативні чинники (наявність дітей, досвід роботи за спеціальністю,

задоволеність досвідом роботи за спеціальністю, загальні терміни декретної відпустки та актуальна декретна відпустка) не є предикторами для першої та другої складових емоційно-оціночного компонента Я-концепції жінок ( $p > 0,05$ ).

Серед групи предикторів «Особистісні характеристики» для першої складової емоційно-оціночного компонента Я-концепції жінок отриманий  $R^2 = 0,52$  (табл. 3.22). Предиктори «Особистісні характеристики» мають такий зміст, а саме: розслабленість – напруженість, спокій – тривожність, прямолінійність – дипломатичність, довірливість – підозрілість, боязкість – сміливість, підпорядкованість – домінантність.

Таблиця 3.22

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для емоційно-оціночного компонента (1) Я-концепції для реалізованих осіб (особистісні характеристики)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,723	,523	,497	1,3117	2,142

Стосовно другої складової емоційно-оціночного компонента Я-концепції, отриманий  $R^2 = 0,33$  (табл. 3.23). До змісту предикторів увійшли такі складники: емоційна нестабільність – емоційна стабільність, боязкість – сміливість, прямолінійність – дипломатичність.

У загальному підсумку, до змісту чинників емоційно-оціночного компонента Я-концепції реалізованих жінок із переліку особистісних характеристик увійшли такі: розслабленість – напруженість, спокій – тривожність, прямолінійність – дипломатичність, довірливість – підозрілість, боязкість – сміливість, підпорядкованість – домінантність, емоційна нестабільність – емоційна стабільність.

Застосування багатофакторного дисперсійного аналізу (MANCOVA) дало змогу отримати якісну генералізовану лінійну модель, в якій

ситуативний чинник (задоволеність досвідом роботи за спеціальністю) є предиктором для першої складової емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок ( $p = 0,021$ ;  $R^2 = 0,54$ ).

**Поведінковий компонент Я-концепції для реалізованих осіб.** Щодо першої складової поведінкового компоненту, отриманий  $R^2 = 0,14$ , що є недостатнім показником для якісної прогностичної моделі.

Для другої складової поведінкового компоненту Я-концепції, встановлено такі предиктори: деструктивний нарцисизм, конструктивна агресія, дефіцитарна агресія, дефіцитарне зовнішнє відмежування Я. Отриманий  $R^2 = 0,39$  (табл. 3.24).

*Таблиця 3.24*

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для поведінкового компоненту (2) Я-концепції для реалізованих осіб (глибинні структури Я)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,625	,391	,370	1,5872	2,127

У результаті застосування регресійного аналізу для групи предикторів «Ставлення до себе та до змін», не було отримано ( $R^2 = 0,07$ ) якісної регресійної моделі для першої та другої складових поведінкового компоненту.

Окрім того, стосовно другої складової поведінкового компоненту було отримало якісну регресійну модель, застосовуючи групу предикторів «Особистісні характеристики» ( $R^2 = 0,43$ ) (табл. 3.25). До предикторів увійшли такі складники: боязкість – сміливість, стриманість – експресивність, довірливість – підозрілість, спокій – тривожність, підпорядкованість – домінантність.

*Таблиця 3.25*

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для поведінкового компоненту (2) Я-концепції для реалізованих осіб (особистісні характеристики)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,659	,434	,409	1,5365	2,138

Незважаючи на отримані в ході застосування багатofакторного дисперсійного аналізу (MANCOVA) якісні генералізовані лінійні моделі, загальні предиктори (наявність дітей, досвід роботи за спеціальністю, задоволеність досвідом роботи за спеціальністю, загальні терміни декретної відпустки та актуальна декретна відпустка) не виявилися предикторами для поведінкового компоненту Я-концепції реалізованих жінок ( $p > 0,05$ ).

**Емоційно-оціночний компонент Я-концепції для нереалізованих осіб.** Для першої частини емоційно-оціночного компоненту було отримано  $R^2 = 0,57$  (табл. 3.26). До змісту її складників увійшли такі: дефіцитарна агресія, деструктивна тривога, дефіцитарне зовнішнє відмежування Я, деструктивне внутрішнє відмежування Я, конструктивний нарцисизм.

Таблиця 3.26

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для емоційно-оціночного компоненту (1) Я-концепції для нереалізованих осіб (глибинні структури Я)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,757	,573	,556	1,2167	1,734

Щодо другої складової емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок, отриманий  $R^2 = 0,42$  (табл. 3.27). До змісту предикторів Я-концепції для нереалізованих осіб (глибинні структури Я) увійшли такі складники: дефіцитарна агресія, деструктивне зовнішнє відмежування Я, конструктивне внутрішнє відмежування Я, дефіцитарний нарцисизм, деструктивна тривога.

Таблиця 3.27

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для емоційно-оціночного компоненту (2) Я-концепції для нереалізованих осіб (глибинні структури Я)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,653	,528	,518	1,5932	1,991

В загальному підсумку, чинниками емоційно-оціночного компоненту Я-концепції нереалізованих жінок становлено: дефіцитарну агресію, деструктивну тривогу, дефіцитарне зовнішнє відмежування Я, деструктивне зовнішнє відмежування Я, деструктивне внутрішнє відмежування Я, конструктивне внутрішнє відмежування Я, конструктивний нарцисизм та дефіцитарний нарцисизм.

Застосування багатофакторного дисперсійного аналізу (MANCOVA) не дало можливості отримати якісні генералізовані лінійні моделі. Таким чином встановлено, що загальні предиктори (наявність дітей, досвід роботи за спеціальністю, задоволеність досвідом роботи за спеціальністю, загальні терміни декретної відпустки та актуальна декретна відпустка) не виявилися предикторами для емоційно-оціночного компоненту Я-концепції нереалізованих жінок ( $p > 0,05$ ).

У дослідженні наступних предикторів, зокрема групи «Ставлення до себе та до змін» отримано  $R^2 = 0,52$  (табл. 3.28). Зміст чинників цієї групи склав такі: новизна, толерантність та контактність.

Таблиця 3.28

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для емоційно-оціночного компоненту (1) Я-концепції нереалізованих жінок (ставлення до себе та до змін)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
--------------------------------	-----------------------------------	---	-------------------	-----------------------------

,727	,528	,518	1,2682	1,939
------	------	------	--------	-------

Для другої складової емоційно-оціночного компоненту отриманий  $R^2 = 0,35$  (Табл. 3.29). До предикторів увійшли орієнтація в часі та автономність. У цілому, предикторами Я-концепції нереалізованих жінок серед групи «Ставлення до себе та до змін» стали: новизна, толерантність, контактність, орієнтація в часі та автономність.

Застосування багатofакторного дисперсійного аналізу (MANCOVA) не дало можливості отримати якісні генералізовані лінійні моделі. Таким чином, загальні предиктори (наявність дітей, досвід роботи за спеціальністю, задоволеність досвідом роботи за спеціальністю, загальні терміни декретної відпустки та актуальна декретна відпустка) не виявилися предикторами для емоційно-оціночного компоненту Я-концепції нереалізованих жінок ( $p > 0,05$ ) у випадку застосування групи предикторів «Ставлення до себе та до змін».

Таблиця 3.29

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для емоційно-оціночного компоненту (2) Я-концепції нереалізованих жінок (ставлення до себе та до змін)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,549	,354	,330	1,0031	1,865

У результаті застосування регресійного аналізу до групи предикторів «Особистісні характеристики» отримано  $R^2 = 0,37$  (табл. 3.30). До змісту предикторів емоційно-оціночного компоненту (2) Я-концепції нереалізованих жінок увійшли такі складники: емоційна нестабільність – емоційна стабільність, боязкість – сміливість, практичність – мрійливість, прямолінійність – дипломатичність, спокій – тривожність, консерватизм – радикалізм.

Таблиця 3.30

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для емоційно-оціночного компоненту (1) Я-концепції нереалізованих жінок (особистісні характеристики)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,614	,377	,357	1,4649	1,735

Щодо другої частини емоційно-оціночного компоненту, застосування регресійного аналізу не дало змоги побудувати достатньо якісну прогностичну модель. Отриманий  $R^2 = 0,20$  (табл. 3.31). Встановлено, що предикторами другої частини емоційно-оціночного компоненту є такі складники: консерватизм – радикалізм, спокій – тривожність, практичність – мрійливість, емоційна нестабільність – емоційна стабільність.

Таблиця 3.31

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для емоційно-оціночного компоненту (2) Я-концепції нереалізованих жінок (особистісні характеристики)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,454	,206	,189	1,8543	1,831

Таким чином, серед групи чинників «Особистісні характеристики», предикторами емоційно-оціночного компоненту Я-концепції нереалізованих жінок є емоційна нестабільність – емоційна стабільність, боязкість – сміливість, практичність – мрійливість, прямолінійність – дипломатичність, спокій – тривожність, консерватизм – радикалізм.

**Поведінковий компонент Я-концепції нереалізованих жінок.**  
Застосування регресійного аналізу до групи предикторів «Глибинні

структури Я» не дало змоги отримати якісну прогностичну модель для першої складової поведінкового компоненту ( $R^2 = 0,15$ ).

Щодо другої складової поведінкового компоненту, отриманий  $R^2 = 0,39$  (табл. 3.32). Зміст предикторів поведінкового компоненту Я-концепції для нереалізованих осіб (глибинні структури Я) склали: конструктивний нарцисизм, конструктивне зовнішнє відмежування Я, дефіцитарне зовнішнє відмежування Я, деструктивний нарцисизм.

Таблиця 3.32

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для поведінкового компоненту (2) Я-концепції для нереалізованих осіб (глибинні структури Я)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,626	,392	,379	1,5729	1,989

Щодо групи предикторів «Ставлення до себе та до змін» якісної регресійної моделі для першої складової поведінкового компоненту не було отримано ( $R^2 = 0,12$ ). Для другої складової поведінкового компоненту отриманий  $R^2 = 0,53$  (табл. 3.33). Предикторами поведінкового компоненту (2) Я-концепції нереалізованих жінок (ставлення до себе та до змін) стали цінності та контактність.

Таблиця 3.33

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для поведінкового компоненту (2) Я-концепції нереалізованих жінок (ставлення до себе та до змін)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,728	,530	,525	1,3755	2,186

Застосування регресійного аналізу до групи предикторів «Особистісні характеристики» не дало змогу отримати якісну регресійну модель для першої складової поведінкового компоненту ( $R^2 = 0,17$ ). Для другої складової поведінкового компоненту отримано  $R^2 = 0,21$  (табл. 3.34). У цьому випадку зміст предикторів для поведінкового компоненту (2) Я-концепції нереалізованих жінок (особистісні характеристики) склали такі фактори: замкнутість – товарицькість, емоційна нестабільність – емоційна стабільність, боязкість – сміливість, консерватизм – радикалізм.

Таблиця 3.34

Числові значення коефіцієнтів регресійної моделі для поведінкового компоненту (2) Я-концепції нереалізованих жінок (особистісні характеристики)

Коефіцієнт множинної кореляції	Коефіцієнт множинної детермінації	Уточнений коефіцієнт множинної детермінації	Похибка уточнення	Коефіцієнт Дьорбіна-Вотсона
,465	,216	,199	1,7856	2,124

На основі отриманих даних побудовано прогностичні моделі конструктивних/деструктивних змін для кожної з груп респондентів за критерієм реалізованості/нереалізованості жінок. Зокрема, розроблено модель психологічних чинників конструктивних змін Я-концепції жінок (рис. 3.10).

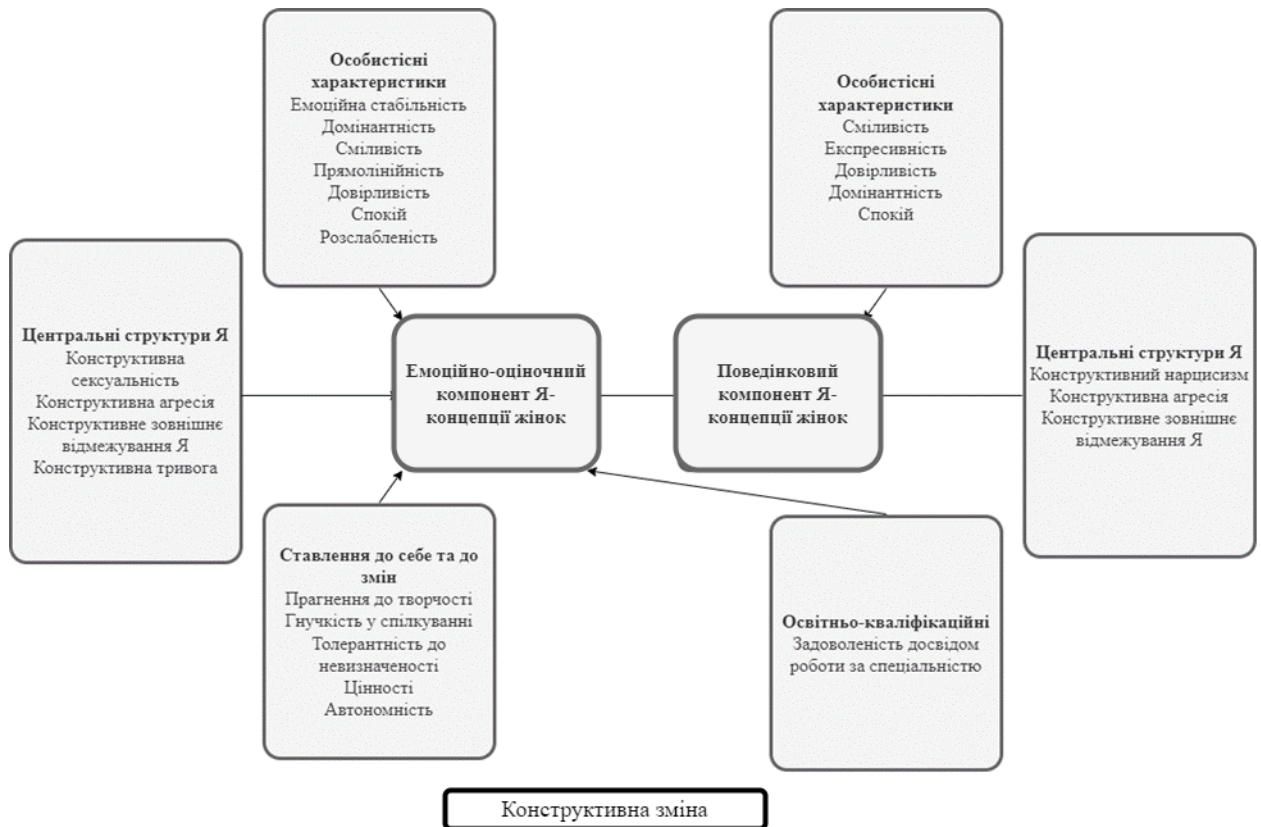


Рис. 3.10. Предиктори конструктивних змін Я-концепції жінок

Шляхом застосування регресійного лінійного аналізу та одностороннього багатовимірною аналізу коваріації (MANCOVA) виокремлено предиктори для двох компонентів Я-концепції – емоційно-оціночного та поведінкового. Дія цих чинників зумовлює конструктивні (позитивні) зміни в Я-концепції жінок.

Конструктивна зміна емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок відбувається під впливом трьох груп особистісних предикторів: а) особистісних характеристик, б) ставлення до себе та до змін, в) центральних структур Я.

Зміст групи особистісних предикторів «особистісні характеристики» склали: емоційна стабільність, доміантність, сміливість, прямолінійність, довірливість, спокій та розслабленість.

До групи предикторів «ставлення до себе та до змін» увійшли: прагнення до творчості, гнучкість у спілкуванні, толерантність до невизначеності, цінності та автономність.

Зміст групи особистісних предикторів «центральної структури Я» склали: конструктивна сексуальність, конструктивна агресія, конструктивне зовнішнє відмежування Я, конструктивна тривога.

Таким чином, позитивні трансформації емоційно-оціночного компонента Я-концепції особистості жінок відбуваються, якщо особистість характеризується:

- 1) емоційною стабільністю: стриманість, висока працездатність, емоційна зрілість, реалістичність, стабільність інтересів, відсутність психологічної втоми;
- 2) домінантністю: незалежність, самовпевненість, впевненість, деяка агресивність та конфліктність щодо зовнішніх звинувачувальних реакцій, небажання визнавати владу та тиск зі сторони оточуючих;
- 3) сміливістю: сміливість, активність, схильність до ризику;
- 4) прямолінійністю: прямолінійність, наївність, природність;
- 5) довірливістю: відвертість, терплячість, вміння ефективно працювати у команді та встановлювати контакт із людьми;
- 6) спокійністю: безтурботність, спокій, впевненість у собі;
- 7) розслабленістю: спокій, низька мотивація, лінь;
- 8) прагненням до творчості: творче ставлення до власного життя та бажання реалізувати себе;
- 9) гнучкістю у спілкуванні: відсутність соціальних стереотипів, щире міжособистісне спілкування, адекватна самооцінка, впевненість у власній привабливості;
- 10) толерантністю до невизначеності: здатність відчувати себе комфортно в ситуації високої ентропії, здатність продуктивно мислити та діяти в незнайомій обстановці, схильність брати на себе відповідальність та приймати рішення без тривалих сумнівів та страхів;

- 11) цінностями: прагнення до гармонічного буття та здорових стосунків із іншими людьми, простоти, легкості, добра, унікальності;
- 12) автономністю: психологічна зрілість, самопідтримка, незалежність;
- 13) конструктивною сексуальністю: здатність насолоджуватися сексуальними контактами та доставляти задоволення сексуальному партнеру, свобода від фіксованих сексуальних ролей, відсутність ригідних сексуальних стереотипів;
- 14) конструктивною агресією: активна побудова власного життя, здатність підтримувати стосунки, вирішувати поставлені задачі та формувати власну точку зору;
- 15) конструктивним зовнішнім відмежуванням Я: здатність розуміти почуття та інтереси інших людей, здатність розрізняти та відокремлювати себе від групи, регулювати стосунки між собою та оточуючим світом;
- 16) конструктивною тривогою: здатність відчувати та розрізняти тривогу, адекватно діяти відносно актуальних обставин, реалістична оцінка небезпеки;
- 17) задоволеністю досвідом роботи за спеціальністю.

Конструктивні зміни поведінкового компонента Я-концепції жінок відбуваються під впливом двох груп предикторів: а) особистісних характеристик, б) центральних структур Я.

Зміст групи предикторів «особистісні характеристики» складають: сміливість, експресивність, довірливість, домінантність та спокій.

До змісту групи чинників «центральні структури Я» увійшли: конструктивний нарцисизм, конструктивна агресія, конструктивне зовнішнє відмежування Я.

Отже, позитивні зміни поведінкового компонента Я-концепції відбуваються, якщо особистість характеризується:

- 1) сміливістю: сміливість, рішучість, активність, здатність приймати креативні рішення та ризикувати;
- 2) експресивністю: енергійність, життєрадісність, експресивність;
- 3) довірливістю: довірливість, відкритість, терплячість, схильність до частих поступок іншим людям та визнання чужого авторитету;
- 4) домінантністю: схильність мислити самостійно, не опираючись на суспільну думку, відмова визнавати чужий авторитет;
- 5) спокоєм: безтурботність, впевненість у власних силах, активність, схильність не звертати увагу на оцінку оточуючих;
- 6) конструктивним нарцисизмом: позитивне і адекватне реальності ставлення до себе, позитивна оцінка власної значущості, здібностей, інтересів, зовнішності, переваг та недоліків;
- 7) конструктивною агресією: активна побудова власного життя, здатність зберігати стосунки та вирішувати задачі, адекватна активність стосовно власного життя та оточуючого світу;
- 8) конструктивним зовнішнім відмежуванням Я: здатність розуміти почуття та інтереси інших людей, здатність відрізнити себе від оточуючих, регулювання стосунків між собою та оточуючим світом.

Також, розроблено модель психологічних чинників деструктивних змін Я-концепції жінок (рис. 3.11).

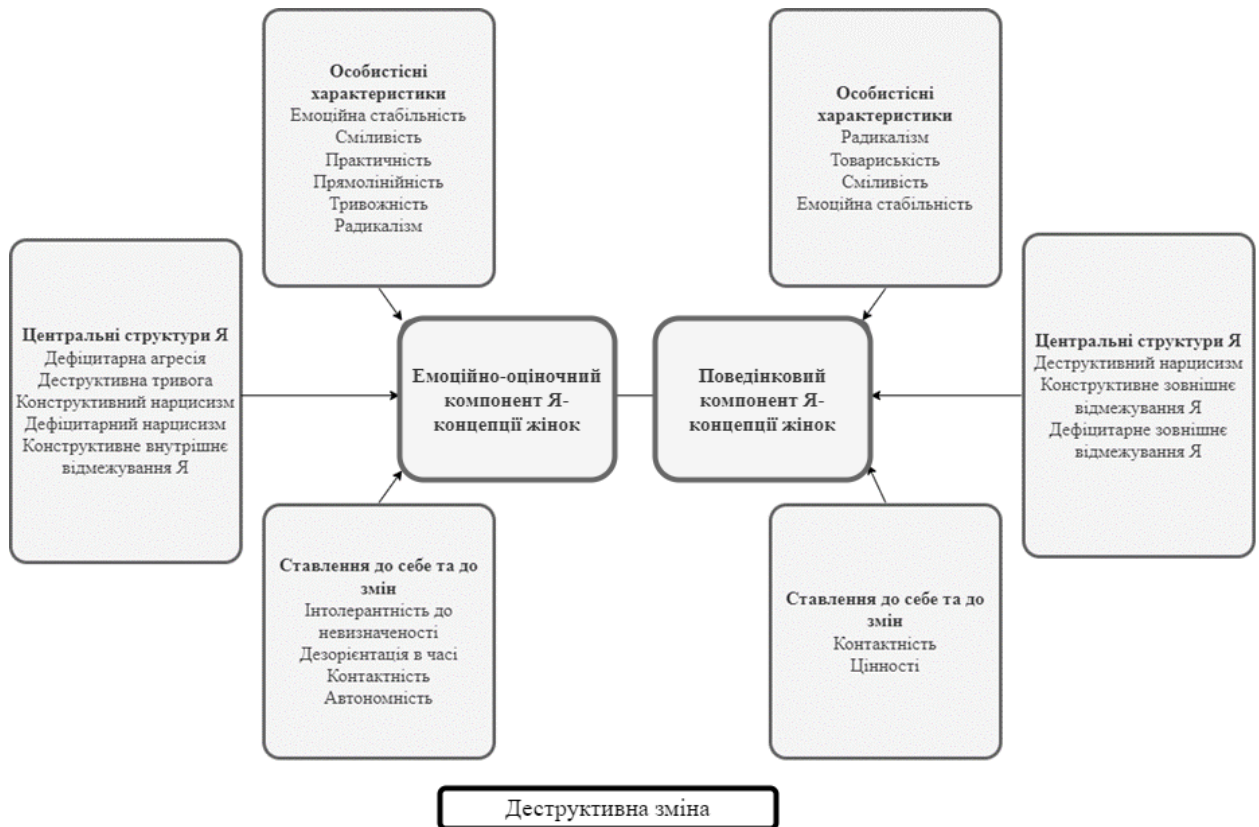


Рис. 3.11. Предиктори деструктивних змін Я-концепції жінок

Аналогічно до предикторів конструктивних змін шляхом застосування регресійного лінійного аналізу було виокремлено чинники для двох компонентів Я-концепції – емоційно-оціночного та поведінкового. Деструктивні зміни емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок відбуваються під впливом трьох груп предикторів: а) особистісних характеристик, б) ставлення до себе та до змін, в) центральних структур Я.

Зміст групи предикторів «особистісні характеристики» складають: емоційна стабільність, сміливість, практичність, прямолінійність, тривожність, радикалізм.

Зміст групи предикторів «ставлення до себе та до змін» складають: інтолерантність до невизначеності, дезорієнтація в часі, контактність та автономність.

До змісту групи предикторів «центральні структури Я» належать: дефіцитарна агресія, деструктивна тривога, конструктивний нарцисизм, дефіцитарний нарцисизм, конструктивне внутрішнє відмежування Я.

Таким чином, негативні зміни емоційно-оціночного компоненту Я-концепції відбуваються, якщо особистість характеризується:

- 1) емоційною стабільністю: стриманість, висока працездатність, емоційна зрілість, реалістичність, стабільність інтересів, відсутність психологічної втоми;
- 2) сміливістю: сміливість, рішучість, активність, здатність приймати креативні рішення та схильність до ризику;
- 3) практичністю: практичність, добросовісність, слідування загальноприйнятими нормам, деяка обмеженість, висока увага до дрібниць;
- 4) прямолінійністю: прямолінійність, наївність, природність;
- 5) тривожністю: тривожність, депресивність, вразливість;
- 6) радикалізмом: критичність, прагнення реалізувати свої інтелектуальні здібності, схильність до аналізування та отримувати повну інформацію, відсутність довіри до авторитетних людей;
- 7) інтолерантністю до невизначеності: схильність сприймати нові ситуації як загрозливі, схильність до гарного самопочуття у знайомій обстановці, схильність віддавати перевагу чітким формулюванням, зрозумілим цілям та простим задачам;
- 8) дезорієнтацією в часі: нездатність людини жити теперішнім, схильність шкодувати за минулим та відкладати власне життя на потім, не розуміння цінності життя «тут-і-зараз», нездатність насолоджуватися моментом, патологічна зануреність у минулі переживання, зависокі прагнення досягати успіху, тривожність, проблеми із самооцінкою;
- 9) контактністю: здатність встановлювати приємні та корисні стосунки із оточуючими, схильність до доброзичливих соціальних контактів;
- 10) автономністю: автономність, незалежність, зрілість;

- 11) дефіцитарною агресією: відсутність контакту із собою, іншими людьми та речами, пасивність, занурення в себе, байдужість, душевна пустота, уникнення суперництва та конструктивних суперечок;
- 12) деструктивною тривогою: великий страх смерті та самотності, що паралізує поведінку та спілкування, уникнення нового життєвого досвіду, затримка розвитку;
- 13) конструктивним нарцисизмом: адекватне та позитивне ставлення до себе, позитивна оцінка власної значущості, здібностей, інтересів, зовнішності, прийняття своїх переваг та недоліків;
- 14) дефіцитарним нарцисизмом: відсутність контактів із собою та позитивного ставлення до себе, визнання власної цінності, відмова від власних інтересів та потреб;
- 15) конструктивним внутрішнім відмежуванням Я: гнучкий підхід до власного безсвідомого та почуттів, здатність бачити сновидіння, здатність розрізняти теперішнє та минуле.

Деструктивні зміни поведінкового компонента Я-концепції особистості відбуваються також під впливом тих самих трьох груп предикторів: а) особистісних характеристик, б) ставлення до себе та до змін, в) центральних структур Я. До змісту групи предикторів «особистісні характеристики» належать: радикалізм, товариськість, сміливість, емоційна стабільність. До групи предикторів «ставлення до себе та до змін» увійшли: контактність та цінності. Зміст групи предикторів «центральні структури Я» складають: деструктивний нарцисизм, конструктивне зовнішнє відмежування Я, дефіцитарне зовнішнє відмежування Я.

Отже, негативні зміни емоційно-оціночного компонента Я-концепції відбуваються, якщо особистість характеризується:

- 1) радикалізмом: критичність, прагнення реалізувати свої інтелектуальні здібності, схильність до аналізування та отримувати повну інформацію, відсутність довіри до авторитетних людей;

- 2) товаришкістю: уважність до людей, природність, невимушеність у стосунках, доброта, сердечність, активність у вирішенні конфліктів, терпимість щодо критики, довірливість, емоційність;
- 3) сміливістю: сміливість, рішучість, активність, здатність приймати креативні рішення та схильність до ризику;
- 4) емоційною стабільністю: стриманість, висока працездатність, емоційна зрілість, реалістичність, стабільність інтересів, відсутність психологічної втоми;
- 5) контактністю: схильність людини до корисних та приємних контактів із оточуючими;
- 6) цінностями: прагнення до гармонічного буття та позитивних стосунків із оточуючими, прагнення до істини, добра та краси;
- 7) деструктивним нарцисизмом: нереалістична самооцінка, втеча до власного внутрішнього світу, часті та численні образи, нездатність сприймати критику та емоційну підтримку оточуючих;
- 8) конструктивним зовнішнім відмежуванням Я: розуміння почуттів та інтересів оточуючих, здатність відокремлювати себе від групи, адекватне регулювання стосунків між собою та оточуючим світом;
- 9) дефіцитарним зовнішнім відмежуванням Я: нездатність відмовляти іншим та диференціювати себе від інших, соціальна гіперадаптивність.

На основі отриманих результатів розроблено тренінгову програму особистісного зростання жінок з метою конструктивного супроводу процесу та результату впливу особистісних чинників щодо наявних видів змін їхньої Я-концепції особистості.

### **3.3. Психологічний тренінг особистісного зростання**

**Теоретичні підходи та методи організації тренінгової програми.** У тренінговій програмі «Психологічного сприяння особистісному зростанню жінок» представлено комплексну програму психологічного сприяння

особистісному зростанню жінок в умовах групового навчання (взаємодії); методологічне підґрунтя, зміст, структуру, форми, методи реалізації тренінгової програми, психологічної взаємодії, допомоги жінкам; описано результати її впровадження.

**Мета** психологічної допомоги жінкам – сприяння процесу особистісного зростання, актуалізації особистісних ресурсів, чинників, які детермінують, до певної міри нівелюють деструктивний вплив особистісних чинників їхньої Я-концепції, вмотивовують на усвідомлення особистісних ресурсів і шляхів особистісної самореалізації.

Комплексна програма психологічної допомоги жінкам створена на засадничих підставах гуманістичного, позитивного, системного, психодинамічного підходів, концепції самодетермінованої поведінки.

Когнітивно-поведінковий підхід зосереджується на навчанні учасників ідентифікувати та змінювати негативні думки та поведінку, які можуть впливати на їхнє благополуччя (Beck, 2011). Цей підхід часто використовується в психологічних тренінгах, спрямованих на вирішення стресу, тривоги, депресії та інших психічних проблем.

Гуманістичний підхід орієнтований на розвиток самоусвідомлення, самопізнання та самоактуалізації учасників (Rogers, 1951). Психологічні тренінги, засновані на цьому підході, сприяють розвитку емпатії, комунікації та пізнавальних навичок.

Системний підхід розглядає особистість в контексті більших систем, таких як сім'я, організація, культура тощо. Тренінг зосереджений на розвитку навичок спілкування, розумінні системних взаємозв'язків та вирішенні конфліктів (Bateson, 1972).

Психодинамічний підхід базується на теоріях З. Фрейда та його послідовників. Мета полягає в осмисленні та переробці нерозв'язаних внутрішніх конфліктів, які можуть впливати на поведінку та стосунки з оточуючими (Freud, 2019).

**Напрями** психологічної допомоги визначені комплексною програмою: безпосередня й опосередкована; індивідуальна й групова. Опосередкована психологічна допомога реалізується завдяки: а) розробленому авторському лекторію для жінок; б) створеним спільнотам (групам підтримки) жінок. Індивідуальна форма роботи реалізована як психологічне консультування за індивідуальними запитами жінок.

Групова форма роботи реалізована завдяки впровадженню програми розробленого соціально-психологічного тренінгу (тренінг особистісного зростання жінок), який містить комплекс субтренінгів відповідно до змісту та структури Я-концепції особистості жінок (когнітивний, емоційно-оціночний та поведінковий компоненти, міра розвиненості яких залежить від наявності/відсутності складностей із самореалізацією жінки, а також та від самооцінки нею самореалізованості).

Програма соціально-психологічного тренінгу «Психологічне сприяння особистісному зростанню жінок» є особистісно орієнтованим тренінгом, системою спеціально організованих психологічних впливів засобами методів, технік та технологій, які сприяють актуалізації, ампліфікації процесу особистісного зростання, розвитку, самоактивації, самозмінювання, зрештою – самореалізації особистості жінки (Кошіūnas, 1998; Макшанов, 1997).

**Мета** тренінгової програми полягає в сприянні процесу особистісного зростання, актуалізації особистісних чинників, які детермінують процес конструктивних особистісних змін Я-концепції жінок (саморозвиток, самореалізацію, активне здобуття нового досвіду) і нівелюють деструктивний вплив особистісних чинників їхньої Я-концепції (депресивні стани, емоційна нестабільність, стагнація), вмотивовують на усвідомлення особистісних ресурсів і шляхів особистісної самореалізації, навичок її самооцінювання.

Для реалізації мети сформульовано такі **завдання тренінгу**:

- активізація потреби особистості в самовдосконаленні, самореалізації через механізм самопізнання, рефлексію тощо;

- активізація та підтримка усвідомленого й активного ставлення до свого життя, усвідомлення мотивів своєї активності, поведінки, діяльності;
- формування навичок коректного й продуктивного цілепокладання, конструктивної життєвої позиції;
- формування навичок особистісно детермінованої поведінки, саморегуляції та самоусвідомлення; постановки та втілення особистісно значущих цілей;
- сприяння ефективній соціально-психологічній взаємодії жінок через розвиток гармонійного конструктивного самоприйняття, самоствавлення, ставлення до конкретного середовища та середовищних впливів (через формування навичок емоційної саморегуляції, спілкування та розуміння партнерів по взаємодії, здатність підтримувати й розширювати особистісний простір соціальних взаємодій) (Kazdin, 2020; Stolovitch & Keeps, 2011).

Тренінгова програма сприяння процесу особистісного зростання, актуалізації особистісних ресурсів жінок ґрунтується на особистісно-орієнтованій гуманістичній парадигмі, концептуальних положеннях позитивного підходу до функціонування особистості; системного підходів до функціонування особистості; а також на **принципах:** прийняття, поваги індивідуальності, індивідуальних особливостей учасників групи як іманентних характеристик особистості, опори на особисту суб'єктну активність жінок, цінності їхніх особистісних досягнень та прийняття і рефлексування досвіду інших учасників, відкритості до нових знань та саморозвитку, співпраці й взаємодії; цінності, індивідуальності особистості; індивідуалізації психологічних втручань; самоактивації та самоорганізації; врахування специфіки зв'язків соціокультурного середовища з особистісними чинниками, які зумовлюють зміни Я-концепції жінок.

Відповідно до методологічного підґрунтя використано методи тренінгової роботи: рольові ігри, дослідницьке навчання, обговорення, підтримка групової взаємодії та ін.

Рольові ігри допомагають учасникам відпрацювати навички в контрольованому середовищі, розвиваючи емпатію, комунікацію та вміння конструктивно вирішувати конфлікти (Blatner, 2000).

Використання групової динаміки стимулює співпрацю, взаємодію та обмін досвідом між учасниками, дозволяючи їм вчитися один від одного (Forsyth, 2018).

Дослідницьке навчання є підходом до психологічного тренінгу, який заснований на активному залученні учасників у процес навчання через безпосередній досвід, рефлексію, концептуалізацію та експериментацію (Kolb, 1984). Цей метод дозволяє учасникам краще засвоїти нові навички та знання, використовуючи власний досвід як основу для навчання.

Основними етапами дослідницького навчання вважають: а) досвід, коли учасники тренінгу зазнають нових ситуацій або виконують практичні вправи, які ставлять їх перед викликами або проблемами; б) рефлексія, коли учасники аналізують свій досвід, оцінюють свої реакції, успіхи та невдачі, а також думки та почуття, пов'язані з досвідом; в) концептуалізація, коли учасники формулюють нові ідеї, стратегії або гіпотези, виходячи з аналізу свого досвіду та рефлексії; г) експеримент, коли учасники тестують нові ідеї, стратегії або гіпотези, використовуючи їх в нових ситуаціях або вправах, що сприяє розвитку навичок та знань. Дослідницьке навчання виявилось ефективним підходом до навчання в різних контекстах, таких як розвиток лідерства, навчання комунікації, вирішення конфліктів та особистісний розвиток.

Обговорення є одним з основних методів психологічного тренінгу, який допомагає учасникам розвивати критичне мислення, покращувати комунікаційні навички та збагачувати свій досвід через діалог та обмін думками з іншими учасниками (Brookfield, 1999). Основні аспекти обговорення як методу психологічного тренінгу включають спільне вирішення проблем. Обговорення сприяє розвитку критичного мислення (оскільки учасниці вчаться аргументувати свою точку зору, аналізувати та

враховувати перспективи інших учасників), підтримці групової взаємодії (допомагає учасникам навчитися працювати разом, слухати одне одного та висловлювати власні думки відкрито та конструктивно). Обговорення також може бути застосовано в різних формах, таких як дискусійні групи, круглі столи, панельні дискусії та рольові ігри. Ключовим для ефективного обговорення є створення безпечного та підтримуючого середовища, де учасники можуть вільно висловлювати свої думки.

Використання різних методів навчання, таких як лекції, дискусії, вправи, кейс-стаді, інтерактивні симуляції та ін. допомагає забезпечити змішане навчання та залученість учасників груп до конструктивної взаємодії (Driscoll, 2002).

Формат тренінгу може бути різноманітним, від інтенсивних курсів на кілька днів до довготривалих програм, проведених протягом кількох місяців (Tomprkins et al, 2016). Вибір формату залежить від цілей тренінгу, наявності часу та ресурсів, а також від особливостей аудиторії. Розмір групи також має значення: невеликі групи забезпечують більш індивідуалізований підхід, тоді як у великих групах учасники можуть мати менше можливостей для активної участі та взаємодії.

Важливо передбачити процедури оцінки та зворотного зв'язку протягом тренінгу. Оцінка може включати відповідні інструменти, такі як тести, самооцінка, відгуки від інших учасників та тренера (Kirkpatrick & Kirkpatrick, 2006). Зворотний зв'язок має бути своєчасним та конструктивним, щоб сприяти розвитку.

**Структура програми тренінгу особистісного зростання.** Програма складається з трьох основних блоків, змістовні назви яких запозичено з роботи О. Купреєвої (Купреєва, 2021):

1) потребово-мотиваційного «Я та мій внутрішній світ» (виокремлення та усвідомлення особистісних детермінант ресурсів самореалізації, складників Я-концепції особистості жінки);

2) цільового «Я та Інший» (виокремлення загальних соціальних ресурсів самореалізації, саморозвитку, активному набуття нового досвіду в змісті Я-концепції особистості жінки);

3) самоприйняття «Я, моє місце в Світі та Житті», тобто робота з інструментальними ресурсами самореалізації особистості жінки.

Тренінгова програма конструктивної трансформації Я-концепції особистості жінок розрахована на 9 занять (загалом 36 годин, по 4 годин на кожне заняття). Кожен окремий блок спрямований на виконання системи завдань тренінгу.

Перший блок 1. Потребово-мотиваційний «Я та мій внутрішній світ» складається з трьох модулів (тривалість блоку – 12 години):

Модуль 1. «Зміст та структура Я-концепції особистості жінки» (йдеться про центральні структури Я, ставлення до себе та до змін, про суб'єктивно перетворену форму життєвих відносини у смислових структурах особистості, таких як сенс життя, цінності, мотиви тощо; усвідомлення особливостей життєдіяльності жінок; цілі, виконуваних ними вдів діяльностей, їхні засоби та способи). Модуль розрахований на одне заняття, тривалість якого 4 години.

Модуль 2. «Мотиви, потреби, цілі, смисли життєдіяльності жінки» (внутрішні мотиви функціонування особистості, особистісні, соціальні цілі, цінність самореалізації, базові цінності та мотиваційні детермінанти, спрямованість особистості жінок). Загальна тривалість модуля розрахована на 4 години.

Модуль 3. «Види виконуваних предметних діяльностей та самореалізація особистості жінки» (йдеться про соціальну спрямованість особистості, види дозвіллевих, професійних та ін. фазових видів діяльностей, суб'єктом яких є особистість жінки; зв'язок цих видів діяльностей та міра їх представленості у змісті Я-концепції особистості жінки. Усвідомлення значущості, міри залучення та спрямування вольових зусиль, на

самореалізацію особистості в тому чи іншому виді діяльності). Модуль складається з одного заняття тривалістю 4 години.

*Другий блок.* Цільовий («Я та Інший», виокремлення загальних соціальних ресурсів самореалізації, саморозвитку, активне набуття нового досвіду в змісті Я-концепції особистості) містить два модулі (тривалість блоку – 8 годин):

Модуль 4. «Я та оточуючий світ», в якому йдеться про ставлення до себе та до змін, цінність пізнання, рефлексію, усвідомлення свого само ставлення, самооцінювання та самооцінки своїх когнітивних, емоційно-оцінних та поведінкових індивідуально-психологічних особливостей, здатностей до самореалізації; усвідомленні можливостей конструктивного та деструктивного змінювання своєї особистості, активному набутті нового досвіду. Загальна тривалість модуля 4 години.

Модуль 5. «Я та моє значуще навколишнє середовище», йдеться про ставлення до себе та до змін, соціальну спрямованість особистості, розвиток структурних складників своєї Я-концепції особистості (громадянина та ін.), розвиток вмінь налагодження і конструювання коректних взаємин з довіллям (окремими особами, значущими людьми, родичами, колегами, представниками інших спільнот та субкультур, представником яких є водночас жінка; формування позитивного ставлення до довілля, здатності до конструктивної комунікації з довіллям, формування здібностей оцінювання, само оцінювання, формування, вироблення оцінки ситуації в комунікативній взаємодії. Загальна тривалість модуля 4 години.

Третій блок. Самоприйняття («Я, моє місце в Світі та Житті», йдеться про особистісні характеристики, ставлення до себе та до змін, центральні структури Я, соціальну спрямованість особистості; про роботу з інструментальними ресурсами самореалізації особистості жінок). Блок складається з двох модулів, загальною тривалістю 16 годин.

Наведемо розгорнуту загальну характеристику модульного змісту цього блоку тренінгової програми з психологічного сприяння особистісному зростанню жінок.

Модуль 6. «Вольова саморегуляція, самоорганізація та самоконтроль». Тривалість модуля 8 годин, складається з двох занять.

Мета – сприяти розвитку навичок саморефлексії, саморегуляції, самоконтролю, самоуправління емоційними станами у життєдіяльності; навичок самоорганізації, само оцінювання, виокремлення особистісно значущих видів діяльності та саморозкриття в них; активізації навичок самоорганізації особистості жінки та їхньої оцінки через усвідомлення самоефективності.

Субзавдання модуля 6: - сприяти розвитку навичок самоорганізації жінок, навичок конструювання цілей (близьких і перспективних; особистісно і соціально значущих), навичок цілепокладання, рефлексії та їхньої оцінки; коригування та встановлення супідрядності цілей, оскільки життєдіяльність жінки пов'язана з низкою видів соціальних ролей, а отже й видів діяльностей, які вона має виконувати (прямо й опосередковано; конструктивно / не конструктивно, обов'язково / за вибором тощо);

- здійснення ефективної самоорганізації особистості, її діяльності, яка детермінована вольовими зусиллями жінки, її сформованою / не сформованою, тимчасовою / довготривалою особистісною готовністю її виконувати діяльність; усвідомлення темпоральної організації особистості жінки та бюджету її часу стосовно виконання видів діяльностей – час (приватний, тобто виконання приватно значущої діяльності (догляд за собою тощо), соціально зумовлена значуща діяльність жінки) тощо;

- розвивати навички самоменеджменту жінки (організації та планування своєї особистісно значущої та інших діяльностей); формування вмінь розв'язувати побутові, житейські, особистісні та інші задачі (прийняття, рішення, конструювання майбутнього, постановки цілей та ін.);

- активізація процесів саморегуляції жінок засобами усвідомлення своїх емоційних станів (суб'єктивного оцінювання та переживання задоволеності/незадоволеності);

- організація та планування діяльності особистості в особистісно значущому середовищі;

- формування здатності до управління своїми особистісними та комунікативними ресурсами, свідомого ставлення до себе та до змін, усвідомлювати свої особистісні характеристики.

Модуль 7. «Структурування образу потрібного майбутнього місця жінки в своєму Житті». Тривалість модуля 8 годин, складається з двох занять.

Мета – сприяти розвитку навичок жінки до самооцінювання, вироблення та прийняття самостійних рішень особистісного значущих і особистісно деретмінованих ситуаціях життєдіяльності;

- вироблення навичок здійснення коректного вибору в значущих ситуаціях, спираючись на накопичений досвід та життєвий здоровий глузд.

Субзавдання модуля 7: - сприяти розвитку здібностей використання сильних сторін центральних структур свого Я;

- сприяти розвитку вмінь досягати поставлених особистісно й соціально значущих цілей;

- сприяти розвитку комунікативних та особистісних навичок, здібностей, компетентностей;

- сприяти формуванню гармонійного співіснування особистісних характеристик, ставлення до себе та до змін, центральних структур Я та соціальної спрямованості особистості.

### **3.4. Оцінка ефективності програми особистісного зростання**

Оцінка ефективності проведеного соціально-психологічного тренінгу є складною комплексною справою. Для плідної співпраці має бути чітко сформульований запит, на основі якого формується мета, завдання та

програма тренінгу. На цьому етапі можна оцінити ступінь зацікавленості тренера у спільній роботі, його обізнаність у темі тренінгу. У нашому випадку тренер має знати або, принаймні, глибоко цікавитися психологією жінок різних вікових груп, психологією особистості. Таким чином, були сформовані задачі тренінгу, які в результаті поглибили знання особистості про себе, а також сформували навички конструктивної взаємодії із соціальним середовищем.

Для того, щоб в учасниць з'явилася мотивація працювати на тренінгу, окрім особистої зацікавленості, особистість тренера має бути авторитетною. Конфлікти або відмова від співпраці ускладнюють роботу та демонструють некомпетентність тренера в управлінні колективом. Окрім того, несуттєва різниця у віці сприяла формуванню довіри та психологічної близькості.

Важливим інструментом оцінки ефективності проведеного тренінгу є вимір показників до та після процедури проведення тренінгу. В тренінгу взяло участь 12 жінок. Виміри проводилися за 72 години до тренінгу та через 14 днів після. Так як підвищення рівня толерантності до невизначеності було одним із тренінгових завдань, оцінка його ефективності формувалася саме з цим параметром. Рівень толерантності до невизначеності вимірювався за допомогою Шкали Баднера (Budner's Scale of Tolerance – Intolerance of Ambiguity). Методика містить лише 16 запитань, тому є зручною у використанні, адже це швидко і не потребує суттєвих зусиль.

Оцінка проводилася за допомогою застосування т-критерію Стьюдента для двох зв'язаних вибірок. Результати представлено у таблиці 3.35.

*Таблиця 3.35*

Показники вимірювання рівня толерантності до невизначеності до та після тренінгу

Характеристика	№	Середнє	N	Стандартизоване відхилення
Толерантність	до	5,5096	12	1,98383
	після	6,6090	12	2,11737
	Загальне	6,0593	12	
Інтолерантність	до	5,5064	12	1,91792

	після	4,7372	12	2,04330
	Загальне	5,1218	12	

Як видно із таблиці рівень толерантності до невизначеності після тренінгу підвищився ( $M = 5,5096$ ,  $M = 6,6090$ ;  $p = 0,000$ ). Натомість рівень інтолерантності до невизначеності знизився ( $M = 5,5060$ ,  $M = 4,7372$ ;  $p = 0,000$ ). Таким чином, базуючись на отриманих статистичних коефіцієнтах, можна стверджувати, що запропонована програма є дієвою та може використовуватися у малих групах.

### **Висновки до третього розділу**

У ході статистичної обробки отриманих даних було верифіковано емпіричну модель дослідження психологічних чинників зміни Я-концепції жінок. Встановлено, що всі три компоненти Я-концепції жінок (когнітивний, емоційно-оціночний та поведінковий) залежать від наявності / відсутності труднощів із самореалізацією, а також від суб'єктивної самооцінки ними особистісної самореалізованості.

До складу загальних чинників зміни Я-концепції жінок увійшли чотири складники: а) соціально-демографічні, б) освітньо-кваліфікаційні, в) комфорт середовища, г) декретна відпустка. Загальні чинники змін встановлено в два різних способи – на основі індикаторів компонентної структури Я-концепції та на основі результуючої змінної (самореалізованості – суб'єктивної оцінки особистісної самореалізованості).

За результатами двох підходів виокремлено три однакові чинники: а) соціально-демографічні (наявність дітей), б) комфорт середовища (рівень комфорту в актуальних життєвих умовах), в) декретна відпустка (загальні терміни декретної відпустки, актуальна на момент дослідження декретна відпустка).

На основі другого підходу (на основі результуючої змінної самореалізованості та її самооцінки) виокремлено два додаткові чинника: г)

освітньо-кваліфікаційні (наявність досвіду роботи за спеціальністю, д) задоволеність досвідом роботи за спеціальністю.

Особистісні чинники зміни Я-концепції жінок виокремлено для конструктивних та деструктивних змін. Емпіричним шляхом встановлено чинники зміни лише для двох компонентів Я-концепції жінок – емоційно-оціночного та поведінкового.

Конструктивна зміна емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок відбувається під впливом трьох груп чинників – особистісних характеристик, ставлення до себе та до змін, центральних структур Я. До особистісних характеристик належать емоційна стабільність, домінантність, сміливість, прямолінійність, довірливість, спокій та розслабленість. До чинника «ставлення до себе та до змін» увійшли прагнення до творчості, гнучкість у спілкуванні, толерантність до невизначеності, цінності та автономність. До чинника «центральні структури Я» належать конструктивна сексуальність, конструктивна агресія, конструктивне зовнішнє відмежування Я, конструктивна тривога.

Конструктивна зміна поведінкового компоненту Я-концепції жінок відбувається під впливом двох груп чинників – особистісних характеристик та центральних структур Я. До особистісних характеристик належать сміливість, експресивність, довірливість, домінантність та спокій. До змісту чинника «центральні структури Я» увійшли конструктивний нарцисизм, конструктивна агресія, конструктивне зовнішнє відмежування Я.

Деструктивна зміна емоційно-оціночного компоненту Я-концепції жінок відбувається під впливом трьох груп предикторів – особистісних характеристик, ставлення до себе та до змін, центральних структур Я.

До змісту предиктора «особистісні характеристики» належать емоційна стабільність, сміливість, практичність, прямолінійність, тривожність, радикалізм. До змісту предиктора «ставлення до себе та до змін» увійшли інтолерантність до невизначеності, дезорієнтація в часі, контактність та автономність. До змісту предиктора «центральні структури Я» належать

дефіцитарна агресія, деструктивна тривога, конструктивний нарцисизм, дефіцитарний нарцисизм, конструктивне внутрішнє відмежування Я.

Деструктивна зміна поведінкового компоненту Я-концепції жінок відбувається також під впливом трьох груп предикторів – особистісні характеристики, ставлення до себе та до змін, центральні структури Я. До змісту предиктора «особистісні характеристики» належать радикалізм, товариськість, сміливість, емоційна стабільність. До змісту предиктора «ставлення до себе та до змін» увійшли контактність та цінності. До змісту предиктора «центральні структури Я» відносяться деструктивний нарцисизм, конструктивне зовнішнє відмежування Я, дефіцитарне зовнішнє відмежування Я.

На основі отриманих результатів розроблено програму соціально-психологічного тренінгу особистісного зростання, яка спрямована на зменшення загального рівня тривожності, тренування усвідомленості, поглиблення знань про власну особистість та підвищення рівня толерантності до невизначеності. Після проведення тренінгу здійснено оцінку ефективності програми, шляхом повторного виміру рівня толерантності до невизначеності. Встановлено, що рівень толерантності до невизначеності після проходження тренінгової програми збільшився, а рівень інтолерантності до невизначеності зменшився. Таким чином була доведена ефективність запропонованої програми.

## ВИСНОВКИ

У дисертації здійснено теоретико-емпіричне узагальнення результатів дослідження особистісних чинників зміни Я-концепції жінок, що дало підстави сформулювати такі висновки:

1. В результаті теоретико-методологічного аналізу з'ясовано, що вивчення Я-концепції особистості здійснюється в таких основних методологічних традиціях: соціологічній, антропологічній, психологічній; психоаналітичній, гуманістичній, феноменалістичній, особистісній.

Я-концепція особистості містить три компоненти (когнітивний, емоційно-оціночний та поведінковий) та є процесом і результатом суб'єктивної оцінки власної особистісної реалізованості/нереалізованості жінки незалежно від предметної сфери її реалізації. Когнітивний компонент складають: бажання змінюватися (усвідомленість знань про себе, міра бажання змінити щось у собі); емоційно-оціночний компонент – аутосимпатія та саморозуміння (здатність особистості приймати себе такою, якою вона є, усвідомлювати власні бажання та інтереси; стійка адекватна самооцінка); поведінковий компонент – спонтанність та погляди на природу людини (впевненість у своїх діях, довіра до оточуючого світу, віра в силу людських можливостей, прагнення до щирих та гармонійних міжособистісних стосунків – поведінка особистості, що базується на основі знань про себе).

2. В результаті емпіричної верифікації індикаторів зміни Я-концепції жінок встановлено, що змінам Я-концепції особистості жінок властива дихотомія, що зумовлює протилежні модуси її трансформування – конструктивний / деструктивний, які своєю чергою зумовлюють відповідний вид змін (конструктивні та деструктивні).

Конструктивні зміни мають вияв у саморозвитку, самореалізації, активному надбанню нового досвіду і формуванню конструктивної Я-концепції жінок; деструктивні зміни призводять до депресивних станів,

емоційної нестабільності, стагнації та формування деструктивної Я-концепції жінки.

3. Емпірично встановлено зміст і структуру особистісних чинників конструктивної та деструктивної зміни Я-концепції жінок, а саме йдеться про дві групи чинників, які визначають зміни Я-концепції жінок: загальні та особистісні. Загальними чинниками зміни Я-концепції жінок є: а) соціально-демографічні, б) освітньо-кваліфікаційні, в) комфорт середовища, г) декретна відпустка. Особистісними чинниками є: а) особистісні характеристики, б) ставлення до себе та до змін, в) центральні структури Я, г) соціальна спрямованість особистості. Запропонована модель є емпірично верифікованою.

Встановлено, що зміни Я-концепції жінок детермінуються чинниками, які властиві лише для емоційно-оціночного та поведінкового компонентів.

У змісті емоційно-оціночного компоненту чинниками конструктивних змін є: емоційна стабільність, домінантність, сміливість, прямолінійність, довірливість, спокій та розслабленість, прагнення до творчості, гнучкість у спілкуванні, толерантність до невизначеності, цінності та автономність, конструктивна сексуальність, конструктивна агресія, конструктивне зовнішнє відмежування Я, конструктивна тривога.

Окрім того, емоційна стабільність, домінантність, сміливість, прямолінійність, довірливість, спокій та розслабленість сприяють конструктивним змінам емоційно-оціночного компоненту Я-концепції особистості у взаємодії із освітньо-кваліфікаційним чинником, а саме із задоволеністю досвідом роботи за отриманою спеціалізацією.

Чинниками деструктивних змін емоційно-оціночного компоненту є емоційна стабільність, сміливість, практичність, прямолінійність, тривожність, радикалізм, інтолерантність до невизначеності, дезорієнтація в часі, контактність та автономність, дефіцитарна агресія, деструктивна тривога, конструктивний та дефіцитарний нарцисизм, конструктивне внутрішнє відмежування Я.

Чинниками конструктивних змін поведінкового компоненту Я-концепції жінок є: сміливість, експресивність, довірливість, домінантність та спокій, конструктивний нарцисизм, конструктивна агресія, конструктивне зовнішнє відмежування Я.

Чинниками деструктивних змін поведінкового компоненту Я-концепції жінок є: радикалізм, товарицькість, сміливість, емоційна стабільність, контактність та цінності, деструктивний нарцисизм, конструктивне зовнішнє відмежування Я, дефіцитарне зовнішнє відмежування Я.

4. На основі встановлених результатів розроблено програму соціально-психологічного тренінгу особистісного зростання жінок в умовах групового навчання (взаємодії), з метою конструктивного супроводу процесу та результату впливу особистісних чинників Я-концепції жінок щодо наявних видів змін їхньої Я-концепції особистості. У тренінговій програмі «Психологічного сприяння особистісному зростанню жінок» представлено методологічне підґрунтя, зміст, структуру, форми, методи реалізації тренінгової програми психологічної взаємодії, допомоги жінкам; описано результати її впровадження.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів розглянутої проблеми. Перспективними напрямками подальшої роботи є: розробка теоретико-методологічних засад дослідження змін Я-концепції особистості жінок і чоловіків в динамічних умовах воєнного та повоєного часу; побудові системного уявлення про зміни Я-концепції особистості жінок і чоловіків в онтогенезі, в різних субкультурних середовищах та предметних видах фахової, дозвіллевої діяльності; з'ясуванні статевих, гендерних особливостей та чинників змін Я-концепції особистості; з'ясування специфіки середовищних впливів на процес формування Я-концепції особистості, становлення її персональних стратегій самореалізації та самоздійснення; розробці положень щодо індивідуального психологічного супроводу відхилень у формуванні Я-концепції особистості.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- Агаркова А. І. Внутрішні і зовнішні механізми формування і розвитку соціального Я як складової Я-концепції. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2016. № 6. С. 197–202.
- Агарков А. І. Соціальне «я» як складова я-концепції: теоретичний аналіз основних підходів у сучасній психології. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2017. Т. 1. № 5. С. 7–13.
- Білозерська С. І., Машак С. О. Особливості зв'язку професійної Я-концепції із психологічним благополуччям педагога. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2018. № 5. С. 71–77.
- Бодалев, А. А., Столин, В. В., & Аванесов, В. С. (2000). *Общая психодиагностика*. СПб.: Изд-во «Речь». С. 440.
- Василенко Я. О. Я-тілесне у структурі Я-концепції. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Психологія*. 2013. Т. 1, № 46. С. 31–37.
- Васильченко О. М. Репродуктивна ідентичність у структурі Я-концепції осіб зрілого віку. *Проблеми сучасної психології*. 2013. № 19. С. 86–96.
- Винокурова А. Г. Роль джерел самопізнання в прогнозуванні соціальної тривоги підлітків з фізично-руховими вадами. *Міжнародні наукові дослідження: інтеграція науки та практики як механізм ефективного розвитку*. 2019. № 76. С. 76–80.
- Гавриловська К. П., Климчук П. С. Гендерні відмінності у прагненні до особистісного зростання. *Наука і освіта. Науково-практичний журнал Південного наукового центру НАПН України*. 2014. Т. 5, № 122. С. 121–125.
- Галієва О. М. Диференціація понять «тривога» та «тривожність». *Психологія та соціальна робота*. 2019. Т. 24, № 1 (49). С. 32–48.
- Галян І. М. *Психодіагностика: навч. посіб.* Київ: Академвидав, 2011. С. 464.

- Гуменюк О. Експериментальна програма курсу «Соціальна психологія». *Психологія і суспільство*. 2000. № 2. С. 134–151.
- Гуменюк О. Особливості ситуативного та вікового розвитку Я-концепції. *Психологія і суспільство*. 2005. № 1 (19). С. 46–62.
- Гуменюк О. Е. Психологія Я-концепції: навч. посібник. Тернопіль : Екон. Думка. 2004. С. 310.
- Дудник О. Факторна структура емоційно-оцінних характеристик я-концепції студентів із високим рівнем особистісної безпорадності. *Psychological Prospects Journal*. 2019. № 33. С. 103–114.  
URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2019-33-103-114>.
- Каламаж Р. В. Процесуально–змістові аспекти Я–концепції особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2016. № 16. С. 421–430.
- Католик Г. В. Психологія формування професійної Я-концепції практичного психолога: монографія. Львів: ЛНУ ім. Ів. Франка. 2013. С. 406.
- Киричук О. В. Концепція виховання підростаючих поколінь суверенної України. *Радянська школа*. 1992. № 5. С. 33–40.
- Кон И. С. (1984). В поисках себя: Личность и ее самосознание. Политиздат. 1984. С. 336.
- Кочарян О. С. та ін. Особливості Я-концепції наркозалежної особистості. *Медична психологія*. 2018. № 2. С. 66–71.
- Кремез І. В. Психологічні теорії особистості в соціологічному знанні. 2016. С. 2.
- Кулікова А. О. Гендерні особливості трансформації Я–образу у структурі Я–концепції. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені ВО Сухомлинського. Серія: Психологічні науки*. 2014. № 13. С. 96–101.
- Кулікова А. О. Специфіка структурних компонентів Я-концепції. *Актуальні проблеми науки та освіти: Збірник матеріалів XVII підсумкової науково-практичної конференції викладачів МДУ*. 2015. С. 302–304.

- Купреєва О. І. Психологія самореалізації студентів в інтегрованому освітньому середовищі. Автореф. дис.. .... на здобуття наукового ступеня докт. психол. наук.; 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. Київ, 2021. 40 с.
- Лановенко І. Адаптація та самореалізація як психологічне підґрунтя взаємодії людини та суспільства. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки*. 2016. № 1. С. 112–118.
- Лемак М. В., Петрище В. Ю. Методичне видання Психологу для роботи. Діагностичні методики. Ужгород: Видавництво Олександри Гаркуші. 2011. С. 616.
- Лушин П. В. О психологии человека в переходный период: Как выживать, когда все рушится. Кировоград, 1999. 208 с.
- Лушин П. В. Психология личностного изменения. Кировоград, 2002. 352 с.
- Мацко Л. А., Прищак М. Д., Первушина Т. В. Основи психології та педагогіки: лабораторний практикум. 2010. С. 139.
- Мироненко О. С. Психологічні чинники формування «Я-концепції» особистості. 2018 с.
- Митцева О. С. Професійний імідж фахівця: суть, функції, структура. *Educational challenges*. 2018. № 59. С. 191–200.
- Налчаджян А. А. (2000). Я–концепция. Психология самосознания: хрестоматия. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М».
- Отич Д. Д. Психологічні особливості розвитку Я-концепції особистості в різні вікові періоди. 2014. С. 258–265.
- Палачева Т. І. Формування «Я-концепції» в дитячому, підлітковому і юнацькому віці. *Молодий вчений*. 2010. № 1–2 (13).
- Петровский, А. В., Ярошевский, М. Г. Основы теоретической психологии. Издательский Дом «Инфра-М». 1998. С. 528.
- Попович І. С. Психологічний аспект соціальних очікувань. 2017. С. 5.

- Потоцька І., Мартинова Ю., Лойко Л., Рисинець Т. Емпіричні корелянти особистісної самореалізації сучасної жінки. *American Journal of Fundamental, Applied & Experimental Research*. 2019. № 12(1). С. 54–59.
- Пушкар В. А. «Я»-Образи у структурі «Я»-концепції особистості–співвідношення понять у психології. 2011. С. 133–140.
- Романенко О. В. Особливості змін у я-концепції особистості під впливом психотравми. 2019. С. 334–337.
- Рудик М. В., Вінс, В. А. Особливості прояву тривожності в осіб дорослого віку. Рекомендовано до друку вченою радою Житомирського державного університету імені Івана Франка. 2022. № 67. С. 67.
- Сердюк Л. З. Особистісний модус самореалізації майбутніх фахівців. *Вісник післядипломної освіти: зб. наук. пр./ Ун-т. менедж. освіти НАПН України*; гол. ред. В. В. Олійник [та ін.]. Вип. 10(23). Київ: АТОПОЛ, 2014. С. 239–248.
- Ставицька С. О. Соціально-психологічні особливості реалізації потреби в саморозвитку, самооцінки життєвих цілей та самоствавлення як компонентів розвитку самосвідомості в юнацькому віці. *Проблеми сучасної психології*. 2014. № 23. С. 595–607.
- Тимофєєва Н. М. Формування позитивної Я-концепції як чинник особистісного зростання. Психологічні чинники самодетермінації особистості в освітньому просторі: монографія. 2013. С. 215–234.
- Ткачишина О. Р. Кризові ситуації: адаптаційні ресурси особистості та соціальні стереотипи. *Теорія і практика сучасної психології*. 2020. № 3(1). С. 116–120.
- Ушакова К. Ю. Соціальні та психологічні чинники розвитку професійної “Я-концепції” студентів медичних коледжів. 2017. №5 (50). С. 131–137.
- Фурман О. Я-концепція у плині соціального доквілля. *Психологія і суспільство*. 2004. № 2 (16). С. 125–143.
- Цибух Л. М., Куляс О. Особливості кризи середнього віку. *Науково-педагогічний вісник*. 2019. № 67. С. 67–70.

- Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. 2007. С. 640.
- Шумейко О. М. Стратегічна самопрезентація в контексті лідерства та професійної самореалізації. *Соціально-гуманітарні виміри правової держави*. 2019. С. 353.
- Юрченко В. Позитивна «Я-концепція» вчителя як передумова запобігання професійного вигорання. *Рідна мова*. 2011. С. 30–35.
- Язвінська Е.С. Тілесний образ Я як об'єкт психологічного дослідження. *Збірник наукових праць. психологічні науки*. 2013. Т. 2. № 10(91). С. 342–346.
- Янчук, В. А. Введение в современную социальную психологию. Минск: Асар. 2005. С. 37.
- Alfermann D., Stoll O. Effects of physical exercise on self-concept and well-being. *International journal of sport psychology*. 2000.
- Allport G. W. Pattern and growth in personality. Holt, Reinhart & Winston. 1961
- Bailey 2nd, J. A. Self-image, self-concept, and self-identity revisited. *Journal of the National Medical Association*. 2003. Т. 95, № 5. P. 383.
- Bandura A. Psychotherapy as a learning process. *Psychological Bulletin*. 1961. № 58. P. 143-159.
- Bateson G. The logical categories of learning and communication. *Steps to an Ecology of Mind*. 1972. P. 279–308.
- Baumeister R. F. Identity, self-concept, and self-esteem: The self-lost and found. *Handbook of personality psychology*. Academic Press. 1997. P. 681–710.
- Baumeister R. F., Campbell J. D., Krueger J. I., Vohs, K. D. Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological science in the public interest*. 2003. № 4(1). P. 1–44.
- Baumgardner A. H. To know oneself is to like oneself: self-certainty and self-affect. *Journal of personality and social psychology*. 1990. № 58(6). P. 1062.

- Beck A. T. Cognitive therapy and the emotional disorders. *International Universities Press*. 1976. P. 356.
- Beck J. S. Cognitive behavior therapy: Basics and beyond. Guilford Press. 2011. P. 391.
- Bergner R. M., Holmes J. R. Self-concepts and self-concept change: A status dynamic approach. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2000. № 1. P. 36.
- Berndt T. J., Burgy L. Social self-concept. 1996. P. 171–209.
- Bharathi T. A., Sreedevi P. A study on the self-concept of adolescents. *International Journal of Science and Research*. 2016. T. 5, № 10. P. 512–516.
- Bigler M., Neimeyer G. J., Brown, E. The divided self revisited: Effects of self-concept clarity and self-concept differentiation on psychological adjustment. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2001. № 20(3). P. 396–415.
- Blatner A. Foundations of psychodrama: History, theory, and practice. Springer Publishing Company. 2000.
- Bong M., Skaalvik E. M. Academic self-concept and self-efficacy: How different are they really? *Educational psychology review*. 2003. T. 15. P. 1–40.
- Bracken B. A. Examiner's manual for the Multidimensional Self-esteem Scale. Austin, TX: Pro-Ed. 1992.
- Bracken B. A. Positive self-concepts. In Handbook of positive psychology in schools. Routledge. 2009. P. 107–124.
- Bronisch, T., Klerman, G. Personality functioning: change and stability in relationship to symptoms and psychopathology. *Journal of personality disorders*. 1991. № 5 (4). P. 307-317.
- Brookfield S. D. Discussion as a Way of Teaching: Tools and Techniques for Democratic Classrooms. Jossey-Bass. 1999.
- Brown D. (Ed.). *Career choice and development*. John Wiley & Sons. 2002.

- Budner S. Intolerance of ambiguity as a personality variable. *Journal of Personality*. 1962. № 30. P. 29–50.
- Burns R. B. Self-concept development and education. Cassell. 1982.
- Butler R. J., Gasson, S. L. Self esteem/self concept scales for children and adolescents: A review. *Child and Adolescent mental health*. 2005. № 10(4). P. 190–201.
- Caffarella R. S., Daffron S. R. *Planning programs for adult learners: A practical guide*. John Wiley & Sons. 2013.
- Campbell J. D. Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal of personality and social psychology*. 1990. № 59(3). P. 538.
- Campbell J. D., Assanand S. Paula A. D. The structure of the self-concept and its relation to psychological adjustment. *Journal of personality*. 2003. T. 71, № 1. P. 115–140.
- Campbell J. D., Trapnell P. D., Heine S. J., Katz I. M., Lavalley L. F., Lehman D. R. Self-concept clarity: Measurement, personality correlates, and cultural boundaries. *Journal of personality and social psychology*. 1996. № 70(1). P. 141.
- Campbell L., Lackenbauer S. D., Muise A. When is being known or adored by romantic partners most beneficial? Self-perceptions, relationship length, and responses to partner's verifying and enhancing appraisals. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2006. № 32(10). P. 1283–1294.
- Cankurtaran Öntaş Ö., Tekindal M. T. Women who sacrifice themselves for everybody: qualitative research with mothers of disabled children. *European Journal of Social Work*. 2016. № 19(2). P. 275–289.
- Cantor N. et al. On Motivation and the Self-concept. 1986.
- Choi I. & Choi Y. Culture and self-concept flexibility. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2002. T. 28, № 11. P. 1508–1517.
- Choi N. Self-efficacy and self-concept as predictors of college students' academic performance. *Psychology in the Schools*. 2005. T. 42, № 2. Pp. 197–205.

- Conaway J. Quantum change: When personal transformation happens overnight. *Albuquerque Journal*. 1991. № 3. P. 1-30.
- Cramer E. M., Song H., Drent A. M. Social comparison on Facebook: Motivation, affective consequences, self-esteem, and Facebook fatigue. *Computers in Human Behavior*. 2016. № 64. P. 739–746.
- Danladi G. P., Saidu S., & Otaha J. I. Self-Concept Transformation on Senior Secondary School Students' Academic Achievement in Central Zone, Plateau State, Nigeria. *International Journal of Asian Education*. 2021. № 2(2). P. 213–223.
- Driscoll M. Blended learning: Let's get beyond the hype. *E-learning*. 2002. 1(4). P. 1–4.
- Dryden W. Individual therapy: a handbook. London: Open University Press, 1990. 334 p.
- Ekinci Y., Riley M. An investigation of self-concept: actual and ideal self-congruence compared in the context of service evaluation. *Journal of Retailing and Consumer Services*. 2003. T. 10, № 4. P. 201–214.
- Erikson E. H. Growth and crises of the «healthy personality». 1950.
- Ferrari J. R., Díaz-Morales J. F. Perceptions of self-concept and self-presentation by procrastinators: Further evidence. *The Spanish journal of psychology*. 2007. T. 10, № 1. P. 91–96.
- Festinger L. A theory of social comparison processes. *Human relations*. 1954. № 7(2). P. 117–140.
- Forsyth D. R. Group dynamics. Cengage Learning. 2018.
- Freud S. The ego and the id. Simon and Schuster. 2019.
- Golan N. Passions through transition; a guide for practitioners. London: The Free Press, 1981. 329 p.
- Goodman A., Payne E. Longman dictionary of scientific usage. Moscow: Russky Yazyk Publishers, 1989. 685 p.
- Gordon C. Systemic Senses of Self. *Sociological Inquiry*. 1968. T. 38, № 2. P. 161–178.

- Hards E., Ellis J., Fisk J., Reynolds, S. Negative view of the self and symptoms of depression in adolescents. *Journal of affective disorders*. 2020. T. 262. P. 143–148.
- Harter S. Developmental processes in construction of the self. *Integrative processes and socialization: Early to middle childhood*. 1988. P. 45–78.
- Hattie J. Self-concept. *Psychology Press*. 2014.
- Heatherton T. F., Nichols P. A. Conceptual issues in assessing whether personality can change. *Can personality change?* Washington. D. C.: American Psychological Association, 1994. P. 41-60.
- Huitt W. Self-concept and self-esteem. *Educational psychology interactive*. 2004. T. 1. P. 1–5.
- Jackson L. A. et al. Self-concept, self-esteem, gender, race and information technology use. *Computers in Human Behavior*. 2010. T. 26, № 3. P. 323–328.
- Jackson S. A. et al. Relationships between flow, self-concept, psychological skills, and performance. *Journal of applied sport psychology*. 2001. T. 13, № 2. P. 129–153.
- James W. The principles of psychology. T. 1. Cosimo, Inc. 2007
- Jung C. G. The archetypes and the collective unconscious. Routledge. 2014.
- Kazdin A. Parenting Resources for Parents And Professionals. 2020.
- Kernis M. H., Goldman B. M. Stability and variability in self-concept and self-esteem. 2003.
- Kirkpatrick D., Kirkpatrick J. Evaluating training programs: The four levels. Berrett-Koehler Publishers. 2006.
- Klar Y., Fisher J., Chriskey A., Naddler, J. Self change: social psychological and clinical perspectives. New York: Springer-Verlag, 1992. 285 p.
- Kogut, O. Емпіричне дослідження стресостійкості курсантів у подоланні кризи, конфліктів, фрустрації та стресів. *Psychological journal*. 2021. № 7(2). P. 35–45.

- Kolb D. A. *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice-Hall. 1984.
- Konečná V. Teorie vývoje a měření sebepojetí u dětí. *Sborník prací FF MU v Brně*. 2006. P. 77–90.
- Kopp B., Hasenbein M., Mandl H. Case-based learning in virtual groups—collaborative problem-solving activities and learning outcomes in a virtual professional training course. *Interactive Learning Environments*. 2014. № 22(3). P. 351–372.
- Kraus M. W., Chen S. & Keltner D. The power to be me: Power elevates self-concept consistency and authenticity. *Journal of Experimental Social Psychology*. 2011. T. 47, № 5. P. 974–980.
- Kuhn D. Microgenetic study of change: What has it told us? *Psychological Science*. 1995. № 3. vol. 6. P. 133-139.
- Kunda Z., Sanitioso R. Motivated changes in the self-concept. *Journal of Experimental Social Psychology*. 1989. T. 25, № 3. P. 272–285.
- Le Poidevin R. *Change, cause and contradiction: A defense of the tenseless theory of time*. Hampshire: MacMillan Press LTD, 1991. 160 p.
- Lewandowski Jr, G. W. et al. Losing a self-expanding relationship: Implications for the self-concept. *Personal Relationships*. 2006. T. 13, № 3. P. 317–331.
- Macek P. *Adolescence*. Prague: Portál. 2003.
- Magid M. The impact of self-concept on language learning. *Multilingual Matters*. 2014. T. 79. P. 739–746.
- Manning M. A. Self-concept and self-esteem in adolescents. *Student services*. 2007. T. 2. P. 11–15.
- Markus H., Kitayama S. Cultural variation in the self-concept. *The self: Interdisciplinary approaches*. 1991. P. 18–48.
- Marcus H., Nurius P. Possible Selves. *American Psychologist*. 1990. № 41. P. 954–969.

- Martin J. The construction and understanding of psychotherapeutic change: conversations, memories, and theories. New York: Teachers College Press, Columbia University Press, 1994. 139 p.
- Marsh H. W. The measurement of physical self-concept: A construct validation approach. 1997.
- Marshall H. H. The Development of Self-Concept. *Young children*. 1989. T. 44, № 5. P. 44–51.
- Maslow A. H. A Dynamic Theory of Human Motivation. *Understanding human motivation*. Cleveland. P. 26–47.
- Matějček Z., Vágnerová M., Krejčov, L., Strnadová I. Sociální aspekty dyslexie. Prague: Karolinum. 2006.
- McConnell A. R. The multiple self-aspects framework: Self-concept representation and its implications. *Personality and social psychology review*. 2011. T. 15, № 1. P. 3–27.
- Mead M., Métraux R. (Eds.). The study of culture at a distance. Berghahn Books. 2000. T. 1.
- Mercer S. Towards an understanding of language learner self-concept. *Springer Science & Business Media*. 2011. T. 12.
- Mikulincer M., Shaver P. R. Adult attachment orientations and relationship processes. *Journal of family theory & review*. 2012. № 4(4). P. 259–274.
- Möller J. et al. A meta-analysis of relations between achievement and self-concept. *Review of Educational Research*. 2020. T. 90, № 3. P. 376–419.
- Nakao T., Kato K. Constructing the Japanese version of the Adult Attachment Style Scale (ECR). *Japanese Journal of Psychology*. 2004. P. 154–159.
- Neto M. Educational motivation meets Maslow: Self-actualisation as contextual driver. *Journal of Student Engagement: Education Matters*. 2015. № 5(1). P. 18–27.
- Nezlek J. B., Plesko R. M. Day-to-day relationships among self-concept clarity, self-esteem, daily events, and mood. *Personality and social psychology bulletin*. 2001. № 27(2). P. 201–211.

- Ogilvie D. M., Ashmore R. D. Self-with-other representation as a unit of analysis in self-concept research. *A portion of the data reported in the final chapter was presented at the Nags Head Conference on the Self and Identity, Jun 20-25. The Guilford Press. 1991. P. 282–314.*
- Orth U., Robins R. W., Roberts B. W. Low self-esteem prospectively predicts depression in adolescence and young adulthood. *Journal of personality and social psychology.* 2008. № 95(3). P. 695.
- Oyserman D., Elmore K., Smith G. Self, self-concept, and identity. 2012.
- Pajares F., Schunk D. Self-efficacy and self-concept beliefs. *New Frontiers for Self-Research*, March H. Craven R, McInerney D (eds.). Greenwich, CT: IAP. 2005.
- Perugini M., Leone L. Implicit self-concept and moral action. *Journal of Research in Personality.* 2009. T. 43, № 5. P. 747–754.
- Pesu L., Viljaranta J., Aunola K. The role of parents' and teachers' beliefs in children's self-concept development. *Journal of applied developmental psychology.* 2016. №44. P. 63–71.
- Pinquart M., Gerke D. C. Associations of parenting styles with self-esteem in children and adolescents: A meta-analysis. *Journal of Child and Family Studies.* 2019. № 28. P. 2017–2035.
- Pivcevic E. *Change and Selves.* Oxford: Clarendon Press, 1990. 151 p.
- Polkinghorne D. E. Narrative and self-concept. *Journal of narrative and life history.* 1991. T. 1, № 2-3. P. 135–153.
- Pöllänen S., Voutilainen L. Crafting well-being: Meanings and intentions of stay-at-home mothers' craft-based leisure activity. *Leisure Sciences.* 2018. № 40(6). P. 617–633.
- Prochaska J. O., DiClemente C. C., Norcross J. C. Search of the structure of change. *Self-change: social psychological and clinical perspectives.* New York: Springer-Verlag, 1992. P. 87–115.

- Robins R. W., Tracy J. L., Trzesniewski K., Potter J., Gosling S. D. Personality correlates of self-esteem. *Journal of research in personality*. 2001. № 35(4). P. 463–482.
- Rogers C. R. Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory. Houghton Mifflin. 1951.
- Rogers C. R. On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy. Houghton. 1961.
- Rogers C. R. On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy. Houghton Mifflin Harcourt. 1995.
- Ronchetti L. Autonomy and Self-Realization of Migrant Women: Constitutional Aspects. *In Gender and Migration in Italy*. Routledge. 2017. P. 77–95.
- Rosenberg M. The self-concept: Social product and social force. *Social psychology*. Routledge. 2017. P. 593–624.
- Rosenberg M. Self-Concept Research: A Historical Overview. *Social Forces*. 1989. T. 68, № 1. P. 34–44.
- Salas E., Tannenbaum S. I., Kraiger K., Smith-Jentsch K. A. The science of training and development in organizations: What matters in practice. *Psychological science in the public interest*. 2012. № 13(2). P. 74–101.
- Sebastian C., Burnett S., Blakemore, S. J. Development of the self-concept during adolescence. *Trends in cognitive sciences*. 2008. T. 12, № 11. P. 441–446.
- Sestir M., Green M. C. You are who you watch: Identification and transportation effects on temporary self-concept. *Social influence*. 2010. T. 5, № 4. P. 272–288.
- Shavelson R. J., Marsh H. W. On the structure of self-concept. *Self-related cognitions in anxiety and motivation*. 1986. P. 305–330.
- Slotter E. B., Gardner W. L., Finkel E. J. Who am I without you? The influence of romantic breakup on the self-concept. *Personality and social psychology bulletin*. 2010. T. 36, № 2. P. 147–160.

- Sponcil M., Gitimu, P. Use of social media by college students: Relationship to communication and self-concept. *Journal of Technology Research*. 2013. T. 4, № 1. P. 37–49.
- Stolovitch H. D., Keeps E. J. Telling ain't training. American Society for Training and Development. 2011.
- Suszek H., Fronczyk K., Kopera M., Maliszewski, N. Implicit and explicit self-concept clarity and psychological adjustment. *Personality and individual differences*. 2018. № 123. P. 253–256.
- Swann Jr W. B., Chang-Schneider C., Larsen McClarty K. Do people's self-views matter? Self-concept and self-esteem in everyday life. *American psychologist*. 2007. T. 62, № 2. P. 84.
- Tennant M., Pogson P. Learning and Change in the Adult Years: A Developmental Perspective. Jossey-Bass Higher and Adult Education Series. Jossey-Bass Social and Behavioral Service Series. Jossey-Bass Inc. 1995.
- Tokunaga Y., Horiuchi T. Development of a Japanese version of the Self-Concept Clarity (SCC) Scale. *Japanese Journal of Personality*. 2012. № 20(3). P. 193–203.
- Tompkins K. A., Brecht K., Tucker B., Neander L. L., Swift, J. K. Who matters most? The contribution of faculty, student-peers, and outside support in predicting graduate student satisfaction. *Training and Education in Professional Psychology*. 2016. № 10(2). P. 102.
- Trautwein U. et al. Self-esteem, academic self-concept, and achievement: how the learning environment moderates the dynamics of self-concept. *Journal of personality and social psychology*. 2006. T. 90, № 2. P. 334.
- Vágnerová M. Vývojová psychologie. Dětství a dospívání. Prague: Karolinum. 2012.
- Vanhalst J., Goossens L., Luyckx K., Scholte R. H., Engels, R. C. The development of loneliness from mid-to late adolescence: Trajectory classes, personality traits, and psychosocial functioning. *Journal of adolescence*. 2013. № 36(6). P. 1305–1312.

- Verschueren K., Doumen S., Buyse E. Relationships with mother, teacher, and peers: Unique and joint effects on young children's self-concept. *Attachment & human development*. 2012. № 14(3). P. 233–248.
- Waller G., Cordery H., Corstorphine E., Hinrichsen H., Lawson R., Mountford V., Russell, K. Cognitive behavioral therapy for eating disorders: A comprehensive treatment guide. Cambridge University Press. 2007.
- Waterman A. S., Schwartz S. J., Goldbacher E., Green H., Miller C., Philip S. Predicting the subjective experience of intrinsic motivation: The roles of self-determination, the balance of challenges and skills, and self-realization values. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2003. № 29(11). P. 1447–1458.
- Watzkawich P. The Language of change. New York: Basic Books, 1978. 531 p.
- Wilber K. Integral psychology: Consciousness, spirit, psychology, therapy. Shambhala Publications. 2000.
- Wood J. V. Theory and research concerning social comparisons of personal attributes. *Psychological bulletin*. 1989. № 106(2). P. 231.
- Yanchuk V. A. Agenda-setting interpretative frame in the structure of social thinking. In: *La pensee sociale: questions vives*. Montreal. Montreal: UQAM University Press. 1999. P. 234–251.
- Ya-strukturnyy test Ammona [I-structural test Ammon]. Psylab.info. Available at: <http://psylab.info>.
- Ybrandt H. The relation between self-concept and social functioning in adolescence. *Journal of adolescence*. 2008. T. 31, № 1. P. 1–16.

## ДОДАТКИ

### Додаток Б

#### Методологічний інструментарій дослідження

#### Б.1 – Анкета

Перед початком роботи, будь ласка, дайте відповідь на декілька запитань:

- 1) Скільки Вам років?
- 2) Ваш сімейний стан
- 3) Ви є мамою: 1) 1 дитини; 2) 2 дітей; 3) 3 дітей; 4) більше 3 дітей; 5) не маю дітей.
- 4) Яку освіту Ви маєте?
- 5) Вкажіть Вашу спеціальність.
- 6) Чи маєте Ви досвід роботи за спеціальністю?
- 7) Чи задоволені Ви цим досвідом?
- 8) Зазначте сферу Вашої професійної діяльності.
- 9) Чи перебували Ви у декретній відпустці?
- 10) Вкажіть терміни Вашої декретної відпустки (скільки місяців/років у сумі).
- 11) Чи перебуваєте Ви у декретній відпустці зараз?
- 12) У якій родині Ви зростали: 1) у повній; 2) у неповній; 3) із родичами; 4) у дитячому будинку; 5) інше.
- 13) Із якими людьми Ви найчастіше спілкуєтесь? (сім'я, колеги, друзі тощо).
- 14) Спілкуванню із якими людьми Ви віддасте перевагу? (щирі, відверті, добрі тощо).
- 15) Чи вважаєте Ви себе реалізованою особистістю?
- 16) У якій мірі від 1 до 10 Ви вважаєте себе реалізованою?
- 17) У якій сфері Ви вважаєте себе реалізованою?
- 18) Чи маєте Ви проблеми із самореалізацією?
- 19) Назвіть ці проблеми.
- 20) Із якими подіями чи людьми Ви пов'язуєте появу цих проблем?
- 21) Що необхідно для вирішення цих проблем?

## Б.2 – Опитувальник діагностики самоактуалізації особистості САМОАЛ

1. А) Настане час, коли я заживу по-справжньому, не так, як зараз.  
Б) Я впевнений, що живу по-справжньому вже зараз.
2. А) Я дуже захоплений власною професією.  
Б) Не можу сказати, що мені подобається моя робота і те, чим я займаюсь.
3. А) Якщо незнайома людина зробить мені послугу, я почуваю себе зобов'язаним їй.  
Б) Приймаючи послугу незнайомої людини, я не почуваю себе зобов'язаним їй.
4. А) Мені буває важко зрозуміти свої почуття.  
Б) Я завжди можу зрозуміти свої почуття.
5. А) Я часто замислююсь над тим, чи правильно я поведив себе в тій або іншій ситуації.  
Б) Я рідко замислююсь над тим, наскільки правильна моя поведінка.
6. А) Я внутрішньо ніяковію, коли мені говорять компліменти.  
Б) Я рідко ніяковію, коли мені кажуть компліменти.
7. А) Здатність до творчості – природна властивість людини.  
Б) Далеко не всі люди наділені здатністю до творчості.
8. А) У мене не завжди вистачає часу на те, щоб стежити за новинками літератури і мистецтва.  
Б) Я докладаю зусиль, намагаючись стежити за новинками літератури і мистецтва.
9. А) Я часто приймаю ризиковані рішення.  
Б) Мені важко приймати ризиковані рішення.
10. А) Інколи я можу дати співрозмовнику зрозуміти, що він мені здається дурним і нецікавим.  
Б) Я вважаю неприпустимим дати зрозуміти людині, що вона мені здається дурною і нецікавою.
11. А) Я люблю залишати приємне “на потім”.  
Б) Я не залишаю приємне “на потім”.
12. А) Я вважаю нечемним переривати розмову, якщо вона цікава тільки моему співрозмовнику.  
Б) Я можу швидко і невимушено переривати розмову, яка цікава тільки одній стороні.
13. А) Я прагну до досягнення внутрішньої гармонії.  
Б) Стан внутрішньої гармонії майже недосяжний.
14. А) Не можу сказати, що я собі подобаюсь.  
Б) Я собі подобаюсь.
15. А) Я думаю, що більшості людей можна довіряти.  
Б) Думаю, що без крайньої необхідності людям довіряти не варто.
16. А) Погано оплачувана робота не може приносити задоволення.  
Б) Цікава, творча робота – сама по собі вже винагорода.
17. А) Досить часто мені нудно.  
Б) Мені ніколи не буває нудно.

18. А) Я не буду відступати від власних принципів навіть заради корисних справ, за які міг би розраховувати на людську вдячність.  
Б) Я б відступив від своїх принципів заради справ, за які люди були б мені вдячні.
19. А) Інколи мені важко бути щирим.  
Б) Мені завжди вдається бути щирим.
20. А) Коли я подобаюсь собі, мені здається, що я подобаюсь і оточуючим.  
Б) Навіть коли я собі подобаюсь, я розумію, що є люди, яким я неприємний.
21. А) Я довіряю своїм зненацька виниклим бажанням.  
Б) Свої раптові бажання я завжди намагаюся осмислити.
22. А) Я повинен бути досконалим у всьому, що я роблю.  
Б) Я не занадто засмучуюсь, якщо мені не вдається бути досконалим.
23. А) Егоїзм – природна властивість будь-якої людини.  
Б) Більшості людей егоїзм не властивий.
24. А) Якщо я не відразу знаходжу відповідь на питання, то можу відкласти його на деякий час.  
Б) Я буду шукати відповідь на питання, що цікавить мене, незважаючи на витрати часу.
25. А) Я люблю перечитувати книги, які мені сподобались.  
Б) Краще прочитати нову книгу, ніж повертатися до прочитаної.
26. А) Я намагаюся поводитись так, як очікують оточуючі.  
Б) Я не схильний задумуватись над тим, чого чекають від мене оточуючі.
27. А) Минуле, нинішнє і майбутнє здаються мені єдиним цілим.  
Б) Думаю, моє нинішнє не дуже пов'язане з минулим або майбутнім.
28. А) Більша частина того, що я роблю, приносить мені задоволення.  
Б) Лише деякі з моїх занять по-справжньому мене тішать.
29. А) Прагнучи розібратись в характері і почуттях оточуючих, люди часто бувають нетактовні.  
Б) Прагнення розібратись в характері і почуттях оточуючих людей цілком природне і виправдовує деяку нетактовність.
30. А) Я добре знаю, які почуття я здатен відчувати, а які – ні.  
Б) Я ще не зрозумів до кінця, які почуття я здатен відчувати.
31. А) Я відчуваю докори сумління, якщо серджусь на тих, кого люблю.  
Б) Я не відчуваю докорів сумління, якщо серджусь на тих, кого люблю.
32. А) Людина повинна спокійно ставитись до того, що вона може почути про себе від інших.  
Б) Цілком природно образитись, почувши неприємну думку про себе.
33. А) Зусилля, яких вимагає пізнання істини, варті того, бо приносять користь.  
Б) Зусилля, яких вимагає пізнання істини, варті того, бо приносять задоволення.
34. А) В складних ситуаціях треба діяти випробованими засобами – це гарантує успіх.  
Б) В складних ситуаціях треба знаходити принципово нові рішення.

35. А) Люди рідко дратують мене.  
Б) Люди часто мене дратують.
36. А) Якщо б була можливість повернути минуле, я б там багато чого змінив.  
Б) Я задоволений своїм минулим і не хочу в ньому нічого змінювати.
37. А) Головне в житті – приносити користь і подібатись людям.  
Б) Головне в житті – робити добро і служити істині.
38. А) Інколи я боюся виглядати занадто ніжним.  
Б) Я ніколи не боюся проявляти свою ніжність.
39. А) Я вважаю, що висловити свої почуття важливо за будь-яких обставин.  
Б) Не варто необдуманно висловлювати свої почуття, не зваживши ситуацію.
40. А) Я вірю в себе лише тоді, коли відчуваю, що можу вирішити свої проблеми.  
Б) Я вірю в себе навіть тоді, коли не здатен вирішити свої проблеми.
41. А) Здійснюючи вчинки, люди керуються взаємними інтересами.  
Б) По своїй природі люди схильні піклуватись лише про власні інтереси.
42. А) Мене цікавлять всі нововведення в моїй професійній сфері.  
Б) Я скептично ставлюсь до більшості нововведень в своїй професійній області.
43. А) Я думаю, що творчість повинна приносити користь людям.  
Б) Я вважаю, що творчість повинна приносити людям задоволення.
44. А) У мене завжди є своя власна точка зору з важливих питань.  
Б) Формуючи свою точку зору, я схильний прислуховуватися до думок поважних і авторитетних людей.
45. А) Секс без любові не є цінністю.  
Б) Навіть без любові секс – дуже значуща цінність.
46. А) Я почуваю себе відповідальним за настрій співрозмовника.  
Б) Я не почуваю себе відповідальним за це.
47. А) Я легко мирюся зі своїми слабкостями.  
Б) Змиритися зі своїми слабкостями мені нелегко.
48. А) Успіх в спілкуванні залежить від того, наскільки людина здатна розкрити себе іншому.  
Б) Успіх в спілкуванні залежить від уміння підкреслити свої переваги і приховати недоліки.
49. А) Моє почуття самоповаги залежить від того, чого я досягнув.  
Б) Моє почуття самоповаги не залежить від моїх досягнень.
50. А) Більшість людей призвичаїлися діяти “за лінією найменшого опору”.  
Б) Думаю, що більшість людей до цього не схильні.
51. А) Вузька спеціалізація необхідна для вченого.  
Б) Заглиблення у вузьку спеціалізацію робить людину обмеженою.
52. А) Дуже важливо, чи є у людини в житті радощі пізнання і творчості.  
Б) В житті дуже важливо приносити користь людям.
53. А) Мені подобається брати участь в палких суперечках.  
Б) Я не люблю суперечок.

54. А) Я цікавлюся віщуваннями, гороскопами, астрологічними прогнозами.  
Б) Подібні речі мене не цікавлять.
55. А) Людина повинна працювати заради задоволення своїх потреб і блага своєї сім'ї.  
Б) Людина повинна працювати, щоб реалізувати свої здібності і бажання.
56. А) У вирішенні особистих проблем я керуюсь загальноновизнаними уявленнями.  
Б) Свої проблеми я вирішую так, як вважаю за потрібне.
57. А) Воля потрібна для того, щоб стримувати бажання і контролювати почуття.  
Б) Головне призначення волі – підштовхувати зусилля і збільшувати енергію людини.
58. А) Я не соромлюсь своїх слабкостей перед друзями.  
Б) Мені нелегко виявляти свої слабкості навіть перед друзями.
59. А) Людині властиве прагнення до нового.  
Б) Люди прагнуть до нового лише за необхідністю.
60. А) Я думаю, що вираз “вік живи – вік навчайся” є хибним.  
Б) Вираз “вік живи – вік навчайся” я вважаю істинним.
61. А) Я думаю, що сенс життя полягає в творчості.  
Б) Навряд чи в творчості можна знайти сенс життя.
62. А) Мені буває непросто познайомитися з людиною, яка мені симпатична.  
Б) Я не маю труднощів, знайомлячись з будь-ким.
63. А) Мене засмучує, що значна частина життя минає даремно.  
Б) Не можу сказати, що деяка частина мого життя минає даремно.
64. А) Для обдарованої людини є неприпустимим нехтування своїм обов'язком.  
Б) Талант і здібність важать більше, ніж обов'язок.
65. А) Мені добре вдається маніпулювати людьми.  
Б) Я вважаю, що маніпулювати людьми неетично.
66. А) Я намагаюся уникати засмучення.  
Б) Я роблю те, що вважаю за потрібне, незважаючи на можливі засмучення.
67. А) В більшості ситуацій я не можу дозволити собі блазнювати.  
Б) Є безліч ситуацій, в яких я можу дозволити собі блазнювати.
68. А) Критика на мою адресу знижує мою самооцінку.  
Б) Критика практично не впливає на мою самооцінку.
69. А) Заздрість властива тільки невдахам, які вважають, що їх обійшли.  
Б) Більшість людей заздрісні, хоча і намагаються це приховати.
70. А) Вибираючи для себе заняття, людина повинна враховувати його суспільну значимість.  
Б) Людина повинна займатися передусім тим, що їй цікаво.
71. А) Я думаю, що для творчості необхідні знання в обраній області.  
Б) Я думаю, що знання для цього зовсім не обов'язкові.
72. А) Я можу сказати, що живу з відчуттям щастя.  
Б) Я не можу сказати, що живу з відчуттям щастя.

73. А) Я думаю, що люди мають аналізувати себе і своє життя.  
Б) Я вважаю, що самоаналіз приносить більше шкоди, ніж користі.
74. А) Я намагаюся знайти пояснення навіть для тих своїх вчинків, котрі роблю просто тому, що мені це хочеться.  
Б) Я не шукаю пояснення для своїх дій і вчинків.
75. А) Я впевнений, що кожний може прожити своє життя так, як йому хочеться.  
Б) Я думаю, що у людини мало шансів прожити своє життя так, як хотілося б.
76. А) Про людину ніколи не можна сказати із впевненістю, добра вона чи зла.  
Б) Добра людина чи зла – це видно одразу.
77. А) Для творчості потрібно дуже багато вільного часу.  
Б) Мені здається, що в житті завжди можна знайти час для творчості.
78. А) Зазвичай я бажаю переконати співрозмовника, що я маю рацію.  
Б) В суперечці я намагаюся зрозуміти точку зору співрозмовника, а не переконати його.
79. А) Якщо я роблю щось винятково для себе, мені буває ніяково.  
Б) Я не відчуваю ніяковості в такій ситуації.
80. А) Я вважаю себе творцем свого майбутнього.  
Б) Навряд чи я сильно впливаю на власне майбутнє.
81. А) Вираз “добро має бути з кулаками” я вважаю правильним.  
Б) Навряд чи правильний вираз “добро має бути з кулаками”.
82. А) Я думаю, недоліки людей значно помітніші, ніж їхні чесноти.  
Б) Чесноти людини побачити значно легше, ніж її недоліки.
83. А) Інколи я боюся бути самим собою.  
Б) Я ніколи не боюся бути самим собою.
84. А) Я намагаюся не згадувати про свої минулі неприємності.  
Б) Час від часу я схильний повертатися до спогадів про минулі невдачі.
85. А) Я вважаю, що метою життя повинно бути щось значне.  
Б) Я зовсім не вважаю, що метою життя неодмінно повинно бути щось значне.
86. А) Люди прагнуть того, щоб розуміти і довіряти одна одній.  
Б) Замикаючись в колі власних інтересів, люди не розуміють оточуючих.
87. А) Я намагаюся не бути “білою вороною”.  
Б) Я дозволяю собі бути “білою вороною”.
88. А) В довірливій бесіді люди, зазвичай, щирі.  
Б) Навіть в довірливій бесіді людині важко бути щирою.
89. А) Буває, що я соромлюсь виявляти свої почуття.  
Б) Я ніколи цього не соромлюсь.
90. А) Я можу робити щось для інших, не вимагаючи, щоб вони це оцінили.  
Б) Я маю право очікувати від людей, що вони оцінять те, що я для них роблю.
91. А) Я виявляю свою приязнь до людини незалежно від того, чи взаємна вона.

- Б) Я рідко виявляю свою приязнь до людини, не будши впевненим, що вона взаємна.
92. А) Я думаю, що в спілкуванні потрібно відкрито виявляти своє невдоволення іншими.  
Б) Мені здається, що в спілкуванні люди повинні приховувати взаємне невдоволення.
93. А) Я приймаю наявність протиріч в самому собі.  
Б) Внутрішні протиріччя знижують мою самооцінку.
94. А) Я прагну відкрито висловлювати свої почуття.  
Б) Думаю, що у відкритому прояві почуттів завжди є елемент нестриманості.
95. А) Я впевнений в собі.  
Б) Не можу сказати, що я впевнений в собі.
96. А) Досягнення щастя не може бути головною метою людських стосунків.  
Б) Досягнення щастя – головна мета людських стосунків.
97. А) Мене люблять, тому що я цього заслуговую.  
Б) Мене люблять, тому що я сам здатен любити.
98. А) Нерозділене кохання здатне зробити життя нестерпним.  
Б) Життя без кохання гірше, аніж нерозділене кохання в житті.
99. А) Якщо розмова не вдалася, я спробую побудувати її інакше.  
Б) Зазвичай розмова не складається через неухважність співрозмовника.
100. А) Я намагаюся справити на людей гарне враження.  
Б) Люди бачать мене таким, який я насправді.

### Б.3 – Я-структурний тест Аммона

Будьте искренними и откровенными с самим собой.

Долго не думайте, отвечайте быстро, предпочитая первый ответ, который пришел в голову.

1. Если я начал(а) какое-то дело, я заканчиваю его, независимо от того, стоит что-нибудь на пути или нет
2. Если меня обидели, то я пытаюсь отомстить
3. Чаще всего я чувствую себя одиноким (одинокой), даже среди других людей
4. Когда я рассержен(а), я срываю свой гнев на других
5. У меня отличное чувство времени
6. Как правило я работаю с большим напряжением
7. Если кто-нибудь заставляет меня ждать, я не могу думать ни о чем другом
8. Я легко схожусь с людьми
9. То, что я действительно чувствую и думаю, в сущности, никого не интересует
10. Меня часто упрекают в том, что я нечувствительный человек
11. Мне приятно, когда другие люди на меня смотрят
12. Часто я ловлю себя на том, что мои мысли где-то в другом месте

13. Как правило, утром я просыпаюсь бодрым (бодрой) и отдохнувшим (отдохнувшей)
14. Я хочу только одного, чтобы другие оставили меня в покое
15. Секс создает у меня счастливое настроение на целый день
16. Я почти совсем не вижу сновидений
17. Я не могу прервать скучный для меня разговор
18. Я с удовольствием приглашаю гостей к себе домой
19. Тем, о чем я думаю в действительности, я не могу поделиться с другими
20. Ко мне часто пристают с сексуальными предложениями
21. Чаще я радуюсь, чем сержусь
22. Что касается сексуальности, то я имею свои собственные фантазии
23. Я охотно помогаю другим, но не позволяю себя использовать
24. То, что я делаю, часто не находит никакого признания
25. Когда я испытываю злость, это вызывает у меня чувство вины
26. Меня привлекают новые задачи
27. Когда я уезжаю на несколько дней, это едва ли кого-нибудь интересует
28. Трудности сразу же выбивают меня из колеи
29. Я придаю большое значение тому, чтобы все имело свой порядок
30. Даже несколько минут сна, могут сделать меня отдохнувшим (отдохнувшей)
31. Я могу показывать другим только законченную работу
32. Мне неприятно оставаться с кем-либо наедине
33. Я охотно придумываю себе эротические ситуации, которые хотел(а) бы пережить со своей (своим) партнершей (партнером)
34. Я много жду от жизни
35. Зачастую мой интерес пересиливает страх
36. В любой компании я остаюсь самой (сама) собой
37. Мои проблемы и заботы — это только мои заботы
38. Самое прекрасное в жизни — это сон
39. Жизнь — это сплошное страдание
40. Я с удовольствием провожу со своей (своим) сексуальной (сексуальным) партнершей (партнером) всю ночь
41. Часто я ощущаю себя недостаточно включенным (включенной) в происходящее
42. В своей повседневной жизни я чаще испытываю радость, чем досаду
43. В эротическом настроении мне не нужно выдумывать темы для разговора с партнершей (партнером)
44. Я охотно рассказываю другим о своей работе
45. Часто у меня бывают дни, когда я часами занят(а) своими мыслями
46. Я редко нахожу кого-нибудь сексуально привлекательной (привлекательным)
47. Я ощущаю, что моя тревожность очень стесняет меня в жизни

48. Мне нравится находить то, что доставляет сексуальное удовольствие моей (моему) партнерше (партнеру)
49. Я постоянно что-нибудь забываю
50. Мой страх помогает мне ощутить, что я хочу и чего я не хочу
51. У меня много энергии
52. Мне часто снится, что на меня нападают
53. Чаще всего меня недооценивают в моих способностях
54. Часто я не осмеливаюсь выйти один (одна) на улицу
55. Во время работы нет места чувствам
56. Я благодарен (благодарна) всякий раз, когда мне точно говорят, что я должен (должна) сделать
57. Я часто руководствуюсь мнением других людей
58. Для меня хорошее настроение заразительно
59. Часто страх «парализует» меня
60. Когда моей (моему) партнерше (партнеру) хочется спать со мной, я чувствую себя стесненным (стесненной)
61. В большинстве случаев я откладываю принятие решений «на потом»
62. Мои сексуальные фантазии почти всегда крутятся вокруг того, насколько хорошо ко мне относится партнерша (партнер)
63. Я боюсь, что я мог (могла) бы причинить кому-нибудь вред
64. Никто не замечает — есть я или нет
65. Я испытываю внутренний дискомфорт, если у меня долгое время нет сексуальных отношений
66. В сущности, моя жизнь — сплошное ожидание
67. Часто со мной случается так, что я влюбляюсь в кого-нибудь, кто уже имеет партнершу (партнера)
68. Ответственность, которую я несу, другие часто не замечают
69. В большинство угрожающих ситуаций, которые были в моей жизни, я был(а) втянут(а) помимо своей воли
70. Иногда мне хочется грубого секса
71. Часто я чувствую свою незащищенность перед жизнью
72. Если на меня «нападают», я «проглатываю» свой гнев
73. Благодаря своим способностям, я всегда легко устанавливаю контакты
74. Я радуюсь каждому новому знакомству, которое завожу
75. В высшей степени возбуждающим я нахожу секс с незнакомыми
76. Иногда у меня возникают мысли о самоубийстве
77. Часто мои мысли витают в облаках
78. Я могу полностью сексуально отдаваться
79. Обо мне часто забываю
80. Я не люблю игр
81. В моих отношениях с партнершей (партнером) сексуальность не играет большой роли
82. В группе я теряюсь

83. Я не стесняюсь показывать сексуальное желание своей (своему) партнерше (партнеру)
84. Я все время позволяю все вваливать на себя
85. Я с удовольствием выбираю подарки для своих друзей
86. На меня легко можно произвести впечатление
87. Я замечаю, что чаще всего рассказываю о плохом, а о хорошем забываю
88. Мне неприятно, когда кто-нибудь говорит о своих чувствах
89. Я хорошо распределяю свое время
90. Я сплю необходимое для меня время
91. Если мне необходимо выступить публично, я часто теряю голос
92. Я с удовольствием подшучиваю над другими
93. Мне доставляет удовольствие возбуждать сексуальный интерес у женщин (мужчин), даже если я от них в сущности ничего не хочу
94. Я уже пережил(а) многие кризисы, которые побудили меня к дальнейшему развитию
95. В большинстве ситуаций я могу оставаться самим (сама) собой
96. Я много смеюсь
97. Когда я прихожу в ярость, мне стоит больших усилий держать себя в руках
98. У меня богатая чувственная жизнь
99. Я могу полностью довериться дружескому расположению других
100. У меня часто бывает чувство непричастности
101. То, что я делаю, не так уж и важно
102. Досаду и раздражение я могу не показывать другим
103. Когда я говорю, меня часто перебивают
104. Часто я рисую себе, как должны были бы быть плохи дела у тех, кто был несправедлив ко мне
105. Мне нравится много шутить и смеяться с моей (моим) партнершей (партнером) во время секса
106. Я получаю удовольствие, выбирая утром одежду на день
107. Я всегда могу найти время для важных дел
108. Часто случается так, что я забываю о чем-то важном
109. Когда мой начальник меня критикует, я начинаю потеть
110. Когда мне скучно, я ищу сексуальных приключений
111. Моя повседневная жизнь не имеет ни подъемов, ни спадов
112. Трудности подстегивают меня
113. Большинство людей не имеют никакого представления о том, насколько важны для меня вещи, которыми я интересуюсь
114. По сути, секс для меня не особенно интересен
115. Я с удовольствием знакоблю своих новых коллег с моей работой
116. Часто я настраиваю других против себя
117. Даже от незначительной критики я теряю уверенность

118. Иногда меня мучают мысли причинить телесную боль людям, которые меня страшно раздражают
119. Часто мои фантазии преследуют меня
120. Мне необходимо снова и снова обдумывать решения, потому что меня одолевают сомнения
121. До настоящего времени я никогда не испытывал(а) полного удовлетворения от сексуальных отношений
122. Я намного более чувствителен (чувствительна) к боли, чем другие
123. Я часто чувствую себя слишком открытым (открытой)
124. То, что я делаю, мог бы делать почти каждый
125. Чувства, пережитые в детстве преследуют меня до сих пор
126. Неизвестное манит меня
127. Даже когда мною владеет страх, я полностью могу отдавать себе отчет в том, что происходит
128. Часто я впадаю в такую панику, что не могу осуществлять даже важные дела
129. Часто мне хочется иметь другую (другого) партнершу (партнера) для того, чтобы преодолеть свою сексуальную скованность
130. Я могу по-настоящему увлечься делом
131. Я откладываю все в «долгий ящик»
132. Я могу страшно волноваться из-за пустяков
133. В своих сексуальных отношениях я ощущал(а), что со временем они становятся лучше и интенсивнее
134. Я часто чувствую себя лишним (лишней)
135. Не следует иметь сексуальных отношений слишком часто
136. Когда у меня трудности, я быстро нахожу людей, которые мне помогают
137. Я не позволяю другим людям легко вносить сумятицу в мою жизнь
138. Я могу хорошо сосредоточиться
139. Я охотно соблазняю мою (моего) партнершу (партнера)
140. Если я допустил(а) ошибку, я легко могу забыть о ней
141. Я радуюсь, когда ко мне неожиданно приходят гости
142. Почти все женщины (мужчины) хотят только одного
143. Даже в состоянии страха я могу ясно мыслить
144. Я давно не имел(а) сексуальных отношений и не испытывал(а) в них потребности
145. Если меня кто-то обижает, то я плачу ему тем же
146. Если кто-то пытается соперничать со мной, то я быстро сдаюсь
147. Я могу хорошо сам(а) себя занять
148. Для того, чтобы избежать ненужных волнений, я уклоняюсь от споров
149. Когда я нахожусь в состоянии ярости, я легко могу поранить себя или со мной может произойти несчастный случай
150. Часто я не могу решиться что-нибудь предпринять

151. После сексуального контакта я целый день особенно работоспособен (работоспособна)
152. В большинстве случаев меня удовлетворяет эротика, секс для меня не так уж и важен
153. В выходные дни я чувствую себя особенно плохо
154. Я не хочу показывать другим свои чувства
155. Люди часто придираются ко мне, хотя я не делаю им ничего плохого
156. С людьми мне трудно вступить в разговор или найти нужные слова
157. Если мне нравится кто-то, я заговариваю с ней (ним), чтобы поближе познакомиться
158. Я считаю, что всегда держать под контролем свои чувства — это цель, достойная того, чтобы к ней стремиться
159. Во время отпуска и в праздники я часто имею сексуальные приключения
160. Я осмеливаюсь высказать свое мнение перед группой
161. Чаще всего я не выплескиваю свой гнев
162. Никто не знает, как часто меня обижают
163. Когда на меня кто-то «косо смотрит», я сразу начинаю испытывать беспокойство
164. Когда кто-нибудь грустит, мне тоже очень скоро становится грустно
165. В моих фантазиях секс красивее, чем в действительности
166. Мне трудно решиться на что-либо, потому что я боюсь, что другие могут критиковать меня за это решение
167. Меня радуют мои фантазии
168. Я не знаю почему, но иногда мне хотелось бы разбить все вдребезги
169. При сексуальных отношениях я часто мысленно где-то далеко
170. Мне случалось часто бывать в рискованных ситуациях
171. Если меня что-то тревожит, я делюсь этим с другими
172. Я часто думаю о прошлом
173. Я сохранял(а) дружеские отношения даже в период кризисов
174. Мне скучно почти на всех праздниках и вечеринках
175. Когда я сержусь, я легко теряю контроль над собой и кричу на свою (своего) партнершу (партнера)
176. Я не позволяю легко сбить себя с толку
177. Иногда я заглушаю свой страх алкоголем или таблетками
178. Я робкий человек
179. Я очень боюсь своего будущего
180. Больше всего я возбуждаюсь, когда моя (мой) партнерша (партнер) не хочет вступать со мной в сексуальные отношения
181. Бывают дни, когда я постоянно что-нибудь разбиваю или обо что-нибудь ушибаюсь
182. У меня редко возникают сексуальные фантазии
183. У меня много желаний и я прикладываю много сил для того, чтобы они осуществились

184. Я всегда радуюсь, когда могу познакомиться с новым человеком
185. Лично мне сказки ни о чем важном не говорят
186. Чаще всего я имею сексуальных партнеров (партнерш), у которых я не единственная (единственный)
187. Если кто-то расстался со мной, я стремлюсь к тому, чтобы мне о ней (нем) ничто не напоминало
188. В общении с людьми я часто бываю в замешательстве
189. Я охотно рассказываю о себе и своих переживаниях
190. Я часто предаюсь раздумьям
191. К выполнению трудных задач я готовлюсь основательно и своевременно
192. Обычно я знаю причины своего плохого самочувствия
193. Если я намечаю что-нибудь хорошее для себя лично, я часто это не реализую
194. Непосредственный секс для меня важнее, чем просто общение с партнершей (партнером)
195. Часто в группе я беру на себя инициативу
196. Наиболее привлекательными для меня являются люди, которые всегда остаются невозмутимыми и ведут себя уверенно
197. Часто мои фантазии крутятся вокруг таких сексуальных действий, о которых не принято говорить
198. Я радуюсь всему тому, что умею
199. Когда другие неожиданно застают меня за каким-нибудь занятием, я легко пугаюсь
200. Рассудком достигают большего, чем чувствами
201. Если меня что-нибудь интересует, меня ничто не может отвлечь
202. Я редко бываю полностью доволен (довольна) абсолютно всем
203. Случается, что я по-настоящему кого-нибудь «достаю»
204. Если люди, которые важны для меня, долго разговаривают с другими, я, в полном смысле слова, прихожу в бешенство
205. В сущности, секс вызывает у меня отвращение
206. Когда другие смеются, я часто не могу смеяться вместе с ними
207. Меня интересуют прежде всего те виды спорта, которые связаны с риском
208. Я невысокого мнения о психологии
209. Я часто не понимаю, что происходит
210. Я очень любопытен (любопытна)
211. Фантазирование отвлекает меня от работы
212. Сексуальные отношения я переживаю, как мучительную обязанность
213. Я добровольно берусь за выполнение даже таких важных задач, которые вызывают у меня страх
214. Вероятно, я никогда не найду подходящую (подходящего) партнершу (партнера)
215. Я часто скучаю

216. Существою я или нет, это не так уж и важно
217. Давать ответы на вопросы, связанные с сексуальными отношениями, доставило мне удовольствие
218. Часто я чувствую себя раздавленным (раздавленной) требованиями
219. Часто мне удается непроизвольно побуждать других брать на себя те задачи, которые мне неприятны
220. «Предстартовое» волнение способно меня окрылить

#### **Б.4 – 16-факторний особистісний опитувальник Кеттела**

##### **Тестовий матеріал**

1. Я думаю, що моя пам'ять тепер краща, ніж була раніше,
  - а) так;
  - в) важко відповісти;
  - с) ні.
  
2. Я б цілком міг жити один, далеко від людей,
  - а) так;
  - в) іноді;
  - с) ні.
  
3. Якби я сказав, що небо знаходиться "знизу" і що зимою "спекотно", я мусів би назвати злочинця:
  - а) бандитом;
  - в) святим;
  - с) хмарою.
  
4. Коли я лягаю спати, я:
  - а) засинаю швидко;
  - в) засинаю не дуже швидко;
  - с) засинаю з труднощами.
  
5. Якщо б я вів автомобіль по дорозі, де багато інших машин, я волів би:
  - а) пропустити вперед більшість машин;
  - в) не знаю;
  - с) обігнати всі машини, які йдуть попереду.
  
6. У компанії я дозволяю іншим жартувати і розповідати будь-які історії,
  - а) так;
  - в) іноді;
  - с) ні.
  
7. Мені важливо, щоб у всьому, що мене оточує, не було безладу,
  - а) вірно;

- в) важко сказати;
- с) невірно.

8. Більшість людей, з якими я буваю в компаніях, без сумніву, раді мене бачити.

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

9. Я б скоріш за все займався:

- а) фехтуванням і танцями;
- в) важко сказати;
- с) боротьбою і баскетболом.

10. Мене тішить, що те, що люди роблять, зовсім не схоже на те, що вони потім розповідають про це.

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

11. Читаючи про яку-небудь подію, я цікавлюся всіма подробицями,

- а) завжди;
- в) іноді;
- с) рідко.

12. Коли друзі кепкують з мене, я зазвичай сміюся разом з усіма і зовсім не ображаюся.

- а) вірно;
- в) не знаю;
- с) невірно.

13. Якщо мені хто-небудь нагрубіянить, я можу швидко забути про це.

- а) вірно;
- в) не знаю;
- с) невірно.

14. Мені більше подобається вигадувати нові способи виконання якої-небудь роботи, ніж дотримуватися випробуваних прийомів.

- а) вірно;
- в) не знаю;
- с) невірно.

15. Коли я планую що-небудь, то переважно роблю це самостійно, без чиеїсь допомоги.

- a) вірно;
- в) іноді;
- с) ні.

16. Я думаю, що менш чутливий і легкозбудливий, ніж більшість людей,

- a) вірно;
- в) важко відповісти;
- с) невірно.

17. Мене дратують люди, які не можуть швидко прийняти рішення,

- a) вірно;
- в) не знаю;
- с) невірно.

18. Іноді, хоча і короткочасно, у мене виникало почуття роздратованості стосовно моїх батьків.

- a) так;
- в) не знаю;
- с) ні.

19. Я скоріше розкрив би свої таємні думки:

- a) моїм хорошим друзям;
- в) не знаю;
- с) своєму щоденнику.

20. Я думаю, що слово, протилежне за змістом слову "неточний", - це:

- a) недбалий;
- в) старанний;
- с) приблизний.

21. У мене завжди вистачає енергії, коли мені це необхідно,

- a) так;
- в) важко сказати;
- с) ні.

22. Мене більше дратують люди, які:

- a) своїми грубими жартами змушують людей червоніти;
- в) важко відповісти;
- с) створюють незручності для мене, запізнюючися на домовлену зустріч.

23. Мені дуже подобається запрошувати гостей і розважати їх.

- a) вірно;
- в) не знаю;
- с) невірно.

24. Я думаю, що:

- а) не все треба робити однаково ретельно;
- в) важко сказати;
- с) будь-яку роботу необхідно виконувати ретельно, якщо ви за неї взялися.

25. Мені завжди доводиться долати ніяковість (хвилювання),

- а) так;
- в) можливо;
- с) ні.

26. Мої друзі частіше:

- а) радяться зі мною;
- в) роблять те й інше порівну;
- с) дають мені поради.

27. Якщо приятель обманює мене в дрібницях, я скоріше волію зробити вигляд, що не помітив цього, ніж викрити його.

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

28. Мені подобається товариш:

- а) інтереси якого мають діловий і практичний характер;
- в) не знаю;
- с) який відрізняється глибоко продуманими поглядами на життя.

29. Я не можу байдуже слухати, як інші люди висловлюють ідеї, протилежні тим, в які твердо вірили.

- а) вірно;
- в) важко відповісти;
- с) невірно.

30. Мене хвилюють мої колишні вчинки і помилки,

- а) так;
- в) не знаю;
- с) ні.

31. Якщо б я однаково добре вмів й те, і інше, то я б надавав перевагу:

- а) грі в шахи;
- в) важко сказати;
- с) грі в городки.

32. Мені подобаються комунікабельні, компанійські люди,

- а) так;
- в) не знаю;
- с) ні.

33. Я настільки обережний і практичний, що зі мною трапляється менше неприємних несподіванок, ніж з іншими людьми.

- а) так;
- в) важко сказати;
- с) ні.

34. Я можу забути про свої турботи і обов'язки, коли це необхідно,

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

35. Мені буває важко визнати, що я неправий,

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

36. На підприємстві мені було б цікавіше:

- а) працювати з машинами, механізмами і брати участь в основному виробництві;
- в) важко сказати;
- с) розмовляти з людьми, займатися суспільною працею.

37. Яке слово не пов'язане з двома іншими?

- а) кішка;
- в) близько;
- с) сонце.

38. Те, що деякою мірою відволікає мою увагу:

- а) дратує мене;
- в) трохи непокоїть;
- с) не турбує мене зовсім.

39. Якщо б у мене було багато грошей, то я:

- а) потурбувався б про те, щоб не викликати до себе заздрощів;
- в) не знаю;
- с) жив би, не відмовляючи собі ні в чому.

40. Найгірше покарання для мене:

- а) важка робота;
- в) не знаю;

с) бути закритим на самоті.

41. Люди повинні більше, ніж вони роблять це тепер, вимагати дотримання законів моралі.

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

42. Мені говорили, що в дитинстві я був:

- а) спокійним і любив залишатися один;
- в) не знаю;
- с) жвавим і непосидючим.

43. Мені подобалася б практична щоденна робота з різним устаткуванням і машинами.

- а) так;
- в) не знаю;
- с) ні.

44. Я думаю, що більшість свідків говорять правду, навіть якщо це нелегко для них.

- а) так;
- в) важко сказати;
- с) ні.

45. Іноді я не наважуюся впроваджувати в життя свої ідеї, тому що вони здаються мені нездійсненними.

- а) вірно;
- в) важко відповісти;
- с) невірно.

46. Я намагаюся сміятися над жартами не так голосно, як це робить більшість людей.

- а) вірно;
- в) не знаю;
- с) невірно.

47. Я ніколи не почуваю себе таким нещасним, що хочеться плакати,

- а) вірно;
- в) не знаю;
- с) невірно.

48. У музиці я насолоджуюся:

- а) маршами у виконанні військових оркестрів;

- в) не знаю;
- с) скрипічним соло.

49. Я б скоріше волів провести два літні місяці:

- а) у селі з одним або двома товаришами;
- в) важко сказати;
- с) очолити групу в туристичному таборі.

50. Зусилля, витрачені на складання планів:

- а) ніколи не зайві;
- в) важко сказати;
- с) не варті цього.

51. Необмірковані вчинки і вислови моїх приятелів на мою адресу не ображають і не засмучують мене.

- а) вірно;
- в) не знаю;
- с) невірно.

52. Коли мені все вдається, я вважаю ці справи легкими,

- а) завжди;
- в) іноді;
- с) рідко.

53. Я волів би скоріше працювати:

- а) в установі, де мені необхідно було б керувати людьми і весь час бути серед них;
- в) важко відповісти;
- с) архітектором, який у тихій кімнаті розробляє свій проект.

54. Будинок так відноситься до кімнати, як дерево:

- а) до лісу;
- в) до рослин;
- с) до листя.

55. Те, що я роблю, у мене не виходить:

- а) рідко;
- в) іноді;
- с) часто.

56. В більшості справ я:

- а) надам перевагу ризику;
- в) не знаю;
- с) волію діяти напевно.

57. Імовірно, деякі люди вважають, що я занадто багато говорю,

- а) скоріше це так;
- в) не знаю;
- с) думаю, що ні.

58. Мені більше подобається людина:

- а) великого розуму, навіть якщо вона ненадійна і непостійна;
- в) важко сказати;
- с) із середніми здібностями, але яка вміє протистояти різним спокусам.

59. Я приймаю рішення:

- а) швидше, ніж інші люди;
- в) не знаю;
- с) повільніше, ніж більшість людей.

60. На мене велике враження справляють:

- а) майстерність та витонченість;
- в) важко сказати;
- с) сила і міць.

61. Я вважаю, що я людина, схильна до співробітництва,

- а) так;
- в) інколи;
- с) ні.

62. Мені більше подобається розмовляти з людьми витонченими, вишуканими, ніж з відвертими і прямолінійними.

- а) так;
- в) не знаю;
- с) ні.

63. Я волію:

- а) вирішувати питання, які стосуються особисто мене, сам;
- в) важко відповісти;
- с) радитися з моїми друзями.

64. Якщо людина не відповідає відразу ж, після того як я що-небудь сказав їй, то я відчуваю, що, мабуть, сказав якусь дурницю.

- а) вірно;
- в) не знаю;
- с) невірно.

65. У шкільні роки я здебільшого отримував знання:

- a) на уроках;
- в) важко сказати;
- с) читаючи книжки.

66. Я уникаю суспільної роботи і пов'язаної з цим відповідальності,

- a) вірно;
- в) іноді;
- с) невірно.

67. Коли питання, яке необхідно вирішити, дуже важке і потребує від мене багато зусиль, я намагаюся:

- a) зайнятися іншим питанням;
- в) важко відповісти;
- с) ще раз спробую вирішити це питання.

68. У мене виникають сильні емоції: тривога, гнів, приступи сміху і т.д. - здавалося б, без будь-якої причини.

- a) так;
- в) іноді;
- с) ні.

69. Іноді я розмірковую гірше, ніж завжди,

- a) вірно;
- в) не знаю;
- с) невірно.

70. Мені приємно зробити людині послугу, погодившись призначити зустріч з нею на час, зручний для неї, навіть якщо це не дуже зручно для мене.

- a) так;
- в) іноді;
- с) ні.

71. Я думаю, що число, яке повинно продовжити ряд 1, 2, 3, 5, 6... - це:

- a) 10;
- в) 5;
- с) 7.

72. Іноді у мене бувають нетривалі приступи нудоти і запаморочення голови без визначеної причини.

- a) так;
- в) не знаю;
- с) ні.

73. Я волію скоріше відмовитися від свого замовлення, ніж завдати офіціанту або офіціантці зайве занепокоєння.

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

74. Я живу нинішнім днем більшою мірою, ніж інші люди,

- а) вірно;
- в) важко сказати;
- с) невірно.

75. На вечірці мені подобається:

- а) брати участь у цікавій розмові;
- в) важко відповісти;
- с) дивитися, як люди відпочивають, і просто відпочивати самому.

76. Я висловлюю свою думку незалежно від того, скільки людей можуть її почути.

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

77. Якщо б я міг перенестися в минуле, то найбільше хотів би зустрітися з:

- а) Колумбом;
- в) не знаю;
- с) Пушкіним.

78. Я змушений стримувати себе від того, щоб не ладнати чужі справи,

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

79. Працюючи в магазині, я волів би:

- а) оформлювати вітрини;
- в) не знаю;
- с) бути касиром.

80. Якщо люди погано про мене думають, я не намагаюся переконати їх і продовжую робити так, як вважаю за потрібне:

- а) так;
- в) важко сказати;
- с) ні.

81. Якщо я бачу, що мій давній товариш сторониться мене, я зазвичай:

- a) зразу ж думаю: "У нього поганий настрій";
- в) не знаю;
- с) непокоюся про те, який поганий вчинок я скоїв.

82. Всі нещастя трапляються через людей:

- a) які намагаються у все внести зміни, хоча вже існують задовільні способи вирішення цих питань;
- в) не знаю;
- с) які відкидають нові, багатообіцяючі пропозиції.

83. Я отримую велике задоволення, розповідаючи місцеві новини,

- a) так;
- в) іноді;
- с) ні.

84. Акуратні, вимогливі люди не вживаються зі мною,

- a) вірно;
- в) іноді;
- с) невірно.

85. Мені здається, що я менш дратівливий, ніж більшість людей

- a) вірно;
- в) не знаю;
- с) невірно.

86. Я легше можу не рахуватися з іншими людьми, ніж вони зі мною,

- a) вірно;
- в) іноді;
- с) невірно.

87. Буває, що вранці я не хочу ні з ким розмовляти,

- a) часто;
- в) іноді;
- с) ніколи.

88. Якщо стрілки годинника зустрічаються рівно через кожні 65 хв, відміряних на точних годинниках, то цей годинник:

- a) відстає;
- в) іде правильно;
- с) спішить.

89. Мені буває нудно:

- a) часто;
- в) іноді;

с) рідко.

90. Люди кажуть, що мені подобається робити все своїм оригінальним способом.

- а) вірно;
- в) іноді;
- с) невірно.

91. Я вважаю, що необхідно уникати зайвих хвилювань, тому що вони стомлюють.

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

92. Вдома у вільний час я:

- а) розмовляю і відпочиваю;
- в) важко відповісти;
- с) займаюся цікавими справами.

93. Я невпевнено і обережно ставлюся до зав'язування дружніх стосунків із новими людьми.

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

94. Я вважаю, що те, що люди говорять віршами, можна так само виразити прозою:

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

95. Я підозрюю, що люди, з якими я перебуваю в дружніх стосунках, можуть виявитися зовсім не друзями за моєю спиною.

- а) так, у більшості випадків;
- в) іноді;
- с) ні, рідко.

96. Я думаю, що навіть найдраматичніші події уже через рік не залишать у моїй душі ніякого сліду.

- а) так;
- в) іноді;
- с) ні.

97. Я думаю, що було б цікавіше стати:

- a) натуралістом і працювати з рослинами;
- в) не знаю;
- с) страховим агентом.

98. Я схильний до безпричинного страху і відрази щодо деяких речей, наприклад певних тварин, місць і т.д.

- a) так;
- в) іноді;
- с) ні.

99. Я люблю міркувати про те, як можна було б покращити світ,

- a) так;
- в) важко сказати;
- с) ні.

100. Я надаю перевагу іграм:

- a) де потрібно грати в команді або мати партнера;
- в) не знаю;
- с) де кожний грає за себе.

101. Вночі мені сняться фантастичні або абсурдні сни.

- a) так;
- в) іноді;
- с) ні.

102. Якщо я залишаюся в будинку один, то через деякий час відчуваю тривогу і страх.

- a) так;
- в) іноді;
- с) ні.

103. Я можу своїм дружнім ставленням ввести людей в оману, хоча насправді вони мені не подобаються.

- a) так;
- в) іноді;
- с) ні.

104. Яке слово не співвідноситься з двома іншими?

- a) думати;
- в) бачити;
- с) слухати.

105. Якщо мати Марії є сестрою батька Олександра, то ким є Олександр по відношенню до батька Марії?

- а) двоюрідним братом;
- в) племінником;
- с) дядьком.

### **Б.5 – Ідеальна Я**

- 1) Вкажіть 10 ознак, які якнайкраще Вас характеризують.
- 2) Вкажіть 10 ознак, які Ви хотіли б розвинути в собі, щоб стати кращою версією себе.

### **Б.6 – Проективна методика «Куб у пустелі»**

Ми даємо вам кілька порад, а ви постарайтеся подумки відтворити в уяві все те, що бачите.

- 1) Для початку уявіть, що ви опинилися в пустелі. І вона просто величезна. Серед цієї пустелі знаходиться куб. Бачите його? Наскільки цей куб великий? Де саме він стоїть? Він занурений в пісок або ж стоїть на поверхні? Рухається він? З якого матеріалу він зроблений?
- 2) Подумайте над цим, а потім переходьте до наступної підказки. Раптом ви розумієте, що в пустелі крім куба є ще й сходи. З якого матеріалу вони виготовлені? Вони великі? Нові чи старі? Де вони стоять по відношенню до кубу?
- 3) В пустелі з'явився кінь. Він переміщається? В яку сторону прямує? Не можете уявити коня? Не варто переживати з цього приводу.
- 4) Просто запишіть собі на аркуші паперу все, що вам не вдається створити в уяві. А тепер уявіть собі квіти. Як багато їх перед вами? Де вони знаходяться щодо всіх інших об'єктів? З якою грунту ростуть?
- 5) Сподіваюся, ви взяли з собою парасольку, тому що ось-ось вибухне буря! Бачите, як вона насувається? Наскільки сильний вітер? Буря тільки видніється вдалині або ж ви стоїте прямо в її

центрі? Вона якось впливає на інші предмети, раніше вже представлені вами?

### Додаток В

**Табл. В.1**

#### Результати застосування тесту Хі-квадрат

Chi-Square Tests					
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	132,410 <sup>a</sup>	1	,000		
Continuity Correction <sup>b</sup>	129,499	1	,000		
Likelihood Ratio	139,042	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	131,986	1	,000		
N of Valid Cases	312				

a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 35,77.

b. Computed only for a 2x2 table

**Табл. В.2**

#### Результати застосування коефіцієнту Ета для реалізованих і не реалізованих осіб

##### Directional Measures

	Value
--	-------

Nominal by Interval	Eta	Чи вважаєте ви себе реалізованою Dependent	,651
		Чи є труднощі із самореалізацією Dependent	,651

Табл. В.3

Результати застосування критерію Ві Крамера для тенденції до самореалізації

Symmetric Measures			
		Value	Approx. Sig.
Nominal by Nominal	Phi	-,651	,000
	Cramer's V	,651	,000
N of Valid Cases		312	

Табл. В.4

Результати тесту порівняння незалежних вибірок

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Тенденція_до_с амореалізації	Equal variances assumed	,002	,966	-6,063	310	,000	-1,40168	,23120	-1,85661	-,94675
	Equal variances not assumed			-6,1859	181,60	,000	-1,40168	,22663	-1,84885	-,95450

Табл. В.5

Результати тесту порівняння незалежних вибірок

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Бажання_змінюватися	Equal variances assumed	1,481	,225	3,168	310	,002	,76742	,24225	,29076	1,24407
	Equal variances not assumed			2,961	150,466	,004	,76742	,25917	,25533	1,27951
Аугосимпатія	Equal variances assumed	2,390	,123	-6,552	310	,000	-1,43747	,21938	-1,86914	-1,00580
	Equal variances not assumed			-7,049	206,324	,000	-1,43747	,20392	-1,83950	-1,03545
Саморозуміння	Equal variances assumed	,170	,680	-5,561	310	,000	-1,40374	,25245	-1,90047	-,90701
	Equal variances not assumed			-5,653	180,165	,000	-1,40374	,24831	-1,89372	-,91376
Погляд_на_природу_людини	Equal variances assumed	2,974	,086	-2,565	310	,011	-,56680	,22100	-1,00165	-,13195
	Equal variances not assumed			-2,728	200,584	,007	-,56680	,20779	-,97653	-,15707
Спонтанність	Equal variances assumed	,136	,713	-3,471	310	,001	-,85830	,24726	-1,34482	-,37178
	Equal variances not assumed			-3,531	180,358	,001	-,85830	,24310	-1,33798	-,37862

Табл. В.6

Результати тесту MANOVA для емоційно-оціночного компоненту Я-  
концепції особистості

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.
Intercept	Pillai's Trace	,842	815,409 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,000
	Wilks' Lambda	,158	815,409 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,000
	Hotelling's Trace	5,312	815,409 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,000
	Roy's Largest Root	5,312	815,409 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,000
Самореалізація	Pillai's Trace	,010	1,539 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,015
	<b>Wilks' Lambda</b>	<b>,990</b>	<b>1,539<sup>b</sup></b>	<b>2,000</b>	<b>307,000</b>	<b>,015</b>
	Hotelling's Trace	,010	1,539 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,015
	Roy's Largest Root	,010	1,539 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,015
Наявність_труднощів	Pillai's Trace	,049	7,831 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,000
	Wilks' Lambda	,951	7,831 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,000
	Hotelling's Trace	,051	7,831 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,000
	Roy's Largest Root	,051	7,831 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,000
Самореалізація *	Pillai's Trace	,008	1,177 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,006
	Wilks' Lambda	,992	1,177 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,006
Наявність_труднощів	Hotelling's Trace	,008	1,177 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,006
	Roy's Largest Root	,008	1,177 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,006

a. Design: Intercept + Самореалізація + Наявність\_труднощів + Самореалізація \* Наявність\_труднощів

b. Exact statistic

Табл. В.7

Результати тесту MANOVA для поведінкового компоненту Я-концепції  
ОСОБИСТОСТІ

		Multivariate Tests <sup>a</sup>				
Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.
Intercept	Pillai's Trace	,849	862,598 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,000
	Wilks' Lambda	,151	862,598 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,000
	Hotelling's Trace	5,620	862,598 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,000
	Roy's Largest Root	5,620	862,598 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,000
Самореалізація	Pillai's Trace	,018	2,880 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,058
	Wilks' Lambda	,982	2,880 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,058
	Hotelling's Trace	,019	2,880 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,058
	Roy's Largest Root	,019	2,880 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,058
Наявність_труднощів	Pillai's Trace	,013	2,072 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,128
	Wilks' Lambda	,987	2,072 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,128
	Hotelling's Trace	,014	2,072 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,128
	Roy's Largest Root	,014	2,072 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,128
Самореалізація *	Pillai's Trace	,014	2,181 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,115
	Wilks' Lambda	,986	2,181 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,115
Наявність_труднощів	Hotelling's Trace	,014	2,181 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,115
	Roy's Largest Root	,014	2,181 <sup>b</sup>	2,000	307,000	,115

a. Design: Intercept + Самореалізація + Наявність\_труднощів + Самореалізація \* Наявність\_труднощів

b. Exact statistic

Табл. В.8

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та віку

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	8,087	3	2,696	,650	,583
	Within Groups	1277,191	308	4,147		
	Total	1285,279	311			
СаморозумінняСТД	Between Groups	5,903	3	1,968	,429	,732
	Within Groups	1412,392	308	4,586		
	Total	1418,295	311			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	12,388	3	4,129	1,160	,325
	Within Groups	1096,455	308	3,560		
	Total	1108,843	311			
Погляд_на_природу_людиниСТД	Between Groups	10,804	3	3,601	1,111	,345
	Within Groups	998,529	308	3,242		
	Total	1009,333	311			
Бажання_змінюватис_яСТД	Between Groups	7,767	3	2,589	,655	,581
	Within Groups	1218,220	308	3,955		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.9

## Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та віку

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	14,824	4	3,706	,896	,467
	Within Groups	1270,455	307	4,138		
	Total	1285,279	311			
СаморозумінняСТД	Between Groups	21,071	4	5,268	1,157	,330
	Within Groups	1397,224	307	4,551		
	Total	1418,295	311			
АугосимпатіяСТД	Between Groups	11,967	4	2,992	,837	,502
	Within Groups	1096,876	307	3,573		
	Total	1108,843	311			
Погляд_на_природу_л юдиниСТД	Between Groups	4,129	4	1,032	,315	,868
	Within Groups	1005,205	307	3,274		
	Total	1009,333	311			
Бажання_змінюватисяС ТД	Between Groups	13,595	4	3,399	,861	,488
	Within Groups	1212,392	307	3,949		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.10

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та сімейного стану

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	14,824	4	3,706	,896	,467
	Within Groups	1270,455	307	4,138		
	Total	1285,279	311			
СаморозумінняСТД	Between Groups	21,071	4	5,268	1,157	,330
	Within Groups	1397,224	307	4,551		
	Total	1418,295	311			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	11,967	4	2,992	,837	,502
	Within Groups	1096,876	307	3,573		
	Total	1108,843	311			
Погляд_на_природу_л юдиниСТД	Between Groups	4,129	4	1,032	,315	,868
	Within Groups	1005,205	307	3,274		
	Total	1009,333	311			
Бажання_змінюватисяС ТД	Between Groups	13,595	4	3,399	,861	,488
	Within Groups	1212,392	307	3,949		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.11

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та наявності дітей

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	22,424	4	5,606	1,363	,247
	Within Groups	1262,855	307	4,114		
	Total	1285,279	311			
СаморозумінняСТД	Between Groups	11,780	4	2,945	,643	,632
	Within Groups	1406,515	307	4,581		
	Total	1418,295	311			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	17,950	4	4,487	1,263	,285
	Within Groups	1090,893	307	3,553		
	Total	1108,843	311			
Погляд_на_природу_людиниСТД	Between Groups	40,082	4	10,021	3,174	,014
	Within Groups	969,251	307	3,157		
	Total	1009,333	311			
Бажання_змінювати_сяСТД	Between Groups	20,453	4	5,113	1,302	,269
	Within Groups	1205,534	307	3,927		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.12

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та освіти

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	16,963	3	5,654	1,373	,251
	Within Groups	1268,315	308	4,118		
	Total	1285,279	311			
СаморозумінняСТД	Between Groups	8,630	3	2,877	,629	,597
	Within Groups	1409,665	308	4,577		
	Total	1418,295	311			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	2,161	3	,720	,201	,896
	Within Groups	1106,682	308	3,593		
	Total	1108,843	311			
Погляд_на_природу_людиниСТД	Between Groups	1,954	3	,651	,199	,897
	Within Groups	1007,379	308	3,271		
	Total	1009,333	311			
Бажання_змінювати_сяСТД	Between Groups	7,062	3	2,354	,595	,619
	Within Groups	1218,925	308	3,958		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.13

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та спеціальності

ANOVA						
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
	Between Groups	39,551	9	4,395	1,065	,388
СпонтанністьСТД	Within Groups	1245,728	302	4,125		
	Total	1285,279	311			
	Between Groups	16,567	9	1,841	,397	,936
СаморозумінняСТД	Within Groups	1401,728	302	4,641		
Д	Total	1418,295	311			
	Between Groups	28,261	9	3,140	,878	,546
АутосимпатіяСТД	Within Groups	1080,582	302	3,578		
	Total	1108,843	311			
	Between Groups	24,219	9	2,691	,825	,594
Погляд_на_природу_людиниСТД	Within Groups	985,114	302	3,262		
	Total	1009,333	311			
	Between Groups	22,045	9	2,449	,614	,785
Бажання змінюватисяСТД	Within Groups	1203,942	302	3,987		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.14

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та досвідом роботи за спеціальністю

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	,340	1	,340	,082	,775
	Within Groups	1284,939	310	4,145		
	Total	1285,279	311			
СаморозумінняСТД	Between Groups	6,762	1	6,762	1,485	,224
	Within Groups	1411,532	310	4,553		
	Total	1418,295	311			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	5,940	1	5,940	1,670	,197
	Within Groups	1102,903	310	3,558		
	Total	1108,843	311			
Погляд_на_природу_людиниСТД	Between Groups	1,375	1	1,375	,423	,516
	Within Groups	1007,958	310	3,251		
	Total	1009,333	311			
Бажання_змінюватис_яСТД	Between Groups	4,960	1	4,960	1,259	,263
	Within Groups	1221,027	310	3,939		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.15

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та декретної відпустки

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	4,073	1	4,073	,986	,322
	Within Groups	1281,205	310	4,133		
	Total	1285,279	311			
СаморозумінняСТД	Between Groups	,151	1	,151	,033	,856
	Within Groups	1418,144	310	4,575		
	Total	1418,295	311			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	,161	1	,161	,045	,832
	Within Groups	1108,682	310	3,576		
	Total	1108,843	311			
Погляд_на_природу_людиниСТД	Between Groups	5,534	1	5,534	1,709	,192
	Within Groups	1003,799	310	3,238		
	Total	1009,333	311			
Бажання_змінюватис_яСТД	Between Groups	,109	1	,109	,028	,868
	Within Groups	1225,878	310	3,954		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.16

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та термінами декретної відпустки

ANOVA						
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
	Between Groups	35,132	5	7,026	1,720	,130
СпонтанністьСТД	Within Groups	1250,147	306	4,085		
	Total	1285,279	311			
	Between Groups	45,405	5	9,081	2,024	,075
СаморозумінняСТД	Within Groups	1372,890	306	4,487		
Д	Total	1418,295	311			
	Between Groups	34,243	5	6,849	1,950	,086
АутосимпатіяСТД	Within Groups	1074,600	306	3,512		
	Total	1108,843	311			
	Between Groups	56,237	5	11,247	3,611	,003
Погляд_на_природу_людиниСТД	Within Groups	953,096	306	3,115		
	Total	1009,333	311			
	Between Groups	18,395	5	3,679	,932	,460
Бажання_змінюватисяСТД	Within Groups	1207,592	306	3,946		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.17

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та актуальної декретної відпустки

ANOVA						
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
	Between Groups	,085	1	,085	,020	,886
СпонтанністьСТД	Within Groups	1285,194	310	4,146		
	Total	1285,279	311			
	Between Groups	13,658	1	13,658	3,014	,084
СаморозумінняСТД	Within Groups	1404,637	310	4,531		
Д	Total	1418,295	311			
	Between Groups	8,584	1	8,584	2,419	,121
АутосимпатіяСТД	Within Groups	1100,259	310	3,549		
	Total	1108,843	311			
	Between Groups	4,622	1	4,622	1,426	,233
Погляд_на_природу_людиниСТД	Within Groups	1004,712	310	3,241		
	Total	1009,333	311			
	Between Groups	15,866	1	15,866	4,064	,045
Бажання_змінюватисяСТД	Within Groups	1210,121	310	3,904		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.18

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та родини  
зростання

ANOVA						
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
	Between Groups	1,998	2	,999	,241	,786
СпонтанністьСТД	Within Groups	1283,281	309	4,153		
	Total	1285,279	311			
	Between Groups	2,581	2	1,290	,282	,755
СаморозумінняСТ	Within Groups	1415,714	309	4,582		
Д	Total	1418,295	311			
	Between Groups	2,458	2	1,229	,343	,710
АутосимпатіяСТД	Within Groups	1106,385	309	3,581		
	Total	1108,843	311			
	Between Groups	8,986	2	4,493	1,388	,251
Погляд_на_приро	Within Groups	1000,347	309	3,237		
ду_людиниСТД	Total	1009,333	311			
	Between Groups	15,781	2	7,891	2,015	,135
Бажання_змінюва	Within Groups	1210,206	309	3,917		
тисяСТД	Total	1225,987	311			

Табл. В.19

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та  
реалізацією

ANOVA						
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
	Between Groups	49,126	1	49,126	12,320	,001
СпонтанністьСТД	Within Groups	1236,153	310	3,988		
	Total	1285,279	311			
	Between Groups	91,225	1	91,225	21,310	,000
СаморозумінняСТД	Within Groups	1327,070	310	4,281		
Д	Total	1418,295	311			
	Between Groups	124,001	1	124,001	39,032	,000
АутосимпатіяСТД	Within Groups	984,842	310	3,177		
	Total	1108,843	311			
	Between Groups	33,854	1	33,854	10,759	,001
Погляд_на_приро	Within Groups	975,479	310	3,147		
ду_людиниСТД	Total	1009,333	311			
	Between Groups	33,542	1	33,542	8,720	,003
Бажання_змінюва	Within Groups	1192,445	310	3,847		
тисяСТД	Total	1225,987	311			

Табл. В.20

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та сфери  
реалізації

ANOVA						
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
	Between Groups	1,474	3	,491	,118	,950
СпонтанністьСТД	Within Groups	1283,804	308	4,168		
	Total	1285,279	311			
	Between Groups	16,343	3	5,448	1,197	,311
СаморозумінняСТ	Within Groups	1401,952	308	4,552		
Д	Total	1418,295	311			
	Between Groups	14,022	3	4,674	1,315	,270
АутосимпатіяСТД	Within Groups	1094,821	308	3,555		
	Total	1108,843	311			
	Between Groups	9,531	3	3,177	,979	,403
Погляд_на_приро	Within Groups	999,803	308	3,246		
ду_людиниСТД	Total	1009,333	311			
	Between Groups	11,093	3	3,698	,937	,423
Бажання_змінюва	Within Groups	1214,894	308	3,944		
тисяСТД	Total	1225,987	311			

Табл. В.21

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та  
труднощами із реалізацією

ANOVA						
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
	Between Groups	48,090	1	48,090	12,050	,001
СпонтанністьСТД	Within Groups	1237,189	310	3,991		
	Total	1285,279	311			
	Between Groups	128,631	1	128,631	30,919	,000
СаморозумінняСТД	Within Groups	1289,664	310	4,160		
Д	Total	1418,295	311			
	Between Groups	134,887	1	134,887	42,933	,000
АутосимпатіяСТД	Within Groups	973,956	310	3,142		
	Total	1108,843	311			
	Between Groups	20,972	1	20,972	6,578	,011
Погляд_на_приро	Within Groups	988,362	310	3,188		
ду_людиниСТД	Total	1009,333	311			
	Between Groups	38,445	1	38,445	10,036	,002
Бажання_змінюва	Within Groups	1187,542	310	3,831		
тисяСТД	Total	1225,987	311			

Табл. В.22

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та причинами труднощів із самореалізацією

ANOVA						
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
	Between Groups	128,029	9	14,225	3,712	,000
СпонтанністьСТД	Within Groups	1157,250	302	3,832		
	Total	1285,279	311			
	Between Groups	174,783	9	19,420	4,716	,000
СаморозумінняСТД	Within Groups	1243,512	302	4,118		
Д	Total	1418,295	311			
	Between Groups	159,403	9	17,711	5,634	,000
АутосимпатіяСТД	Within Groups	949,440	302	3,144		
	Total	1108,843	311			
	Between Groups	24,488	9	2,721	,834	,585
Погляд_на_природу_людиниСТД	Within Groups	984,846	302	3,261		
	Total	1009,333	311			
	Between Groups	49,931	9	5,548	1,425	,177
Бажання_змінюватисяСТД	Within Groups	1176,056	302	3,894		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.23

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та бажанням отримувати психологічну допомогу

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	2,773	1	2,773	,670	,414
	Within Groups	1282,505	310	4,137		
	Total	1285,279	311			
СаморозумінняСТД	Between Groups	,075	1	,075	,016	,898
	Within Groups	1418,220	310	4,575		
	Total	1418,295	311			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	1,404	1	1,404	,393	,531
	Within Groups	1107,439	310	3,572		
	Total	1108,843	311			
Погляд_на_природу_людиниСТД	Between Groups	7,558	1	7,558	2,339	,127
	Within Groups	1001,775	310	3,232		
	Total	1009,333	311			
Бажання_змінювати_сяСТД	Between Groups	,327	1	,327	,083	,774
	Within Groups	1225,660	310	3,954		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.24

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та  
комфортом середовища

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	52,125	2	26,063	6,531	,002
	Within Groups	1233,153	309	3,991		
	Total	1285,279	311			
СаморозумінняСТД	Between Groups	40,799	2	20,399	4,576	,011
	Within Groups	1377,496	309	4,458		
	Total	1418,295	311			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	37,394	2	18,697	5,392	,005
	Within Groups	1071,449	309	3,467		
	Total	1108,843	311			
Погляд_на_природу _людиниСТД	Between Groups	5,250	2	2,625	,808	,447
	Within Groups	1004,083	309	3,249		
	Total	1009,333	311			
Бажання_змінювати сяСТД	Between Groups	1,930	2	,965	,244	,784
	Within Groups	1224,057	309	3,961		
	Total	1225,987	311			

Табл. В.25

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та  
комфортом середовища для реалізованих респондентів

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	44,055	3	14,685	3,946	,010
	Within Groups	431,645	116	3,721		
	Total	475,700	119			
СаморозумінняСТД	Between Groups	18,495	3	6,165	1,435	,236
	Within Groups	498,496	116	4,297		
	Total	516,992	119			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	26,144	3	8,715	3,145	,028
	Within Groups	321,448	116	2,771		
	Total	347,592	119			
Погляд_на_природу _людиниСТД	Between Groups	12,699	3	4,233	1,396	,248
	Within Groups	351,801	116	3,033		
	Total	364,500	119			
Бажання_змінювати сяСТД	Between Groups	15,946	3	5,315	1,290	,281
	Within Groups	478,045	116	4,121		
	Total	493,992	119			

Табл. В.26

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та актуальної декретної відпустки для реалізованих осіб

ANOVA						
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
	Between Groups	2,750	1	2,750	,686	,409
СпонтанністьСТД	Within Groups	472,950	118	4,008		
	Total	475,700	119			
	Between Groups	9,646	1	9,646	2,244	,137
СаморозумінняСТД	Within Groups	507,346	118	4,300		
Д	Total	516,992	119			
	Between Groups	9,431	1	9,431	3,291	,072
АутосимпатіяСТД	Within Groups	338,160	118	2,866		
	Total	347,592	119			
	Between Groups	12,509	1	12,509	4,193	,043
Погляд_на_природу_людиниСТД	Within Groups	351,991	118	2,983		
	Total	364,500	119			
	Between Groups	3,536	1	3,536	,851	,358
Бажання_змінюватисяСТД	Within Groups	490,455	118	4,156		
	Total	493,992	119			

Табл. В.27

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та сфери реалізації для реалізованих осіб

ANOVA						
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
	Between Groups	2,750	1	2,750	,686	,409
СпонтанністьСТД	Within Groups	472,950	118	4,008		
	Total	475,700	119			
	Between Groups	9,646	1	9,646	2,244	,137
СаморозумінняСТД	Within Groups	507,346	118	4,300		
Д	Total	516,992	119			
	Between Groups	9,431	1	9,431	3,291	,072
АутосимпатіяСТД	Within Groups	338,160	118	2,866		
	Total	347,592	119			
	Between Groups	12,509	1	12,509	4,193	,043
Погляд_на_природу_людиниСТД	Within Groups	351,991	118	2,983		
	Total	364,500	119			
	Between Groups	3,536	1	3,536	,851	,358
Бажання_змінюватисяСТД	Within Groups	490,455	118	4,156		
	Total	493,992	119			

Табл. В.28

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та причин  
труднощів із реалізацією для реалізованих осіб

ANOVA						
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
	Between Groups	1,345	1	1,345	,335	,564
СпонтанністьСТД	Within Groups	474,355	118	4,020		
	Total	475,700	119			
	Between Groups	16,633	1	16,633	3,922	,050
СаморозумінняСТД	Within Groups	500,359	118	4,240		
Д	Total	516,992	119			
	Between Groups	12,274	1	12,274	4,319	,040
АутосимпатіяСТД	Within Groups	335,318	118	2,842		
	Total	347,592	119			
	Between Groups	3,991	1	3,991	1,306	,255
Погляд_на_приро	Within Groups	360,509	118	3,055		
ду_людиниСТД	Total	364,500	119			
	Between Groups	11,534	1	11,534	2,821	,096
Бажання_змінюва	Within Groups	482,458	118	4,089		
тисяСТД	Total	493,992	119			

Табл. В.29

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та комфорту середовища для нереалізованих осіб

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	30,628	2	15,314	3,966	,021
	Within Groups	729,825	189	3,862		
	Total	760,453	191			
СаморозумінняСТД	Between Groups	15,977	2	7,989	1,901	,152
	Within Groups	794,101	189	4,202		
	Total	810,078	191			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	14,211	2	7,106	2,156	,119
	Within Groups	623,039	189	3,297		
	Total	637,250	191			
Погляд_на_природу_людиниСТД	Between Groups	10,613	2	5,306	1,670	,191
	Within Groups	600,367	189	3,177		
	Total	610,979	191			
Бажання_змінювати_сяСТД	Between Groups	2,419	2	1,209	,328	,720
	Within Groups	696,034	189	3,683		
	Total	698,453	191			

Табл. В.30

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та кількості дітей для нереалізованих осіб

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	10,100	4	2,525	,629	,642
	Within Groups	750,353	187	4,013		
	Total	760,453	191			
СаморозумінняСТД	Between Groups	9,436	4	2,359	,551	,699
	Within Groups	800,642	187	4,282		
	Total	810,078	191			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	3,698	4	,924	,273	,895
	Within Groups	633,552	187	3,388		
	Total	637,250	191			
Погляд_на_природу_людиниСТД	Between Groups	66,851	4	16,713	5,744	,000
	Within Groups	544,129	187	2,910		
	Total	610,979	191			
Бажання_змінювати_сяСТД	Between Groups	9,052	4	2,263	,614	,653
	Within Groups	689,401	187	3,687		
	Total	698,453	191			

Табл. В.31

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та термінів декретної відпустки для нереалізованих осіб

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	22,927	5	4,585	1,156	,332
	Within Groups	737,526	186	3,965		
	Total	760,453	191			
СаморозумінняСТД	Between Groups	14,410	5	2,882	,674	,644
	Within Groups	795,668	186	4,278		
	Total	810,078	191			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	23,624	5	4,725	1,432	,215
	Within Groups	613,626	186	3,299		
	Total	637,250	191			
Погляд_на_природу_людиниСТД	Between Groups	47,694	5	9,539	3,150	,009
	Within Groups	563,285	186	3,028		
	Total	610,979	191			
Бажання_змінюватисяСТД	Between Groups	5,386	5	1,077	,289	,919
	Within Groups	693,067	186	3,726		
	Total	698,453	191			

Табл. В.32

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та актуальної декретної відпустки для нереалізованих осіб

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	1,267	1	1,267	,317	,574
	Within Groups	759,187	190	3,996		
	Total	760,453	191			
СаморозумінняСТД	Between Groups	3,871	1	3,871	,912	,341
	Within Groups	806,207	190	4,243		
	Total	810,078	191			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	,960	1	,960	,287	,593
	Within Groups	636,290	190	3,349		
	Total	637,250	191			
Погляд_на_природу_людиниСТД	Between Groups	,032	1	,032	,010	,921
	Within Groups	610,948	190	3,216		
	Total	610,979	191			
Бажання_змінюватисяСТД	Between Groups	14,190	1	14,190	3,940	,049
	Within Groups	684,263	190	3,601		
	Total	698,453	191			

Табл. В.33

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та міри  
реалізації для нереалізованих осіб

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	18,548	4	4,637	1,169	,326
	Within Groups	741,905	187	3,967		
	Total	760,453	191			
СаморозумінняСТД	Between Groups	46,219	4	11,555	2,829	,026
	Within Groups	763,859	187	4,085		
	Total	810,078	191			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	69,146	4	17,287	5,690	,000
	Within Groups	568,104	187	3,038		
	Total	637,250	191			
Погляд_на_природу_ людиниСТД	Between Groups	5,975	4	1,494	,462	,764
	Within Groups	605,004	187	3,235		
	Total	610,979	191			
Бажання_змінюватис яСТД	Between Groups	17,297	4	4,324	1,187	,318
	Within Groups	681,156	187	3,643		
	Total	698,453	191			

Табл. В.34

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та труднощів із самореалізацією для нереалізованих осіб

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	15,459	1	15,459	3,943	,049
	Within Groups	744,994	190	3,921		
	Total	760,453	191			
СаморозумінняСТД	Between Groups	37,128	1	37,128	9,127	,003
	Within Groups	772,950	190	4,068		
	Total	810,078	191			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	26,450	1	26,450	8,228	,005
	Within Groups	610,800	190	3,215		
	Total	637,250	191			
Погляд_на_природу_людиниСТД	Between Groups	1,335	1	1,335	,416	,520
	Within Groups	609,644	190	3,209		
	Total	610,979	191			
Бажання_змінюватисяСТД	Between Groups	,425	1	,425	,116	,734
	Within Groups	698,028	190	3,674		
	Total	698,453	191			

Табл. В.35

Результати тесту ANOVA компонентів Я-концепції особистості та причин  
труднощів із самореалізацією для нереалізованих осіб

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СпонтанністьСТД	Between Groups	79,046	9	8,783	2,346	,016
	Within Groups	681,407	182	3,744		
	Total	760,453	191			
СаморозумінняСТД	Between Groups	70,286	9	7,810	1,921	,051
	Within Groups	739,792	182	4,065		
	Total	810,078	191			
АутосимпатіяСТД	Between Groups	66,051	9	7,339	2,338	,016
	Within Groups	571,199	182	3,138		
	Total	637,250	191			
Погляд_на_природу_ людиниСТД	Between Groups	4,305	9	,478	,144	,998
	Within Groups	606,674	182	3,333		
	Total	610,979	191			
Бажання_змінюватис яСТД	Between Groups	34,521	9	3,836	1,051	,401
	Within Groups	663,932	182	3,648		
	Total	698,453	191			

Табл. В.36

Результати кореляційного аналізу для когнітивного компоненту (загальний)

		Бажання змінюватисяСТД
Бажання_змінюватисяСТД	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	312
ЦінностіСТД	Pearson Correlation	-,200**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
АвтономністьСТД	Pearson Correlation	-,153**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	312
Гнучкість_у_спілкуванніСТД	Pearson Correlation	-,122*
	Sig. (2-tailed)	,032
	N	312
Фактор_ОСТД	Pearson Correlation	,116*
	Sig. (2-tailed)	,041
	N	312
Фактор_МСТД	Pearson Correlation	,159**
	Sig. (2-tailed)	,005
	N	312
Фактор_ЕСТД	Pearson Correlation	-,116*
	Sig. (2-tailed)	,041
	N	312
Фактор_ССТД	Pearson Correlation	-,124*
	Sig. (2-tailed)	,029
	N	312
Фактор_ВСТД	Pearson Correlation	,111*
	Sig. (2-tailed)	,050
	N	312

	N	312
Дефіцитарний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	,139*
	Sig. (2-tailed)	,014
	N	312
Конструктивний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	-,123*
	Sig. (2-tailed)	,030
	N	312
Дефіцитарна_тривогаСТД	Pearson Correlation	,113*
	Sig. (2-tailed)	,046
	N	312
Деструктивна_тривогаСТД	Pearson Correlation	,169**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	312
Дефіцитарна_агресіяСТД	Pearson Correlation	,170**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	312
Дефіц_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,154**
	Sig. (2-tailed)	,006
	N	312
Дестр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,113*
	Sig. (2-tailed)	,046
	N	312
Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,190**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	312

Табл. В.37

Результати кореляційного аналізу для когнітивного компоненту (для реалізованих осіб)

		Correlations			
		Бажання_змінюв атисяСТД	ЦінностіСТД	Дефіц_зовн_відм ЯСТД	Деструктивна_с ексуальністьСТД
Бажання_змінюв атисяСТД	Pearson	1	-,186*	,186*	,180*
	Correlation				
	Sig. (2-tailed)		,042	,042	,049
ЦінностіСТД	N	120	120	120	120
	Pearson	-,186*	1	-,354**	-,202*
	Correlation				
Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	Sig. (2-tailed)	,042		,000	,027
	N	120	120	120	120
	Pearson	,186*	-,354**	1	,306**
Деструктивна_с ексуальністьСТД	Correlation				
	Sig. (2-tailed)	,042	,000		,001
	N	120	120	120	120
Бажання_змінюв атисяСТД	Pearson	,180*	-,202*	,306**	1
	Correlation				
	Sig. (2-tailed)	,049	,027	,001	
Бажання_змінюв атисяСТД	N	120	120	120	120

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Табл. В.38

Результати кореляційного аналізу для когнітивного компоненту (для  
нереалізованих осіб)

		Correlations				
		Бажання_зм іноватисяС ТД	Автономні стьСТД	ЦінностіСТ Д	Фактор_МС ТД	Дефіцитарна_ агресіяСТД
Бажання_змінюватисяСТ Д	Pearson	1	-,158*	-,156*	,196**	,152*
	Correlation					
	Sig. (2-tailed)		,028	,031	,007	,035
	N	192	192	192	192	192
АвтономністьСТД	Pearson	-,158*	1	,337**	-,266**	-,520**
	Correlation					
	Sig. (2-tailed)	,028		,000	,000	,000
	N	192	192	192	192	192
ЦінностіСТД	Pearson	-,156*	,337**	1	-,078	-,266**
	Correlation					
	Sig. (2-tailed)	,031	,000		,281	,000
	N	192	192	192	192	192
Фактор_МСТД	Pearson	,196**	-,266**	-,078	1	,302**
	Correlation					
	Sig. (2-tailed)	,007	,000	,281		,000
	N	192	192	192	192	192
Дефіцитарна_агресіяСТД	Pearson	,152*	-,520**	-,266**	,302**	1
	Correlation					
	Sig. (2-tailed)	,035	,000	,000	,000	
	N	192	192	192	192	192

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Табл. В.39

Результати кореляційного аналізу для першої частини емоційно-оціночного  
компоненту (загальний)

		АутосимпатіяСТД
АутосимпатіяСТД	Pearson	1
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	
	N	
Конструктивна_агресіяСТД	Pearson	,349**
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	
	N	
Дефіцитарна_тривогаСТД	Pearson	-,320**
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	
	N	
Конструктивна_сексуальністьСТД	Pearson	,222**
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	
	N	
Деструктивна_сексуальністьСТД	Pearson	-,153**
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	
	N	
Дефіцитарна_сексуальністьСТД	Pearson	-,284**
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	
	N	
Фактор_АСТД	Pearson	,209**
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	
	N	
Фактор_ЕСТД	Pearson	,315**
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	
	N	
Фактор_ЛСТД	Pearson	-,163**
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	
	N	
Фактор_МСТД	Pearson	-,296**
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	
	N	
Фактор_НСТД	Pearson	-,395**
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	
	N	
Фактор_Q1СТД	Pearson	,302**
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	
	N	

	N	312
Фактор_Q3СТД	Pearson Correlation	,170**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	312
Фактор_Q4СТД	Pearson Correlation	-,331**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
НовизнаСТД	Pearson Correlation	-,262**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
ТолерантністьСТД	Pearson Correlation	-,262**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Потреба_у_пізнанніСТД	Pearson Correlation	,207**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312

Табл. В.40

Результати кореляційного аналізу для першої частини емоційно-оціночного компоненту (для реалізованих осіб)

		АутосимпатіяСТД
АутосимпатіяСТД	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	120
Конструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	,243**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	120
Конструктивна_тривогаСТД	Pearson Correlation	,254**
	Sig. (2-tailed)	,005
	N	120
Констр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,335**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Конструктивний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	,312**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	120
Деструктивна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	-,276**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	120
Дефіцитарна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	-,290**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	120
Фактор_ЕСТД	Pearson Correlation	,290**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	120
Фактор_ЛСТД	Pearson Correlation	-,254**

	Sig. (2-tailed)	,005
	N	120
Фактор_МСТД	Pearson Correlation	-,184*
	Sig. (2-tailed)	,044
	N	120
Фактор_Q1СТД	Pearson Correlation	,301**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	120
Фактор_Q4СТД	Pearson Correlation	-,393**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
ТолерантністьСТД	Pearson Correlation	-,315**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Потреба_у_пізнанніСТД	Pearson Correlation	,199*
	Sig. (2-tailed)	,029
	N	120

Табл. В.40

Результати кореляційного аналізу для першої частини емоційно-оціночного компоненту (для нереалізованих осіб)

		АутосимпатіяСТД
АутосимпатіяСТД	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	192
Конструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	,330**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Деструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	-,299**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Дефіц_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,364**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Конструктивна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	,222**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	192
Дефіцитарна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	-,250**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_АСТД	Pearson Correlation	,191**
	Sig. (2-tailed)	,008
	N	192
Фактор_ЕСТД	Pearson Correlation	,269**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_НСТД	Pearson Correlation	,363**

	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_МСТД	Pearson Correlation	-,270**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_НСТД	Pearson Correlation	-,342**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_ОСТД	Pearson Correlation	-,367**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_Q1СТД	Pearson Correlation	,261**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_Q3СТД	Pearson Correlation	,205**
	Sig. (2-tailed)	,004
	N	192
Фактор_Q4СТД	Pearson Correlation	-,273**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
НовизнаСТД	Pearson Correlation	-,253**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
ТолерантністьСТД	Pearson Correlation	-,257**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Орієнтація_в_часіСТД	Pearson Correlation	,336**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
ЦінностіСТД	Pearson Correlation	,386**

	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Потреба_у_пізнанніСТД	Pearson Correlation	,209**
	Sig. (2-tailed)	,004
	N	192
Прагнення_до_творчостіСТД	Pearson Correlation	,386**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Дефіцитарна_тривогаСТД	Pearson Correlation	-,257**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192

Табл. В.41

Результати кореляційного аналізу (загальні) для другої частини емоційно-оціночного компоненту

		СаморозумінняСТД
СаморозумінняСТД	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	312
Конструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	,271**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Деструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	-,345**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Конструктивна_тривогаСТД	Pearson Correlation	,368**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Дефіцитарна_тривогаСТД	Pearson Correlation	-,273**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Конструктивний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	,314**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Конструктивна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	,210**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Деструктивна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	-,180**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	312
Дефіцитарна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	-,257**

	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_АСТД	Pearson Correlation	,166**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	312
Фактор_ССТД	Pearson Correlation	,353**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_ЕСТД	Pearson Correlation	,274**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_ФСТД	Pearson Correlation	,118*
	Sig. (2-tailed)	,037
	N	312
Фактор_НСТД	Pearson Correlation	,344**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_ЛСТД	Pearson Correlation	-,132*
	Sig. (2-tailed)	,019
	N	312
Фактор_МСТД	Pearson Correlation	-,278**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_НСТД	Pearson Correlation	-,269**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_ОСТД	Pearson Correlation	-,350**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_Q1СТД	Pearson Correlation	,275**

	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_Q3СТД	Pearson Correlation	,174**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	312
Фактор_Q4СТД	Pearson Correlation	-,239**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
НовизнаСТД	Pearson Correlation	-,224**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
ТолерантністьСТД	Pearson Correlation	-,204**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Орієнтація_в_часіСТД	Pearson Correlation	,336**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Потреба_у_пізнанніСТД	Pearson Correlation	,141*
	Sig. (2-tailed)	,013
	N	312
Прагнення_до_творчостіСТД	Pearson Correlation	,322**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312

Табл. В.42

Результати кореляційного аналізу (для реалізованих осіб) для другої частини емоційно-оціночного компоненту

		СаморозумінняСТД
СаморозумінняСТД	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	120
Конструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	,230*
	Sig. (2-tailed)	,012
	N	120
Конструктивна_тривогаСТД	Pearson Correlation	,211*
	Sig. (2-tailed)	,021
	N	120
Дефіцитарна_тривогаСТД	Pearson Correlation	-,324**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Констр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,383**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Конструктивний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	,187*
	Sig. (2-tailed)	,041
	N	120
Конструктивна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	,243**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	120
Дефіцитарна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	-,240**
	Sig. (2-tailed)	,008
	N	120
Фактор_ССТД	Pearson Correlation	,346**

	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Фактор_ЕСТД	Pearson Correlation	,297**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	120
Фактор_ЛСТД	Pearson Correlation	-,209*
	Sig. (2-tailed)	,022
	N	120
Фактор_МСТД	Pearson Correlation	-,226*
	Sig. (2-tailed)	,013
	N	120
Фактор_НСТД	Pearson Correlation	-,305**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	120
Фактор_ОСТД	Pearson Correlation	-,339**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Фактор_Q1СТД	Pearson Correlation	,245**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	120
Фактор_Q4СТД	Pearson Correlation	-,206*
	Sig. (2-tailed)	,024
	N	120
НовизнаСТД	Pearson Correlation	-,309**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	120
СкладністьСТД	Pearson Correlation	-,189*
	Sig. (2-tailed)	,039
	N	120
ТолерантністьСТД	Pearson Correlation	-,326**

	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Орієнтація_в_часіСТД	Pearson Correlation	,333**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
ЦінностіСТД	Pearson Correlation	,356**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Прагнення_до_творчостіСТД	Pearson Correlation	,398**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120



Табл. В.43

Результати кореляційного аналізу (для нереалізованих осіб) для другої частини емоційно-оціночного компоненту

		СаморозумінняСТД
СаморозумінняСТД	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	192
Конструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	,224**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	192
Деструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	-,242**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	192
Конструктивна_тривогаСТД	Pearson Correlation	,395**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Дефіцитарна_тривогаСТД	Pearson Correlation	-,184*
	Sig. (2-tailed)	,010
	N	192
Констр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,376**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Дестр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,336**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Дефіц_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,359**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Конструктивний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	,308**

	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Дефіцитарний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	-,314**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Конструктивна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	,166*
	Sig. (2-tailed)	,022
	N	192
Деструктивна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	-,210**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	192
Дефіцитарна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	-,238**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	192
Фактор_АСТД	Pearson Correlation	,177*
	Sig. (2-tailed)	,014
	N	192
Фактор_ССТД	Pearson Correlation	,313**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_ЕСТД	Pearson Correlation	,201**
	Sig. (2-tailed)	,005
	N	192
Фактор_НСТД	Pearson Correlation	,214**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	192
Фактор_МСТД	Pearson Correlation	-,238**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	192
Фактор_НСТД	Pearson Correlation	-,202**

	Sig. (2-tailed)	,005
	N	192
Фактор_ОСТД	Pearson Correlation	-,320**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_Q1СТД	Pearson Correlation	,256**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_Q3СТД	Pearson Correlation	,225**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	192
Фактор_Q4СТД	Pearson Correlation	-,232**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	192
НовизнаСТД	Pearson Correlation	-,192**
	Sig. (2-tailed)	,008
	N	192
Орієнтація_в_часіСТД	Pearson Correlation	,253**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
ЦінностіСТД	Pearson Correlation	,256**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Прагнення_до_творчостіСТД	Pearson Correlation	,235**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	192

Табл. В.44

Результати кореляційного аналізу (загальні) для першої частини  
поведінкового компоненту

		Погляд на природу людиниСТД
Погляд_на_природу_людиниСТД	Pearson Correlation	1
	Sig. (2- tailed)	
	N	312
Конструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	,235**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312
Дефіцитарна_агресіяСТД	Pearson Correlation	-,202**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312
Деструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	-,243**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312
Деструктивна_тривогаСТД	Pearson Correlation	-,223**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312
Конструктивна_тривогаСТД	Pearson Correlation	,298**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312
Дефіцитарна_тривогаСТД	Pearson Correlation	-,124*
	Sig. (2- tailed)	,029
	N	312
Констр_зовн_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,276**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312

Дестр_зовн_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,186**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	312
Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,238**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Констр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,263**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Дестр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,205**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Дефіц_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,214**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Конструктивний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	,222**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Деструктивний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	-,230**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Дефіцитарний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	-,229**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_АСТД	Pearson Correlation	,201**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_ССТД	Pearson Correlation	,194**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	312

Фактор_FCTД	Pearson Correlation	,149**
	Sig. (2-tailed)	,009
	N	312
Фактор_HCTД	Pearson Correlation	,219**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_LCTД	Pearson Correlation	-,252**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_NCTД	Pearson Correlation	-,124*
	Sig. (2-tailed)	,029
	N	312
Фактор_OCTД	Pearson Correlation	-,175**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	312
Фактор_Q3CTД	Pearson Correlation	,148**
	Sig. (2-tailed)	,009
	N	312
Фактор_Q4CTД	Pearson Correlation	-,123*
	Sig. (2-tailed)	,030
	N	312
НовизнаCTД	Pearson Correlation	-,130*
	Sig. (2-tailed)	,021
	N	312
ТолерантністьCTД	Pearson Correlation	-,121*
	Sig. (2-tailed)	,032
	N	312
Орієнтація_в_часіCTД	Pearson Correlation	,204**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312

ЦінностіСТД	Pearson Correlation	,231**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
АвтономністьСТД	Pearson Correlation	,206**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Прагнення_до_творчостіСТД	Pearson Correlation	,205**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312

Табл. В.45

Результати кореляційного аналізу (для реалізованих осіб) для першої частини  
поведінкового компоненту

		Погляд на природу людиниСТД
Погляд_на_природу_людиниСТД	Pearson Correlation	1
	Sig. (2- tailed)	
	N	120
Деструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	-,253**
	Sig. (2- tailed)	,005
	N	120
Деструктивний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	-,222*
	Sig. (2- tailed)	,015
	N	120
Фактор_LСТД	Pearson Correlation	-,343**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	120
Фактор_Q1СТД	Pearson Correlation	,207*
	Sig. (2- tailed)	,023
	N	120
Орієнтація_в_часіСТД	Pearson Correlation	,199*
	Sig. (2- tailed)	,029
	N	120

Табл. В.46

Результати кореляційного аналізу (для не реалізованих осіб) для першої частини поведінкового компоненту

		Погляд на природу людиниСТД
Погляд_на_природу_людиниСТД	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	192
Конструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	,295**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Дефіцитарна_агресіяСТД	Pearson Correlation	-,174*
	Sig. (2-tailed)	,016
	N	192
Деструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	-,193**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	192
Деструктивна_тривогаСТД	Pearson Correlation	-,214**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	192
Конструктивна_тривогаСТД	Pearson Correlation	,320**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Констр_зовн_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,268**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Дестр_зовн_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,174*
	Sig. (2-tailed)	,016
	N	192

Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,230**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	192
Констр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,266**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Дестр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,200**
	Sig. (2-tailed)	,005
	N	192
Дефіц_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,214**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	192
Конструктивний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	,240**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	192
Деструктивний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	-,181*
	Sig. (2-tailed)	,012
	N	192
Дефіцитарний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	-,218**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	192
Фактор_АСТД	Pearson Correlation	,272**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_ССТД	Pearson Correlation	,174*
	Sig. (2-tailed)	,016
	N	192
Фактор_ФСТД	Pearson Correlation	,154*
	Sig. (2-tailed)	,033
	N	192

Фактор_НСТД	Pearson Correlation	,195**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	192
Фактор_ЛСТД	Pearson Correlation	-,182*
	Sig. (2-tailed)	,011
	N	192
Фактор_ОСТД	Pearson Correlation	-,189**
	Sig. (2-tailed)	,009
	N	192
Фактор_Q3СТД	Pearson Correlation	,212**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	192
НовизнаСТД	Pearson Correlation	-,171*
	Sig. (2-tailed)	,018
	N	192
ТолерантністьСТД	Pearson Correlation	-,179*
	Sig. (2-tailed)	,013
	N	192
ЦінностіСТД	Pearson Correlation	,211**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	192
Прагнення_до_творчостіСТД	Pearson Correlation	,227**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	192
АвтономністьСТД	Pearson Correlation	,257**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
КонтактністьСТД	Pearson Correlation	,312**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192

Гнучкість_у_спілкуванніСТД	Pearson Correlation	,239**
	Sig. (2- tailed)	,001
	N	192

Табл. В.47

Результати кореляційного аналізу (загальні) для другої частини  
поведінкового компоненту

		СпонтанністьСТД
СпонтанністьСТД	Pearson Correlation	1
	Sig. (2- tailed)	
	N	312
Конструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	,362**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312
Деструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	-,281**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312
Конструктивна_тривогаСТД	Pearson Correlation	,405**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312
Дефіцитарна_тривогаСТД	Pearson Correlation	-,196**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312
Констр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,354**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312
Дефіц_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,321**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312
Конструктивна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	,236**
	Sig. (2- tailed)	,000
	N	312
Дефіцитарна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	-,279**

	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_АСТД	Pearson Correlation	,244**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_ССТД	Pearson Correlation	,384**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_ЕСТД	Pearson Correlation	,283**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_ФСТД	Pearson Correlation	,208**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_ЛСТД	Pearson Correlation	-,169**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	312
Фактор_МСТД	Pearson Correlation	-,210**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_НСТД	Pearson Correlation	-,251**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_ОСТД	Pearson Correlation	-,314**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_Q1СТД	Pearson Correlation	,256**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Фактор_Q4СТД	Pearson Correlation	-,209**

	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
ТолерантністьСТД	Pearson Correlation	-,208**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Орієнтація_в_часіСТД	Pearson Correlation	,317**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
ЦінностіСТД	Pearson Correlation	,375**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Потреба_у_пізнанніСТД	Pearson Correlation	,252**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312
Прагнення_до_творчостіСТД	Pearson Correlation	,382**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	312

Табл. В.48

Результати кореляційного аналізу (для реалізованих осіб) для другої частини поведінкового компоненту

		СпонтанністьСТД
СпонтанністьСТД	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	120
Конструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	,291**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	120
Деструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	-,394**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Дефіцитарна_агресіяСТД	Pearson Correlation	-,527**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Конструктивна_тривогаСТД	Pearson Correlation	,272**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	120
Дефіцитарна_тривогаСТД	Pearson Correlation	-,279**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	120
Дестр_зовн_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,388**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Констр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,238**
	Sig. (2-tailed)	,009
	N	120
Дефіц_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,371**

	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Конструктивний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	,256**
	Sig. (2-tailed)	,005
	N	120
Дефіцитарна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	-,238**
	Sig. (2-tailed)	,009
	N	120
Фактор_ССТД	Pearson Correlation	,389**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Фактор_ЕСТД	Pearson Correlation	,331**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Фактор_ФСТД	Pearson Correlation	,239**
	Sig. (2-tailed)	,008
	N	120
Фактор_ЛСТД	Pearson Correlation	-,198*
	Sig. (2-tailed)	,030
	N	120
Фактор_МСТД	Pearson Correlation	-,187*
	Sig. (2-tailed)	,041
	N	120
Фактор_НСТД	Pearson Correlation	-,278**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	120
Фактор_Q1СТД	Pearson Correlation	,316**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Фактор_Q4СТД	Pearson Correlation	-,186*

	Sig. (2-tailed)	,042
	N	120
НовизнаСТД	Pearson Correlation	-,288**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	120
СкладністьСТД	Pearson Correlation	-,201*
	Sig. (2-tailed)	,028
	N	120
Орієнтація_в_часіСТД	Pearson Correlation	,393**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
ЦінностіСТД	Pearson Correlation	,341**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120
Потреба_у_пізнанніСТД	Pearson Correlation	,279**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	120
Прагнення_до_творчостіСТД	Pearson Correlation	,380**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	120

Табл. В.49

Результати кореляційного аналізу (для нереалізованих осіб) для другої частини поведінкового компоненту

		СпонтанністьСТД
СпонтанністьСТД	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	192
Конструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	,358**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Деструктивна_агресіяСТД	Pearson Correlation	-,158*
	Sig. (2-tailed)	,029
	N	192
Констр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	,372**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Дестр_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,396**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Дефіц_внутр_відм_ЯСТД	Pearson Correlation	-,240**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	192
Деструктивний_нарцисизмСТД	Pearson Correlation	-,381**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Конструктивна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	,253**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Дефіцитарна_сексуальністьСТД	Pearson Correlation	-,282**

	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_АСТД	Pearson Correlation	,274**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_ССТД	Pearson Correlation	,348**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_ЕСТД	Pearson Correlation	,206**
	Sig. (2-tailed)	,004
	N	192
Фактор_ФСТД	Pearson Correlation	,142*
	Sig. (2-tailed)	,049
	N	192
Фактор_НСТД	Pearson Correlation	,336**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Фактор_МСТД	Pearson Correlation	-,164*
	Sig. (2-tailed)	,023
	N	192
Фактор_НСТД	Pearson Correlation	-,198**
	Sig. (2-tailed)	,006
	N	192
Фактор_ОСТД	Pearson Correlation	-,204**
	Sig. (2-tailed)	,005
	N	192
Фактор_Q1СТД	Pearson Correlation	,182*
	Sig. (2-tailed)	,011
	N	192
Фактор_Q4СТД	Pearson Correlation	-,198**

	Sig. (2-tailed)	,006
	N	192
НовизнаСТД	Pearson Correlation	-,195**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	192
ТолерантністьСТД	Pearson Correlation	-,195**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	192
Орієнтація_в_часіСТД	Pearson Correlation	,201**
	Sig. (2-tailed)	,005
	N	192
ЦінностіСТД	Pearson Correlation	,347**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192
Потреба_у_пізнанніСТД	Pearson Correlation	,229**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	192
Прагнення_до_творчостіСТД	Pearson Correlation	,354**
	Sig. (2-tailed)	,000

Табл. В.50

Результати регресійного аналізу (для реалізованих осіб) для емоційно-оціночного компоненту (центральні структури Я)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	9,969	,388		25,707	,000
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,170	,093	-,179	-1,833	,069
	Деструктивна_тривогаСТД	-,320	,112	-,310	-2,845	,005
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,238	,087	-,280	-2,742	,007
	Дестр_внутр_відм_ЯСТД	,025	,094	,028	,268	,789
	Деструктивний_нарцисизмСТД	-,129	,086	-,148	-1,493	,138
	Дефіцитарна_сексуальністьСТД	,089	,067	,104	1,330	,186
2	(Constant)	9,968	,386		25,811	,000
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,167	,091	-,176	-1,821	,071
	Деструктивна_тривогаСТД	-,312	,108	-,303	-2,882	,005
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,236	,086	-,278	-2,741	,007
	Деструктивний_нарцисизмСТД	-,119	,079	-,137	-1,515	,132
	Дефіцитарна_сексуальністьСТД	,092	,065	,109	1,425	,157
3	(Constant)	10,127	,371		27,273	,000
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,163	,092	-,172	-1,777	,078
	Деструктивна_тривогаСТД	-,271	,105	-,263	-2,585	,011
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,237	,087	-,279	-2,740	,007
	Деструктивний_нарцисизмСТД	-,099	,078	-,114	-1,275	,205
4	(Constant)	10,035	,365		27,477	,000
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,191	,089	-,202	-2,135	,035
	Деструктивна_тривогаСТД	-,299	,103	-,290	-2,911	,004
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,265	,084	-,311	-3,150	,002

a. Dependent Variable: АутосимпатіяСТД

Табл. В.51

Результати регресійного аналізу (для реалізованих осіб) (2) для емоційно-оціночного компоненту (центральні структури Я)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	9,321	,691		13,482	,000
	Дефіцитарна агресіяСТД	-,407	,117	-,353	-3,488	,001
	Деструктивна тривогаСТД	,098	,136	,078	,716	,476
	Дефіц зовн відм ЯСТД	-,362	,112	-,349	-3,227	,002
	Дефіц внутр відм ЯСТД	-,083	,098	-,073	-,849	,398
	Дефіцитарний нарцисизмСТД	-,066	,124	-,052	-,527	,599
	Конструктивна сексуальністьСТД	,169	,071	,162	2,372	,019
2	(Constant)	9,222	,663		13,904	,000
	Дефіцитарна агресіяСТД	-,418	,115	-,362	-3,651	,000
	Деструктивна тривогаСТД	,078	,131	,062	,597	,552
	Дефіц зовн відм ЯСТД	-,377	,108	-,363	-3,482	,001
	Дефіц внутр відм ЯСТД	-,088	,098	-,077	-,904	,368
	Конструктивна сексуальністьСТД	,172	,071	,165	2,429	,017
3	(Constant)	9,360	,620		15,099	,000
	Дефіцитарна агресіяСТД	-,395	,107	-,342	-3,676	,000
	Дефіц зовн відм ЯСТД	-,350	,098	-,338	-3,559	,001
	Дефіц внутр відм ЯСТД	-,079	,096	-,069	-,822	,413
	Конструктивна сексуальністьСТД	,168	,070	,161	2,390	,018
4	(Constant)	9,243	,602		15,342	,000
	Дефіцитарна агресіяСТД	-,420	,103	-,364	-4,082	,000
	Дефіц зовн відм ЯСТД	-,377	,093	-,363	-4,056	,000
	Конструктивна сексуальністьСТД	,162	,070	,155	2,319	,022

a. Dependent Variable: СаморозумінняСТД

Табл. В.52

Результати регресійного аналізу (для реалізованих осіб) (1) для емоційно-оціночного компонента (ставлення до себе та до змін)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	3,602	,708		5,088	,000
	НовизнаСТД	-,111	,097	-,131	-1,145	,255
	ТолерантністьСТД	-,089	,094	-,107	-,952	,343
	Потреба_у_пізнанніСТД	-,050	,063	-,063	-,796	,428
	Прагнення_до_творчостіСТД	,216	,073	,229	2,947	,004
	КонтактністьСТД	,078	,081	,094	,953	,343
	Гнучкість_у_спілкуванніСТД	,399	,094	,410	4,237	,000
2	(Constant)	3,461	,684		5,058	,000
	НовизнаСТД	-,096	,095	-,113	-1,012	,314
	ТолерантністьСТД	-,102	,092	-,123	-1,110	,269
	Прагнення_до_творчостіСТД	,207	,072	,219	2,863	,005
	КонтактністьСТД	,064	,080	,078	,808	,421
3	Гнучкість_у_спілкуванніСТД	,394	,094	,405	4,203	,000
	(Constant)	3,491	,682		5,117	,000
	НовизнаСТД	-,102	,095	-,120	-1,080	,282
	ТолерантністьСТД	-,098	,092	-,118	-1,069	,287
4	Прагнення_до_творчостіСТД	,218	,071	,231	3,076	,003
	Гнучкість_у_спілкуванніСТД	,440	,074	,453	5,959	,000
	(Constant)	3,383	,675		5,011	,000
4	НовизнаСТД	-,180	,061	-,211	-2,943	,004
	Прагнення_до_творчостіСТД	,214	,071	,227	3,024	,003
	Гнучкість_у_спілкуванніСТД	,443	,074	,456	5,999	,000

a. Dependent Variable: АутосимпатіяСТД

Табл. В.53

Результати регресійного аналізу (для реалізованих осіб) (2) для емоційно-оціночного компоненту (ставлення до себе та до змін)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	1,088	,911		1,195	,235
	НовизнаСТД	,113	,112	,109	1,009	,315
	СкладністьСТД	,015	,085	,015	,172	,864
	ТолерантністьСТД	-,248	,122	-,243	-2,040	,044
	Орієнтація в часіСТД	,099	,072	,101	1,381	,170
	ЦінностіСТД	,078	,092	,076	,849	,398
	Прагнення до творчостіСТД	,077	,105	,067	,735	,464
	АвтономністьСТД	,488	,100	,434	4,896	,000
	КонтактністьСТД	-,010	,092	-,010	-,104	,917
	Гнучкість у спілкуванніСТД	,249	,117	,210	2,131	,035
	(Constant)	1,089	,907		1,201	,232
2	НовизнаСТД	,113	,111	,109	1,019	,310
	СкладністьСТД	,014	,084	,014	,169	,866
	ТолерантністьСТД	-,248	,121	-,244	-2,054	,042
	Орієнтація_в_часіСТД	,099	,071	,101	1,384	,169
	ЦінностіСТД	,078	,092	,076	,851	,396
	Прагнення_до_творчостіСТД	,076	,103	,066	,731	,466
3	АвтономністьСТД	,487	,098	,433	4,943	,000
	Гнучкість_у_спілкуванніСТД	,243	,100	,205	2,421	,017
	(Constant)	1,130	,870		1,300	,196
	НовизнаСТД	,111	,110	,107	1,011	,314
	ТолерантністьСТД	-,238	,105	-,234	-2,271	,025
	Орієнтація_в_часіСТД	,096	,070	,099	1,382	,170
4	ЦінностіСТД	,080	,091	,077	,879	,381
	Прагнення_до_творчостіСТД	,076	,103	,066	,739	,461
	АвтономністьСТД	,486	,098	,432	4,963	,000
	Гнучкість_у_спілкуванніСТД	,243	,100	,205	2,440	,016
	(Constant)	1,214	,860		1,411	,161
5	НовизнаСТД	,112	,110	,108	1,018	,311
	ТолерантністьСТД	-,240	,105	-,235	-2,289	,024
	Орієнтація_в_часіСТД	,103	,069	,106	1,494	,138
	ЦінностіСТД	,118	,075	,114	1,574	,118
	АвтономністьСТД	,497	,097	,442	5,148	,000
5	Гнучкість_у_спілкуванніСТД	,247	,099	,209	2,489	,014
	(Constant)	1,535	,801		1,916	,058

	ТолерантністьСТД	-,160	,069	-,157	-2,311	,023
	Орієнтація_в_часіСТД	,099	,069	,102	1,439	,153
	ЦінностіСТД	,113	,075	,110	1,514	,133
	АвтономністьСТД	,478	,095	,425	5,045	,000
	Гнучкість_у_спілкуванніСТД	,252	,099	,212	2,535	,013
	(Constant)	1,912	,760		2,514	,013
	ТолерантністьСТД	-,173	,069	-,170	-2,520	,013
6	ЦінностіСТД	,141	,072	,137	1,952	,053
	АвтономністьСТД	,488	,095	,434	5,141	,000
	Гнучкість_у_спілкуванніСТД	,263	,099	,222	2,640	,009

a. Dependent Variable: СаморозумінняСТД

Табл. В.53

Результати регресійного аналізу (для реалізованих осіб) (1) для емоційно-оціночного компоненту (особистісні характеристики)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	6,983	1,074		6,503	,000
	Фактор ССТД	,038	,067	,047	,567	,572
	Фактор ЕСТД	,124	,061	,146	2,017	,046
	Фактор НСТД	,296	,079	,291	3,770	,000
	Фактор ЛСТД	-,101	,062	-,117	-1,624	,107
	Фактор МСТД	-,063	,060	-,073	-1,040	,301
	Фактор НСТД	-,155	,068	-,168	-2,270	,025
	Фактор ОСТД	-,163	,065	-,206	-2,508	,014
	Фактор Q1СТД	,026	,065	,030	,401	,689
	Фактор Q4СТД	-,183	,062	-,228	-2,966	,004
	(Constant)	7,076	1,045		6,773	,000
2	Фактор_ССТД	,042	,066	,052	,633	,528
	Фактор_ЕСТД	,128	,060	,151	2,124	,036
	Фактор_НСТД	,301	,077	,295	3,885	,000
	Фактор_ЛСТД	-,103	,062	-,120	-1,673	,097
	Фактор_МСТД	-,059	,059	-,069	-,991	,324
	Фактор_НСТД	-,160	,067	-,174	-2,388	,019
	Фактор_ОСТД	-,167	,064	-,210	-2,585	,011
Фактор_Q4СТД	-,180	,061	-,225	-2,951	,004	
3	(Constant)	7,437	,872		8,527	,000
	Фактор_ЕСТД	,132	,060	,157	2,217	,029
	Фактор_НСТД	,307	,077	,301	4,005	,000
	Фактор_ЛСТД	-,113	,060	-,130	-1,876	,063
	Фактор_МСТД	-,061	,059	-,071	-1,037	,302
	Фактор_НСТД	-,158	,067	-,172	-2,374	,019
	Фактор_ОСТД	-,180	,061	-,227	-2,963	,004
	Фактор_Q4СТД	-,190	,059	-,237	-3,233	,002
4	(Constant)	6,994	,760		9,201	,000
	Фактор_ЕСТД	,130	,060	,155	2,190	,031
	Фактор_НСТД	,327	,074	,321	4,407	,000
	Фактор_ЛСТД	-,110	,060	-,127	-1,831	,070
	Фактор_НСТД	-,146	,066	-,158	-2,219	,028
	Фактор_ОСТД	-,187	,060	-,236	-3,105	,002
	Фактор_Q4СТД	-,192	,059	-,240	-3,270	,001

a. Dependent Variable: АутосимпатіяСТД

Табл. В.54

Результати регресійного аналізу (для реалізованих осіб) (2) для емоційно-оціночного компоненту (особистісні характеристики)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	4,215	1,319		3,196	,002
	Фактор_ССТД	,171	,092	,173	1,858	,066
	Фактор_НСТД	,390	,109	,314	3,594	,000
	Фактор_НСТД	-,171	,098	-,152	-1,754	,082
	Фактор_ОСТД	-,089	,093	-,093	-,961	,339
	Фактор_Q1СТД	,031	,092	,030	,339	,735
2	(Constant)	4,381	1,219		3,594	,000
	Фактор_ССТД	,175	,091	,177	1,927	,057
	Фактор_НСТД	,396	,107	,319	3,721	,000
	Фактор_НСТД	-,179	,095	-,159	-1,882	,062
	Фактор_ОСТД	-,092	,092	-,095	-,996	,321
3	(Constant)	3,655	,977		3,740	,000
	Фактор_ССТД	,213	,082	,215	2,589	,011
	Фактор_НСТД	,417	,105	,335	3,987	,000
	Фактор_НСТД	-,199	,093	-,177	-2,148	,034

a. Dependent Variable: СаморозумінняСТД

Табл. В.55

Результати регресійного аналізу (для реалізованих осіб) (2) для емоційно-оціночного компоненту (особистісні характеристики)

## Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: АутосимпатіяСТД

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>b</sup>
Corrected Model	189,401 <sup>a</sup>	7	27,057	19,157	,000	,545	134,097	1,000
Intercept	108,077	1	108,077	76,519	,000	,406	76,519	1,000
Фактор_Q4СТД	15,306	1	15,306	10,836	,001	,088	10,836	,904
Фактор_НСТД	31,024	1	31,024	21,965	,000	,164	21,965	,996
Фактор_ЛСТД	5,881	1	5,881	4,164	,044	,036	4,164	,525
Фактор_ЕСТД	8,560	1	8,560	6,061	,015	,051	6,061	,685
Фактор_НСТД	8,763	1	8,763	6,204	,014	,052	6,204	,695
Фактор_ОСТД	10,056	1	10,056	7,120	,009	,060	7,120	,753
Задоволеність досвідом	7,736	1	7,736	5,477	,021	,047	5,477	,641
Error	158,191	112	1,412					
Total	5199,000	120						
Corrected Total	347,592	119						

a. R Squared = ,545 (Adjusted R Squared = ,516)

b. Computed using alpha = ,05

Табл. В.56

Результати регресійного аналізу (для реалізованих осіб) (1) для поведінкового компоненту (глибинні структури Я)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	6,217	,982		6,331	,000
	Деструктивна_агресіяСТД	-,110	,098	-,130	-1,125	,263
	Деструктивний_нарцисизмС	,083	,111	,093	,749	,456
	ТД					
	Фактор_LСТД	-,268	,088	-,302	-3,044	,003
	Фактор_Q1СТД	,128	,080	,145	1,595	,114
	Орієнтація_в_часіСТД	,078	,083	,095	,937	,351
2	(Constant)	6,479	,916		7,073	,000
	Деструктивна_агресіяСТД	-,076	,087	-,090	-,881	,380
	Фактор_LСТД	-,245	,082	-,277	-2,974	,004
	Фактор_Q1СТД	,117	,079	,133	1,488	,140
	Орієнтація_в_часіСТД	,064	,081	,078	,788	,432
3	(Constant)	6,920	,724		9,555	,000
	Деструктивна_агресіяСТД	-,105	,079	-,124	-1,334	,185
	Фактор_LСТД	-,243	,082	-,274	-2,953	,004
	Фактор_Q1СТД	,131	,076	,149	1,714	,089
4	(Constant)	6,547	,670		9,765	,000
	Фактор_LСТД	-,283	,077	-,320	-3,700	,000
	Фактор_Q1СТД	,142	,076	,161	1,868	,064

a. Dependent Variable: Погляд\_на\_природу\_людиниСТД

Табл. В.57

Результати регресійного аналізу (для реалізованих осіб) (2) для  
поведінкового компоненту (глибинні структури Я)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	7,677	1,182		6,496	,000
	Конструктивна агресіяСТД	,182	,105	,176	1,727	,087
	Дефіцитарна агресіяСТД	-,207	,140	-,187	-1,477	,143
	Деструктивна агресіяСТД	-,088	,121	-,091	-,732	,466
	Деструктивна тривогаСТД	,001	,172	,001	,004	,996
	Конструктивна тривогаСТД	,072	,105	,069	,688	,493
	Дефіцитарна тривогаСТД	,047	,101	,050	,463	,644
	Констр зовн відм ЯСТД	,210	,121	,202	1,729	,087
	Дестр зовн відм ЯСТД	,047	,134	,042	,350	,727
	Дефіц зовн відм ЯСТД	-,086	,132	-,087	-,654	,515
	Констр внутр відм ЯСТД	-,162	,115	-,154	-1,404	,163
	Дестр внутр відм ЯСТД	-,095	,133	-,092	-,717	,475
	Дефіц внутр відм ЯСТД	-,038	,122	-,035	-,311	,757
	Конструктивний_нарцисизмСТД	-,059	,125	-,053	-,472	,638
	Деструктивний_нарцисизмСТД	-,136	,139	-,133	-,974	,332
	Дефіцитарний_нарцисизмСТД	-,190	,164	-,157	-1,164	,247
	Дефіцитарна_сексуальністьСТД	,092	,097	,093	,951	,344
	2	(Constant)	7,678	1,128		6,805
Конструктивна агресіяСТД		,182	,104	,175	1,758	,082
Дефіцитарна агресіяСТД		-,207	,135	-,187	-1,533	,128
Деструктивна агресіяСТД		-,088	,117	-,091	-,754	,453
Конструктивна тривогаСТД		,072	,102	,069	,703	,484
Дефіцитарна тривогаСТД		,047	,099	,050	,471	,639
Констр зовн відм ЯСТД		,210	,121	,202	1,739	,085
Дестр зовн відм ЯСТД		,047	,133	,042	,352	,725
Дефіц зовн відм ЯСТД		-,086	,128	-,086	-,673	,503
Констр внутр відм ЯСТД		-,162	,113	-,154	-1,423	,158
Дестр внутр відм ЯСТД		-,095	,130	-,092	-,731	,467
Дефіц внутр відм ЯСТД		-,038	,121	-,035	-,313	,755

	Конструктивний_нарцисизм СТД	-,059	,124	-,053	-,475	,635
	Деструктивний_нарцисизмС ТД	-,136	,138	-,133	-,983	,328
	Дефіцитарний_нарцисизмСТ Д	-,190	,162	-,157	-1,175	,243
	Дефіцитарна_сексуальністьС ТД	,092	,095	,093	,976	,332
	(Constant)	7,712	1,119		6,894	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,183	,103	,177	1,778	,078
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,216	,131	-,195	-1,648	,102
	Деструктивна_агресіяСТД	-,099	,111	-,103	-,896	,372
	Конструктивна_тривогаСТД	,071	,102	,068	,696	,488
	Дефіцитарна_тривогаСТД	,040	,096	,043	,413	,680
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,211	,120	,203	1,752	,083
	Дестр_зовн_відм_ЯСТД	,043	,132	,038	,323	,747
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,090	,127	-,090	-,707	,481
3	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,163	,113	-,155	-1,441	,153
	Дестр_внутр_відм_ЯСТД	-,089	,128	-,086	-,697	,487
	Конструктивний_нарцисизм СТД	-,067	,121	-,061	-,555	,580
	Деструктивний_нарцисизмС ТД	-,132	,137	-,130	-,965	,337
	Дефіцитарний_нарцисизмСТ Д	-,201	,158	-,166	-1,274	,205
	Дефіцитарна_сексуальністьС ТД	,094	,094	,095	1,003	,318
	(Constant)	7,695	1,113		6,916	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,184	,103	,177	1,790	,076
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,207	,128	-,187	-1,623	,107
	Деструктивна_агресіяСТД	-,095	,110	-,098	-,867	,388
	Конструктивна_тривогаСТД	,072	,101	,069	,709	,480
	Дефіцитарна_тривогаСТД	,042	,095	,045	,442	,659
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,213	,119	,205	1,784	,077
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,095	,125	-,095	-,755	,452
4	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,157	,111	-,150	-1,415	,160
	Дестр_внутр_відм_ЯСТД	-,081	,125	-,079	-,650	,517
	Конструктивний_нарцисизм СТД	-,071	,120	-,064	-,594	,554
	Деструктивний_нарцисизмС ТД	-,122	,132	-,120	-,918	,361
	Дефіцитарний_нарцисизмСТ Д	-,194	,156	-,160	-1,247	,215
	Дефіцитарна_сексуальністьС ТД	,100	,092	,100	1,079	,283

	(Constant)	7,713	1,108		6,963	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,184	,102	,177	1,800	,075
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,207	,127	-,186	-1,624	,107
	Деструктивна_агресіяСТД	-,077	,102	-,080	-,760	,449
	Конструктивна_тривогаСТД	,081	,099	,077	,819	,415
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,209	,119	,201	1,761	,081
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,101	,124	-,101	-,814	,418
	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,170	,107	-,162	-1,585	,116
5	Дестр_внутр_відм_ЯСТД	-,077	,124	-,075	-,622	,535
	Конструктивний_нарцисизм СТД	-,062	,118	-,056	-,529	,598
	Деструктивний_нарцисизмС ТД	-,119	,132	-,117	-,905	,368
	Дефіцитарний_нарцисизмСТ Д	-,180	,152	-,149	-1,186	,238
	Дефіцитарна_сексуальністьС ТД	,102	,092	,102	1,109	,270
	(Constant)	7,566	1,069		7,080	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,164	,095	,158	1,731	,086
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,216	,125	-,195	-1,725	,087
	Деструктивна_агресіяСТД	-,074	,101	-,077	-,734	,464
	Конструктивна_тривогаСТД	,075	,098	,071	,765	,446
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,190	,113	,183	1,686	,095
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,120	,118	-,121	-1,020	,310
6	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,171	,107	-,162	-1,597	,113
	Дестр_внутр_відм_ЯСТД	-,083	,124	-,081	-,676	,501
	Деструктивний_нарцисизмС ТД	-,108	,130	-,106	-,832	,407
	Дефіцитарний_нарцисизмСТ Д	-,153	,142	-,126	-1,074	,285
	Дефіцитарна_сексуальністьС ТД	,103	,091	,104	1,127	,262
	(Constant)	7,574	1,066		7,106	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,168	,095	,162	1,776	,079
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,234	,122	-,211	-1,913	,058
	Деструктивна_агресіяСТД	-,087	,099	-,090	-,877	,382
	Конструктивна_тривогаСТД	,082	,097	,079	,849	,398
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,186	,112	,179	1,651	,102
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,126	,117	-,127	-1,075	,285
	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,175	,106	-,166	-1,645	,103
7	Деструктивний_нарцисизмС ТД	-,130	,125	-,128	-1,039	,301
	Дефіцитарний_нарцисизмСТ Д	-,166	,141	-,138	-1,183	,240

	Дефіцитарна_сексуальністьС	,088	,088	,088	,992	,323
	ТД					
	(Constant)	7,617	1,063		7,164	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,192	,090	,185	2,125	,036
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,215	,120	-,194	-1,791	,076
	Деструктивна_агресіяСТД	-,074	,098	-,076	-,752	,453
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,208	,109	,200	1,900	,060
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,129	,117	-,129	-1,096	,275
8	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,156	,104	-,149	-1,503	,136
	Деструктивний_нарцисизмС	-,146	,123	-,143	-1,180	,240
	ТД					
	Дефіцитарний_нарцисизмСТ	-,180	,140	-,149	-1,292	,199
	Д					
	Дефіцитарна_сексуальністьС	,100	,087	,101	1,154	,251
	ТД					
	(Constant)	7,386	1,016		7,270	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,191	,090	,184	2,116	,037
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,207	,119	-,187	-1,736	,085
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,206	,109	,199	1,892	,061
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,156	,111	-,157	-1,400	,164
	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,141	,102	-,134	-1,388	,168
9	Деструктивний_нарцисизмС	-,189	,109	-,186	-1,734	,086
	ТД					
	Дефіцитарний_нарцисизмСТ	-,166	,138	-,137	-1,200	,233
	Д					
	Дефіцитарна_сексуальністьС	,103	,087	,104	1,191	,236
	ТД					
	(Constant)	7,702	,983		7,837	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,183	,090	,177	2,036	,044
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,202	,120	-,182	-1,688	,094
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,215	,109	,207	1,975	,051
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,153	,111	-,154	-1,377	,171
10	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,161	,101	-,153	-1,604	,112
	Деструктивний_нарцисизмС	-,170	,108	-,167	-1,572	,119
	ТД					
	Дефіцитарний_нарцисизмСТ	-,126	,134	-,105	-,942	,348
	Д					
	(Constant)	7,419	,935		7,932	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,195	,089	,187	2,180	,031
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,222	,118	-,200	-1,882	,062
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,214	,109	,206	1,965	,052
11	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,184	,107	-,185	-1,729	,087
	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,157	,100	-,149	-1,564	,121
	Деструктивний_нарцисизмС	-,209	,100	-,206	-2,101	,038
	ТД					

	(Constant)	7,082	,916		7,733	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,159	,087	,153	1,831	,070
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,208	,118	-,188	-1,763	,081
12	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,141	,099	,136	1,426	,156
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,181	,107	-,182	-1,689	,094
	Деструктивний_нарцисизмС ТД	-,211	,100	-,208	-2,111	,037
	(Constant)	7,942	,693		11,464	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,217	,077	,209	2,828	,006
	Дефіцитарна_агресіяСТД	-,246	,116	-,222	-2,121	,036
13	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,213	,105	-,214	-2,025	,045
	Деструктивний_нарцисизмС ТД	-,211	,101	-,207	-2,094	,038

a. Dependent Variable: СпонтанністьСТД

Табл. В.58

Результати регресійного аналізу (для реалізованих осіб) (2) для поведінкового компоненту (особистісні характеристики)

Coefficients <sup>a</sup>							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.		
	B	Std. Error	Beta				
1	(Constant)	2,808	1,425		1,971	,051	
	Фактор ССТД	,106	,085	,112	1,242	,217	
	Фактор ЕСТД	,147	,078	,149	1,892	,061	
	Фактор FCTД	,143	,072	,146	1,990	,049	
	Фактор НСТД	,413	,101	,347	4,109	,000	
	Фактор LCTД	-,103	,079	-,102	-1,294	,198	
	Фактор MCTД	-,049	,076	-,049	-,639	,524	
	Фактор NCTД	-,046	,086	-,043	-,534	,595	
	Фактор OCTД	-,133	,082	-,143	-1,611	,110	
	Фактор Q1CTД	,076	,082	,076	,927	,356	
	Фактор Q4CTД	-,056	,078	-,059	-,713	,478	
	2	(Constant)	2,546	1,333		1,910	,059
Фактор_ССТД		,103	,085	,109	1,216	,227	
Фактор_ЕСТД		,150	,077	,152	1,944	,054	
Фактор_FCTД		,142	,072	,145	1,989	,049	
Фактор_НСТД		,421	,099	,353	4,248	,000	
Фактор_LCTД		-,108	,078	-,107	-1,382	,170	
Фактор_MCTД		-,043	,075	-,043	-,568	,571	
Фактор_OCTД		-,140	,081	-,151	-1,735	,086	
Фактор_Q1CTД		,084	,081	,083	1,041	,300	
Фактор_Q4CTД		-,061	,077	-,065	-,791	,431	
3		(Constant)	2,273	1,239		1,834	,069
		Фактор_ССТД	,108	,084	,114	1,283	,202
	Фактор_ЕСТД	,149	,077	,151	1,940	,055	
	Фактор_FCTД	,144	,071	,147	2,019	,046	
	Фактор_НСТД	,434	,096	,364	4,519	,000	
	Фактор_LCTД	-,105	,078	-,104	-1,350	,180	
	Фактор_OCTД	-,144	,080	-,156	-1,793	,076	
	Фактор_Q1CTД	,075	,079	,075	,951	,343	
	Фактор_Q4CTД	-,060	,077	-,064	-,782	,436	
	4	(Constant)	2,144	1,226		1,749	,083
		Фактор_ССТД	,125	,081	,132	1,538	,127
		Фактор_ЕСТД	,143	,076	,145	1,875	,063
Фактор_FCTД		,139	,071	,142	1,958	,053	

	Фактор_НСТД	,429	,096	,360	4,483	,000
	Фактор_ЛСТД	-,117	,076	-,116	-1,532	,128
	Фактор_ОСТД	-,160	,077	-,173	-2,070	,041
	Фактор_Q1СТД	,069	,078	,068	,878	,382
	(Constant)	2,460	1,171		2,100	,038
	Фактор_ССТД	,131	,081	,138	1,621	,108
	Фактор_ЕСТД	,157	,075	,159	2,111	,037
5	Фактор_ФСТД	,133	,070	,136	1,891	,061
	Фактор_НСТД	,442	,094	,371	4,686	,000
	Фактор_ЛСТД	-,126	,076	-,124	-1,657	,100
	Фактор_ОСТД	-,169	,077	-,182	-2,200	,030
	(Constant)	3,599	,944		3,814	,000
	Фактор_ЕСТД	,168	,075	,170	2,242	,027
	Фактор_ФСТД	,120	,071	,123	1,706	,091
6	Фактор_НСТД	,463	,094	,388	4,912	,000
	Фактор_ЛСТД	-,161	,073	-,159	-2,209	,029
	Фактор_ОСТД	-,222	,070	-,239	-3,161	,002

a. Dependent Variable: СпонтанністьСТД

Табл. В.59

Результати регресійного аналізу (для нереалізованих осіб) (1) для емоційно-оціночного компоненту (глибинні структури Я)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	8,377	,624		13,419	,000
	Дефіцитарна агресіяСТД	,133	,077	,126	1,723	,087
	Деструктивна тривогаСТД	,232	,077	,223	3,018	,003
	Дефіц зовн відм ЯСТД	-,244	,067	-,254	-3,616	,000
	Дестр внутр відм ЯСТД	-,188	,071	-,178	-2,639	,009
	Дефіцитарна сексуальністьСТД	,075	,057	,078	1,335	,183
	Конструктивний_нарцисизмСТД	,195	,055	,205	3,543	,001
2	(Constant)	8,515	,617		13,803	,000
	Дефіцитарна агресіяСТД	,128	,077	,121	1,656	,099
	Деструктивна тривогаСТД	,227	,077	,218	2,949	,004
	Дефіц зовн відм ЯСТД	-,236	,067	-,246	-3,507	,001
	Дестр внутр відм ЯСТД	-,158	,068	-,149	-2,332	,021
	Конструктивний_нарцисизмСТД	,197	,055	,207	3,565	,000

a. Dependent Variable: АутосимпатіяСТД

Табл. В.60

Результати регресійного аналізу (для нереалізованих осіб) (2) для емоційно-оціночного компоненту (глибинні структури Я)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	8,506	,873		9,743	,000
	Дефіцитарна агресіяСТД	,387	,106	,325	3,667	,000
	Дестр зовн відм ЯСТД	-,335	,088	-,304	-3,807	,000
	Констр внутр відм ЯСТД	,146	,077	,131	1,904	,059
	Дефіцитарний нарцисизмСТД	,218	,095	,191	2,301	,023
	Д					
	Дефіцитарна_сексуальністьСТД	,012	,073	,011	,163	,871
2	Деструктивна_тривогаСТД	,165	,090	,141	1,826	,070
	(Constant)	8,531	,858		9,945	,000
	Дефіцитарна агресіяСТД	,387	,105	,325	3,677	,000
	Дестр зовн відм ЯСТД	-,331	,085	-,301	-3,882	,000
	Констр внутр відм ЯСТД	,146	,077	,131	1,908	,058
	Дефіцитарний_нарцисизмСТД	,220	,093	,193	2,351	,020
	Д					
Деструктивна тривогаСТД	,163	,089	,139	1,824	,070	

a. Dependent Variable: СаморозумінняСТД





Табл. В.61

Результати регресійного аналізу (для нереалізованих осіб) (1) для емоційно-оціночного компоненту (ставлення до себе та до змін)

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
	(Constant)	3,354	,565		
	НовизнаСТД	,044	,093	,046	,477
1	ТолерантністьСТД	,092	,092	,098	1,000
	Потреба у пізнанніСТД	-,014	,059	-,016	-,242
	КонтактністьСТД	,489	,059	,541	8,276
	(Constant)	3,293	,506		6,514
	НовизнаСТД	,047	,092	,050	,516
2	ТолерантністьСТД	,087	,090	,093	,974
	КонтактністьСТД	,484	,055	,536	8,753

a. Dependent Variable: АутосимпатіяСТД

Табл. В.62

Результати регресійного аналізу (для нереалізованих осіб) (2) для емоційно-оціночного компоненту (ставлення до себе та до змін)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	1,644	,707		2,325	,021
	НовизнаСТД	,025	,068	,024	,377	,707
	Орієнтація в часіСТД	-,127	,064	-,123	-1,971	,050
	ЦінностіСТД	,080	,088	,076	,907	,366
	Прагнення до творчостіСТД	-,093	,091	-,085	-1,018	,310
	АвтономністьСТД	,546	,091	,496	5,976	,000
	КонтактністьСТД	,053	,091	,052	,576	,566
	Гнучкість у спілкуванніСТД	,047	,096	,043	,486	,627
2	(Constant)	1,448	,477		3,036	,003
	Орієнтація в часіСТД	-,129	,064	-,125	-2,015	,045
	ЦінностіСТД	,083	,088	,079	,948	,344
	Прагнення до творчостіСТД	-,091	,091	-,084	-1,003	,317
	АвтономністьСТД	,550	,091	,500	6,070	,000
	КонтактністьСТД	,056	,091	,055	,621	,535
3	Гнучкість у спілкуванніСТД	,044	,095	,041	,458	,648
	(Constant)	1,482	,470		3,154	,002
	Орієнтація в часіСТД	-,130	,064	-,126	-2,037	,043
	ЦінностіСТД	,091	,086	,086	1,051	,294
	Прагнення до творчостіСТД	-,092	,091	-,085	-1,016	,311
	АвтономністьСТД	,561	,087	,510	6,441	,000
4	КонтактністьСТД	,077	,079	,075	,973	,332
	(Constant)	1,567	,462		3,392	,001
	Орієнтація в часіСТД	-,137	,064	-,133	-2,153	,033
	ЦінностіСТД	,091	,086	,087	1,063	,289
5	Прагнення до творчостіСТД	-,086	,091	-,079	-,952	,342
	АвтономністьСТД	,610	,071	,554	8,567	,000
	(Constant)	1,469	,450		3,263	,001
	Орієнтація в часіСТД	-,134	,063	-,130	-2,118	,035
6	ЦінностіСТД	,040	,067	,038	,601	,549
	АвтономністьСТД	,594	,069	,539	8,597	,000
	(Constant)	1,575	,413		3,811	,000
	Орієнтація в часіСТД	-,143	,062	-,139	-2,319	,021
	АвтономністьСТД	,606	,066	,550	9,206	,000

a. Dependent Variable: СаморозумінняСТД

Табл. В.63

Результати регресійного аналізу (для нерезалізованих осіб) (1) для емоційно-оціночного компоненту (особистісні характеристики)

Coefficients <sup>a</sup>							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.		
	B	Std. Error	Beta				
1	(Constant)	4,765	1,137		4,191	,000	
	Фактор АСТД	,060	,062	,061	,960	,338	
	Фактор ССТД	,179	,065	,208	2,746	,007	
	Фактор ЕСТД	,088	,065	,087	1,366	,174	
	Фактор НСТД	,098	,067	,105	1,464	,145	
	Фактор МСТД	-,131	,056	-,146	-2,345	,020	
	Фактор НСТД	-,187	,057	-,206	-3,305	,001	
	Фактор ОСТД	,135	,063	,143	2,136	,034	
	Фактор_Q1СТД	,149	,062	,143	2,385	,018	
	Фактор_Q3СТД	,050	,065	,048	,767	,444	
	Фактор_Q4СТД	-,041	,057	-,049	-,720	,473	
	2	(Constant)	4,409	1,023		4,312	,000
Фактор АСТД		,058	,062	,059	,926	,355	
Фактор ССТД		,195	,061	,226	3,177	,002	
Фактор ЕСТД		,095	,064	,093	1,477	,141	
Фактор НСТД		,099	,067	,107	1,488	,138	
Фактор МСТД		-,126	,055	-,140	-2,275	,024	
Фактор НСТД		-,187	,057	-,206	-3,314	,001	
Фактор ОСТД		,141	,063	,149	2,247	,026	
Фактор_Q1СТД		,148	,062	,143	2,384	,018	
Фактор_Q3СТД		,054	,065	,052	,829	,408	
3		(Constant)	4,644	,982		4,731	,000
		Фактор АСТД	,058	,062	,060	,940	,348
	Фактор ССТД	,210	,059	,244	3,591	,000	
	Фактор ЕСТД	,094	,064	,092	1,461	,146	
	Фактор НСТД	,094	,066	,101	1,419	,158	
	Фактор МСТД	-,127	,055	-,142	-2,305	,022	
	Фактор НСТД	-,185	,056	-,203	-3,279	,001	
	Фактор ОСТД	,145	,062	,153	2,328	,021	
	Фактор_Q1СТД	,153	,062	,148	2,477	,014	
	4	(Constant)	4,850	,957		5,069	,000
		Фактор ССТД	,214	,058	,248	3,654	,000
		Фактор ЕСТД	,087	,064	,086	1,366	,173

	Фактор_НСТД	,116	,062	,125	1,867	,063
	Фактор_МСТД	-,131	,055	-,147	-2,395	,018
	Фактор_НСТД	-,181	,056	-,199	-3,217	,002
	Фактор_ОСТД	,145	,062	,153	2,317	,022
	Фактор_Q1СТД	,155	,062	,149	2,506	,013
	(Constant)	5,225	,919		5,689	,000
	Фактор_ССТД	,213	,059	,247	3,640	,000
	Фактор_НСТД	,140	,060	,150	2,342	,020
5	Фактор_МСТД	-,135	,055	-,151	-2,462	,015
	Фактор_НСТД	-,184	,056	-,202	-3,265	,001
	Фактор_ОСТД	,154	,062	,162	2,473	,014
	Фактор_Q1СТД	,162	,062	,156	2,623	,009

a. Dependent Variable: АутосимпатіяСТД

Табл. В.64

Результати регресійного аналізу (для нереалізованих осіб) (2) для емоційно-оціночного компоненту (особистісні характеристики)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	4,129	1,285		3,213	,002
	Фактор АСТД	,108	,078	,098	1,383	,168
	Фактор ССТД	,105	,081	,108	1,300	,195
	Фактор ЕСТД	,091	,081	,079	1,116	,266
	Фактор НСТД	,019	,082	,019	,236	,813
	Фактор МСТД	-,142	,070	-,140	-2,029	,044
	Фактор ОСТД	,153	,080	,143	1,919	,057
	Фактор Q1СТД	,210	,078	,180	2,702	,008
	Фактор Q3СТД	,113	,082	,097	1,381	,169
	Фактор Q4СТД	-,080	,072	-,084	-1,117	,265
	(Constant)	4,161	1,274		3,265	,001
2	Фактор_АСТД	,114	,073	,104	1,564	,120
	Фактор_ССТД	,109	,079	,112	1,386	,167
	Фактор_ЕСТД	,097	,077	,085	1,248	,214
	Фактор_МСТД	-,144	,069	-,143	-2,099	,037
	Фактор_ОСТД	,152	,079	,142	1,916	,057
	Фактор_Q1СТД	,212	,078	,181	2,731	,007
	Фактор_Q3СТД	,111	,081	,095	1,367	,173
3	Фактор_Q4СТД	-,081	,072	-,085	-1,128	,261
	(Constant)	3,462	1,115		3,106	,002
	Фактор_АСТД	,111	,073	,101	1,516	,131
	Фактор_ССТД	,141	,073	,145	1,917	,057
	Фактор_ЕСТД	,110	,077	,096	1,432	,154
	Фактор_МСТД	-,135	,068	-,133	-1,971	,050
	Фактор_ОСТД	,163	,079	,153	2,071	,040
4	Фактор_Q1СТД	,211	,078	,181	2,726	,007
	Фактор_Q3СТД	,118	,081	,101	1,458	,147
	(Constant)	4,064	1,035		3,926	,000
	Фактор_АСТД	,110	,073	,100	1,502	,135
	Фактор_ССТД	,151	,073	,155	2,058	,041
	Фактор_МСТД	-,146	,068	-,144	-2,142	,034
	Фактор_ОСТД	,174	,079	,163	2,220	,028
5	Фактор_Q1СТД	,225	,077	,192	2,908	,004
	Фактор_Q3СТД	,111	,081	,096	1,374	,171
	(Constant)	4,552	,975		4,669	,000

	Фактор_АСТД	,108	,074	,098	1,475	,142
	Фактор_ССТД	,179	,071	,184	2,528	,012
	Фактор_МСТД	-,147	,068	-,146	-2,156	,032
	Фактор_ОСТД	,184	,078	,172	2,341	,020
	Фактор_Q1СТД	,233	,077	,199	3,018	,003
	(Constant)	5,105	,903		5,656	,000
	Фактор_ССТД	,192	,070	,198	2,737	,007
6	Фактор_МСТД	-,163	,068	-,161	-2,411	,017
	Фактор_ОСТД	,180	,079	,169	2,293	,023
	Фактор_Q1СТД	,238	,077	,203	3,073	,002

a. Dependent Variable: СаморозумінняСТД

Табл. В.65

Результати регресійного аналізу (для нереалізованих осіб) (2) для поведінкового компоненту (глибинні структури Я)

Coefficients <sup>a</sup>							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.		
	B	Std. Error	Beta				
1	(Constant)	4,892	1,108		4,416	,000	
	Конструктивна агресіяСТД	,060	,082	,058	,726	,469	
	Дефіцитарна агресіяСТД	-,005	,112	-,005	-,048	,961	
	Деструктивна агресіяСТД	,085	,082	,079	1,043	,298	
	Конструктивна тривогаСТД	,082	,081	,080	1,009	,315	
	Деструктивна тривогаСТД	-,104	,101	-,092	-1,026	,306	
	Констр зовн відм ЯСТД	,207	,089	,190	2,315	,022	
	Дестр зовн відм ЯСТД	-,077	,094	-,073	-,826	,410	
	Дефіц зовн відм ЯСТД	-,128	,092	-,122	-1,390	,166	
	Констр внутр відм ЯСТД	-,066	,091	-,061	-,724	,470	
	Дестр внутр відм ЯСТД	-,029	,098	-,025	-,298	,766	
	Дефіц внутр відм ЯСТД	,039	,086	,036	,448	,655	
	Конструктивний_нарцисизмСТД	-,246	,081	-,237	-3,035	,003	
	Деструктивний_нарцисизмСТД	,163	,092	,150	1,778	,077	
	Дефіцитарний_нарцисизмСТД	,016	,093	,014	,172	,864	
	Конструктивна_сексуальністьСТД	,015	,079	,015	,188	,851	
	Дефіцитарна_сексуальністьСТД	-,043	,089	-,041	-,489	,625	
	2	(Constant)	4,879	1,071		4,555	,000
		Конструктивна_агресіяСТД	,060	,081	,058	,739	,461
		Деструктивна_агресіяСТД	,086	,078	,080	1,113	,267
Конструктивна_тривогаСТД		,082	,081	,080	1,013	,312	
Деструктивна_тривогаСТД		-,105	,098	-,093	-1,071	,286	
Констр_зовн_відм_ЯСТД		,207	,089	,190	2,330	,021	
Дестр_зовн_відм_ЯСТД		-,078	,093	-,073	-,843	,400	
Дефіц_зовн_відм_ЯСТД		-,128	,091	-,122	-1,411	,160	
Констр_внутр_відм_ЯСТД		-,065	,090	-,061	-,725	,470	
Дестр_внутр_відм_ЯСТД		-,030	,097	-,026	-,305	,761	
Дефіц_внутр_відм_ЯСТД		,037	,082	,035	,454	,651	

	Конструктивний_нарцисизм СТД	-,247	,081	-,237	-3,047	,003
	Деструктивний_нарцисизмС ТД	,163	,090	,150	1,807	,072
	Дефіцитарний_нарцисизмСТ Д	,015	,090	,014	,166	,868
	Конструктивна_сексуальніст ьСТД	,015	,079	,015	,186	,852
	Дефіцитарна_сексуальністьС ТД	-,043	,088	-,041	-,490	,625
	(Constant)	4,924	1,033		4,764	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,060	,081	,058	,743	,459
	Деструктивна_агресіяСТД	,085	,077	,079	1,106	,270
	Конструктивна_тривогаСТД	,081	,081	,080	1,008	,315
	Деструктивна_тривогаСТД	-,104	,098	-,092	-1,066	,288
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,207	,089	,190	2,331	,021
	Дестр_зовн_відм_ЯСТД	-,075	,090	-,070	-,830	,408
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,126	,089	-,120	-1,406	,161
	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,066	,090	-,061	-,740	,460
3	Дестр_внутр_відм_ЯСТД	-,027	,096	-,024	-,286	,775
	Дефіц_внутр_відм_ЯСТД	,038	,082	,036	,461	,645
	Конструктивний_нарцисизм СТД	-,245	,080	-,236	-3,054	,003
	Деструктивний_нарцисизмС ТД	,162	,090	,149	1,805	,073
	Конструктивна_сексуальніст ьСТД	,015	,079	,015	,187	,852
	Дефіцитарна_сексуальністьС ТД	-,042	,088	-,040	-,481	,631
	(Constant)	4,985	,978		5,099	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,062	,081	,060	,764	,446
	Деструктивна_агресіяСТД	,087	,077	,081	1,132	,259
	Конструктивна_тривогаСТД	,082	,080	,080	1,022	,308
	Деструктивна_тривогаСТД	-,102	,097	-,090	-1,054	,293
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,208	,088	,191	2,364	,019
	Дестр_зовн_відм_ЯСТД	-,073	,089	-,068	-,818	,415
4	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,126	,089	-,121	-1,417	,158
	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,064	,088	-,059	-,721	,472
	Дестр_внутр_відм_ЯСТД	-,028	,096	-,024	-,291	,771
	Дефіц_внутр_відм_ЯСТД	,039	,082	,037	,478	,633
	Конструктивний_нарцисизм СТД	-,246	,080	-,237	-3,079	,002
	Деструктивний_нарцисизмС ТД	,162	,090	,149	1,804	,073

	Дефіцитарна_сексуальністьС	-,052	,071	-,049	-,727	,468
	ТД					
	(Constant)	4,922	,951		5,174	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,059	,080	,057	,741	,460
	Деструктивна_агресіяСТД	,085	,076	,079	1,114	,267
	Конструктивна_тривогаСТД	,086	,079	,084	1,096	,274
	Деструктивна_тривогаСТД	-,105	,096	-,093	-1,095	,275
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,208	,088	,191	2,369	,019
	Дестр_зовн_відм_ЯСТД	-,082	,083	-,077	-,985	,326
5	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,126	,089	-,121	-1,421	,157
	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,062	,088	-,057	-,702	,483
	Дефіц_внутр_відм_ЯСТД	,037	,081	,035	,460	,646
	Конструктивний_нарцисизм	-,248	,080	-,239	-3,117	,002
	СТД					
	Деструктивний_нарцисизмС	,162	,089	,149	1,813	,072
	ТД					
	Дефіцитарна_сексуальністьС	-,057	,069	-,054	-,819	,414
	ТД					
	(Constant)	4,941	,948		5,211	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,059	,080	,057	,744	,458
	Деструктивна_агресіяСТД	,092	,074	,086	1,242	,216
	Конструктивна_тривогаСТД	,090	,078	,088	1,156	,249
	Деструктивна_тривогаСТД	-,096	,094	-,085	-1,024	,307
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,204	,087	,187	2,341	,020
	Дестр_зовн_відм_ЯСТД	-,082	,083	-,077	-,986	,325
6	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,120	,088	-,115	-1,371	,172
	Констр_внутр_відм_ЯСТД	-,064	,087	-,059	-,727	,468
	Конструктивний_нарцисизм	-,252	,079	-,242	-3,188	,002
	СТД					
	Деструктивний_нарцисизмС	,153	,087	,140	1,758	,080
	ТД					
	Дефіцитарна_сексуальністьС	-,057	,069	-,054	-,821	,413
	ТД					
	(Constant)	4,694	,884		5,310	,000
	Конструктивна_агресіяСТД	,045	,077	,044	,582	,561
	Деструктивна_агресіяСТД	,103	,073	,095	1,415	,159
	Конструктивна_тривогаСТД	,084	,078	,082	1,077	,283
	Деструктивна_тривогаСТД	-,098	,094	-,086	-1,047	,297
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,185	,083	,170	2,228	,027
	Дестр_зовн_відм_ЯСТД	-,074	,082	-,069	-,897	,371
7	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,112	,087	-,107	-1,290	,199
	Конструктивний_нарцисизм	-,250	,079	-,241	-3,174	,002
	СТД					
	Деструктивний_нарцисизмС	,156	,087	,143	1,802	,073
	ТД					

	Дефіцитарна_сексуальністьС	-,054	,069	-,051	-,783	,434
	ТД					
	(Constant)	4,721	,881		5,358	,000
	Деструктивна_агресіяСТД	,103	,073	,095	1,414	,159
	Конструктивна_тривогаСТД	,094	,075	,092	1,243	,216
	Деструктивна_тривогаСТД	-,105	,093	-,092	-1,128	,261
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,196	,081	,180	2,418	,017
	Дестр_зовн_відм_ЯСТД	-,074	,082	-,070	-,904	,367
8	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,104	,086	-,100	-1,216	,225
	Конструктивний_нарцисизм	-,265	,074	-,255	-3,570	,000
	СТД					
	Деструктивний_нарцисизмС	,152	,086	,139	1,762	,080
	ТД					
	Дефіцитарна_сексуальністьС	-,054	,069	-,051	-,790	,430
	ТД					
	(Constant)	4,621	,871		5,304	,000
	Деструктивна_агресіяСТД	,105	,072	,097	1,447	,150
	Конструктивна_тривогаСТД	,096	,075	,094	1,274	,204
	Деструктивна_тривогаСТД	-,112	,092	-,099	-1,215	,226
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,192	,081	,176	2,378	,018
9	Дестр_зовн_відм_ЯСТД	-,088	,080	-,083	-1,102	,272
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,108	,086	-,103	-1,266	,207
	Конструктивний_нарцисизм	-,265	,074	-,255	-3,577	,000
	СТД					
	Деструктивний_нарцисизмС	,162	,085	,149	1,905	,058
	ТД					
	(Constant)	4,317	,827		5,221	,000
	Деструктивна_агресіяСТД	,111	,072	,103	1,534	,127
	Конструктивна_тривогаСТД	,096	,075	,094	1,281	,202
	Деструктивна_тривогаСТД	-,115	,092	-,101	-1,245	,215
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,199	,081	,182	2,471	,014
10	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,123	,085	-,117	-1,454	,148
	Конструктивний_нарцисизм	-,279	,073	-,268	-3,804	,000
	СТД					
	Деструктивний_нарцисизмС	,204	,076	,187	2,669	,008
	ТД					
	(Constant)	3,883	,751		5,171	,000
	Деструктивна_агресіяСТД	,090	,070	,084	1,284	,201
	Конструктивна_тривогаСТД	,112	,074	,109	1,501	,135
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,200	,081	,183	2,481	,014
11	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,166	,077	-,159	-2,158	,032
	Конструктивний_нарцисизм	-,297	,072	-,286	-4,137	,000
	СТД					
	Деструктивний_нарцисизмС	,213	,076	,196	2,810	,005
	ТД					

	(Constant)	4,151	,723		5,743	,000
	Конструктивна_тривогаСТД	,120	,074	,117	1,613	,108
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,186	,080	,170	2,322	,021
12	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,144	,075	-,137	-1,910	,058
	Конструктивний_нарцисизм СТД	-,300	,072	-,289	-4,178	,000
	Деструктивний_нарцисизмС ТД	,189	,074	,174	2,567	,011
	(Constant)	4,362	,714		6,111	,000
	Констр_зовн_відм_ЯСТД	,232	,075	,213	3,086	,002
	Дефіц_зовн_відм_ЯСТД	-,148	,075	-,141	-1,956	,052
13	Конструктивний_нарцисизм СТД	-,342	,067	-,329	-5,072	,000
	Деструктивний_нарцисизмС ТД	,192	,074	,177	2,600	,010

a. Dependent Variable: СпонтанністьСТД

Табл. В.66

Результати регресійного аналізу (для нереалізованих осіб) (2) для поведінкового компоненту (ставлення до себе та до змін)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	,533	,631		,844	,400
	НовизнаСТД	,009	,087	,008	,098	,922
	ТолерантністьСТД	,017	,086	,017	,199	,843
	Орієнтація в часіСТД	-,054	,057	-,054	-,956	,341
	ЦінностіСТД	,080	,074	,078	1,078	,282
	Потреба у пізнанніСТД	,000	,059	,000	-,008	,994
	Прагнення до творчостіСТД	,033	,077	,031	,426	,671
	АутосимпатіяСТД	,506	,073	,463	6,905	,000
	КонтактністьСТД	,351	,076	,356	4,596	,000
	Гнучкість у спілкуванніСТД	-,026	,077	-,025	-,342	,733
	(Constant)	,532	,616		,863	,390
2	НовизнаСТД	,008	,086	,008	,099	,922
	ТолерантністьСТД	,017	,085	,017	,202	,840
	Орієнтація_в_часіСТД	-,054	,055	-,054	-,996	,320
	ЦінностіСТД	,080	,074	,078	1,081	,281
	Прагнення_до_творчостіСТД	,033	,075	,031	,434	,665
	АутосимпатіяСТД	,506	,072	,463	7,003	,000
3	КонтактністьСТД	,351	,075	,355	4,695	,000
	Гнучкість_у_спілкуванніСТД	-,027	,077	-,026	-,345	,731
	(Constant)	,544	,602		,905	,367
	ТолерантністьСТД	,024	,055	,023	,428	,670
	Орієнтація_в_часіСТД	-,054	,054	-,054	-,997	,320
	ЦінностіСТД	,080	,074	,078	1,088	,278
4	Прагнення_до_творчостіСТД	,032	,075	,031	,433	,666
	АутосимпатіяСТД	,506	,072	,463	7,029	,000
	КонтактністьСТД	,350	,074	,355	4,722	,000
	Гнучкість_у_спілкуванніСТД	-,026	,076	-,025	-,339	,735
	(Constant)	,523	,597		,876	,382
	ТолерантністьСТД	,023	,055	,023	,424	,672
5	Орієнтація_в_часіСТД	-,054	,054	-,054	-1,005	,316
	ЦінностіСТД	,076	,072	,074	1,048	,296
	Прагнення_до_творчостіСТД	,032	,075	,030	,431	,667
	АутосимпатіяСТД	,502	,071	,460	7,065	,000
	КонтактністьСТД	,336	,061	,340	5,509	,000
(Constant)	,715	,386		1,850	,066	

	Орієнтація_в_часіСТД	-,057	,054	-,057	-1,062	,289
	ЦінностіСТД	,072	,072	,070	1,001	,318
	Прагнення_до_творчостіСТД	,030	,074	,029	,408	,684
	АутосимпатіяСТД	,501	,071	,458	7,068	,000
	КонтактністьСТД	,334	,061	,338	5,505	,000
	(Constant)	,750	,376		1,995	,047
6	Орієнтація_в_часіСТД	-,057	,054	-,057	-1,057	,292
	ЦінностіСТД	,090	,056	,088	1,598	,112
	АутосимпатіяСТД	,503	,070	,460	7,142	,000
	КонтактністьСТД	,337	,060	,342	5,622	,000
	(Constant)	,617	,354		1,741	,083
7	ЦінностіСТД	,080	,055	,078	1,440	,151
	АутосимпатіяСТД	,488	,069	,446	7,074	,000
	КонтактністьСТД	,335	,060	,339	5,588	,000
	(Constant)	,848	,317		2,678	,008
8	ЦінностіСТД	,516	,066	,472	7,782	,000
	КонтактністьСТД	,342	,060	,347	5,716	,000

a. Dependent Variable: СпонтанністьСТД

Табл. В.67

Результати регресійного аналізу (для нереалізованих осіб) (2) для поведінкового компоненту (особистісні характеристики)

Coefficients <sup>a</sup>							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.		
	B	Std. Error	Beta				
1	(Constant)	2,542	1,351		1,882	,061	
	Фактор АСТД	,174	,078	,163	2,219	,028	
	Фактор ССТД	,195	,078	,207	2,518	,013	
	Фактор ЕСТД	,079	,080	,071	,983	,327	
	Фактор FСТД	,043	,073	,043	,595	,553	
	Фактор НСТД	,117	,083	,115	1,400	,163	
	Фактор МСТД	-,050	,068	-,051	-,729	,467	
	Фактор NСТД	-,071	,069	-,071	-1,021	,309	
	Фактор ОСТД	-,025	,077	-,024	-,326	,745	
	Фактор Q1СТД	,127	,077	,112	1,653	,100	
	Фактор Q4СТД	-,040	,070	-,043	-,569	,570	
	2	(Constant)	2,367	1,236		1,915	,057
Фактор_АСТД		,173	,078	,162	2,222	,028	
Фактор_ССТД		,203	,074	,216	2,758	,006	
Фактор_ЕСТД		,081	,080	,073	1,016	,311	
Фактор_FСТД		,044	,073	,043	,602	,548	
Фактор_НСТД		,115	,083	,114	1,391	,166	
Фактор_МСТД		-,054	,067	-,055	-,796	,427	
Фактор_NСТД		-,070	,069	-,071	-1,013	,312	
Фактор_Q1СТД		,130	,076	,114	1,712	,089	
Фактор_Q4СТД		-,043	,069	-,046	-,619	,536	
3		(Constant)	2,479	1,220		2,032	,044
		Фактор_АСТД	,184	,076	,172	2,418	,017
	Фактор_ССТД	,201	,073	,213	2,732	,007	
	Фактор_ЕСТД	,087	,079	,079	1,111	,268	
	Фактор_НСТД	,126	,081	,124	1,552	,122	
	Фактор_МСТД	-,051	,067	-,052	-,755	,451	
	Фактор_NСТД	-,072	,069	-,073	-1,049	,295	
	Фактор_Q1СТД	,124	,075	,110	1,654	,100	
	Фактор_Q4СТД	-,039	,069	-,042	-,570	,570	
	4	(Constant)	2,109	1,031		2,046	,042
		Фактор_АСТД	,182	,076	,170	2,396	,018
		Фактор_ССТД	,219	,066	,232	3,315	,001
Фактор_ЕСТД		,094	,078	,085	1,208	,229	

	Фактор_НСТД	,127	,081	,125	1,565	,119
	Фактор_МСТД	-,047	,067	-,048	-,700	,485
	Фактор_НСТД	-,072	,069	-,073	-1,050	,295
	Фактор_Q1СТД	,125	,075	,110	1,669	,097
	(Constant)	1,696	,844		2,010	,046
	Фактор_АСТД	,186	,075	,174	2,468	,015
	Фактор_ССТД	,223	,066	,236	3,396	,001
5	Фактор_ЕСТД	,098	,077	,089	1,268	,206
	Фактор_НСТД	,136	,080	,134	1,704	,090
	Фактор_НСТД	-,068	,068	-,068	-,992	,322
	Фактор_Q1СТД	,126	,075	,111	1,682	,094
	(Constant)	1,143	,633		1,806	,073
	Фактор_АСТД	,180	,075	,168	2,392	,018
	Фактор_ССТД	,236	,064	,250	3,659	,000
6	Фактор_ЕСТД	,100	,077	,090	1,288	,199
	Фактор_НСТД	,150	,078	,148	1,917	,057
	Фактор_Q1СТД	,134	,074	,118	1,800	,073
	(Constant)	1,456	,585		2,489	,014
	Фактор_АСТД	,169	,075	,158	2,263	,025
7	Фактор_ССТД	,240	,064	,255	3,735	,000
	Фактор_НСТД	,183	,074	,180	2,467	,015
	Фактор_Q1СТД	,144	,074	,127	1,943	,054

a. Dependent Variable: СпонтанністьСТД

**Табл. В.68**

Показники вимірювання рівня толерантності до невизначеності до та після тренінгу

**Paired Samples Test**

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	Толерантність СТД -	-,10993	2,66327	,15078	-1,39603	-,80269	-7,291	311	,000
Pair 2	Інтолерантність СТД -	,76923	2,72383	,15421	,46581	1,07265	4,988	311	,000