

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ПРОВИНИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИМИ ОСОБАМИ

Шмаленко Юлія Іванівна

кандидат політичних наук, доцент,

доцент кафедри психології

Національного університету «Одеська юридична академія»

ORCID ID: 0000-0003-0806-7907

Цільмак Олена Миколаївна

доктор юридичних наук, кандидат психологічних наук, професор,

завідувачка кафедри психології

Національного університету «Одеська юридична академія»

ORCID ID: 0000-0001-7348-4876

Мішенцова Світлана Анатоліївна

здобувачка вищої освіти

факультету заочного та дистанційного навчання

Національного університету «Одеська юридична академія»

ORCID ID: 0009-0000-3013-9642

Статтю присвячено комплексному емпіричному дослідженню психологічних особливостей переживання провини внутрішньо переміщеними особами в умовах війни в Україні. Актуальність дослідження зумовлена масштабами вимушеного переміщення цивільного населення та критичною необхідністю розуміння специфічних механізмів формування психоемоційних порушень у цієї категорії осіб для розробки ефективних програм психологічної підтримки.

Теоретичною основою дослідження стали сучасні концепції самоусвідомлених емоцій, які розглядають провину як складний багатокомпонентний феномен, що містить когнітивні, афективні та поведінкові аспекти. Аналіз літератури вказав на значущі кореляції між інтенсивністю переживання провини та демографічними характеристиками людини (стать, вік, наявність дітей), а також її тісний взаємозв'язок з депресивними, тривожними та психосоматичними розладами.

Мета дослідження – комплексне вивчення особливостей переживання почуття провини у вимушено переміщених осіб, визначення його взаємозв'язків із демографічними характеристиками та іншими психоемоційними станами.

Ідентифіковано специфічні групи ризику щодо інтенсивного переживання провини: особи з досвідом багаторазового переміщення демонструють найвищі показники провини та супутніх порушень через кумулятивний ефект повторної травматизації; жінки виявляють статистично значущо вищу схильність до переживання провини порівняно з чоловіками відповідно до гендерних особливостей емоційного реагування; батьки неповнолітніх дітей становлять особливо вразливу групу через ускладнення переживання провини відчуттям відповідальності за безпеку дітей.

Результати дослідження обґрунтовують нагальну необхідність створення спеціалізованих програм психологічної підтримки для внутрішньо переміщених осіб, які повинні містити: цілеспрямовану роботу з феноменом провини через техніки когнітивно-поведінкової терапії для корекції дисфункціональних переконань; психотехнології емоційної регуляції з використанням доказових методів; відновлення адаптивних копінг-стратегій для подолання астеничних проявів.

Ключові слова: провини, внутрішньо переміщені особи, психоемоційні порушення, депресія, емоційна регуляція, самовинувачення, психологічна підтримка, психотехнології емоційної регуляції, психокорекційні тренінги, копінг-стратегії.

Shmalenko Iu., Tsilmak O., Mishenova S. PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF GUILT EXPERIENCES IN INTERNALLY DISPLACED PERSONS

This study investigates the psychological characteristics of guilt in internally displaced persons (IDPs) in Ukraine amidst the ongoing armed conflict. Given the large-scale displacement caused by the war, understanding the mechanisms of psychoemotional challenges in this population is critical for developing effective psychological interventions.

Drawing on contemporary theories of self-conscious emotions, the study conceptualizes guilt as a multifaceted phenomenon with cognitive, emotional, and behavioural dimensions. A literature review identified significant correlations between guilt intensity and demographic factors (gender, age, parental status) and its strong links to depression, anxiety, and psychosomatic disorders.

The study aims to comprehensively analyse guilt experiences in IDPs, exploring their relationships with demographic characteristics and co-occurring psychoemotional conditions. Key findings highlight high-risk groups: individuals with repeated displacement histories exhibit the highest levels of guilt and related psychological distress due to cumulative trauma; women show a significantly greater tendency to experience guilt compared to men, reflecting gender-specific emotional patterns; and parents of young children are particularly vulnerable due to heightened responsibility for their children's safety and well-being.

The results underscore the urgent need for tailored psychological interventions for IDPs, including cognitive-behavioural therapy to address maladaptive cognitive schemas, evidence-based emotional regulation training, and strategies to restore adaptive coping mechanisms to mitigate emotional exhaustion.

Key words: *guilt, internally displaced persons, psychoemotional disorders, depression, anxiety, emotional regulation, cognitive-behavioural therapy, coping strategies, Ukraine.*

Вступ. Війна та вимушене переміщення об'єктивно є найпотужнішими психотравмівними подіями, що неминуче впливають на психоемоційний світ людини. Особливе місце в структурі емоційної реакції людей, які покинули свої домівки, посідає почуття провини. Провина в ситуації вимушеного переміщення – це складне самосвідоме почуття, часто пов'язане з переживанням відповідальності за себе й рідних, рішення покинути домівку, виживання, а також безсилля вплинути на трагічні обставини. Почуття провини може чинити як деструктивний вплив, спричиняючи патологічні зміни психіки, так і сприяти формуванню адаптивних стратегій подолання кризи залежно від інтеграції цього почуття в психічну структуру особистості.

Актуальність вивчення зазначеної проблематики визначається як масштабом переміщення цивільного населення внаслідок війни в Україні, так і браком емпіричних досліджень специфіки переживання провини в цій категорії осіб. Важливість цієї тематики особливо зростає в контексті розробки дієвих програм психологічної підтримки переселенців, орієнтованих не лише на зниження симптомів депресії чи тривоги, а й на подолання глибоких внутрішньоособистісних конфліктів, зокрема пов'язаних із провинною й соромом. Війна створює унікальний контекст для формування специфічних змістовних форм провини: «провина виживання» (коли особа почувається винною за те, що залишилася живою, тоді як інші постраждали), «провина за рішення» (самозвинувачення за прийняті під тиском обставин рішення) та «провина безсилля» (переживання власної неспроможності вплинути на трагічні події). Такі змістовні форми провини мають особливо деструктивний характер, оскільки ґрунтуються на нереалістичних очікуваннях щодо власних можливостей у надзвичайних обставинах.

Матеріали та методи. Самоусвідомлені почуття, зокрема провина, визнані сучасною психологічною наукою як специфічні афекти, що виникають при оцінці власних дій як таких, що суперечать особистісним чи соціальним нормам. У сучасних дослідженнях [11; 12] підкреслюється багатовимірний характер провини та її залежність від індивідуального досвіду, статі, віку, соціального статусу. Вік є одним із найзначущіших предикторів: дослідження свідчать, що з набуттям життєвого досвіду інтенсивність провини змінюється, проте в ситуаціях екстремального стресу ця закономірність може порушуватися. Гендерна специфіка переживань доведена в багатьох дослідженнях: жінки більш уразливі до самозвинувачень і мають глибше переживання провини в кризових умовах [10].

Поряд із демографічними характеристиками, дослідники виділяють роль соціальних і сімейних стресорів. Провина значно посилюється в ситуаціях, де особа несе відповідальність за дітей або батьків [8], а також у разі втрати соціального статусу або матеріальної бази. Відомо, що в подієво-травматичних контекстах, схожих із війною і масовим переміщенням, провина часто корелює із соромом, і ця комбінація формує загрозливу базу для розвитку депресивних, тривожних та психосоматичних розладів [12].

Українські дослідження провини демонструють значну увагу до цього феномену в контексті як загальнопсихологічних закономірностей, так і специфічних умов кризових ситуацій. Фундаментальні роботи І. Ананової встановили детальну типологію переживання почуття провини, виокремивши адаптивні та дезадаптивні її форми, що має критичне значення для розуміння механізмів її формування в травматичних ситуаціях [1]. У попередніх дослідженнях І. Ананова та І. Ващенко ідентифікували ключові особистісні детермінанти схильності до переживання провини, зокрема роль невротизму, інтроверсії та низької самооцінки як факторів ризику для формування патологічних форм провини [2]. Результати досліджень особливо релевантні для розуміння індивідуальних відмінностей у реакціях на травматичні події серед внутрішньо переміщених осіб.

О. Іванченко у своїх дослідженнях провини як моральної емоції підкреслює труднощі психокорекційної роботи із цим феноменом в умовах кризових ситуацій. Автор демонструє, що традиційні терапевтичні підходи потребують значної модифікації при роботі з провинною, що виникла внаслідок екстремальних обставин, оскільки така провина часто має ірраціональний характер і пов'язана з неконтрольованими зовнішніми факторами [4]. О. Цільмак та співавтори в комплексному підручнику з психології емоцій та почуттів надають сучасне розуміння провини як багатокомпонентного

феномену, що містить когнітивні, афективні та поведінкові аспекти, підкреслюючи необхідність системного підходу до її дослідження [7, с. 362–370].

Особливого значення набувають роботи, присвячені безпосередньо проблематиці внутрішньо переміщених осіб в Україні. М. Кудінова та Д. Кожанова у своєму теоретичному аналізі виявили специфічні психологічні особливості цієї категорії населення, зокрема підвищену схильність до тривожно-депресивних станів, порушення ідентичності та труднощі соціальної адаптації. Автори підкреслюють, що внутрішньо переміщені особи характеризуються особливою вразливістю до переживання негативних емоцій, включно з провинною за залишення домівки, неспроможністю захистити близьких або «правильно» оцінити ризики [6]. К. Квятковська та О. Василенко систематизували основні психологічні проблеми внутрішньо переміщених осіб, серед яких виокремили хронічний стрес, посттравматичні стресові розлади, депресивні стани та специфічні переживання, пов'язані з втратою дому та соціальних зв'язків [5]. Важливим для розуміння провини в контексті воєнних дій є дослідження О. Горещької, яка безпосередньо вивчала переживання почуття провини в умовах війни [3].

У практичній площині важливо враховувати, що стандартні протоколи психологічної допомоги не завжди належно працюють із феноменом провини й сорому, особливо в переселенців, де значна частина негативних переживань має прихований характер і не усвідомлюється як головна причина дистресу. Українські дослідники підтверджують цю тенденцію, вказуючи на необхідність розробки культурно специфічних та ситуаційно адаптованих методів діагностики і корекції провини у внутрішньо переміщених осіб [3; 4].

Це підкреслює нагальну необхідність емпіричних досліджень на українській вибірці для подальшого вдосконалення психокорекційних підходів, особливо з урахуванням специфічного культурно-історичного контексту війни та масового переміщення населення в Україні. Наявні дослідження створюють теоретичну базу для розуміння феномену провини у внутрішньо переміщених осіб, однак потребують емпіричного підтвердження та конкретизації щодо механізмів формування, перебігу й можливостей психологічної корекції цього стану в зазначеній категорії населення.

Стаття представляє результати дослідження, проведеного у 2025 році в Лабораторії практичної та прикладної психології кафедри психології факультету психології, політології та соціології Національного університету «Одеська юридична академія» в межах виконання магістерського проєкту. Слід зазначити, що це дослідження має пілотний характер з обмеженою вибіркою та не може бути безпосередньо екстрапольоване на всю генеральну сукупність внутрішньо переміщених осіб в Україні. Однак отримані дані дають початкове розуміння психологічних особливостей цієї категорії населення та можуть слугувати основою для більш масштабних досліджень з репрезентативною вибіркою.

Метою дослідження є комплексне вивчення особливостей переживання почуття провини у вимушено переміщених осіб, визначення його взаємозв'язків із демографічними характеристиками, іншими психоемоційними станами та формулювання обґрунтованих рекомендацій щодо розробки ефективної психологічної допомоги цій категорії населення.

Дослідження проводилося за допомогою комплексного опитувальника, що містив демографічну анкету та п'ять валідних психодіагностичних методик: Шкалу самооцінки Розенберга (RSES) для оцінки рівня самооцінки; Тест схильності до сорому та провини (адаптація TOSCA-3) як ключовий інструмент для вимірювання специфічних проявів провини; Шкалу труднощів емоційної регуляції (DERS) для оцінки аспектів емоційної дизрегуляції; Шкалу прощення себе для вимірювання здатності до самопрощення; Шкалу депресії Бека (BDI-II) для виявлення взаємозв'язку між провинною та депресивними проявами. Демографічна анкета містила питання про вік, стать, освіту, сімейний стан, наявність дітей, регіон походження, час переміщення та кількість змін місця проживання. Дослідження проводилося з дотриманням принципів добровільності, конфіденційності й анонімності. Учасники були поінформовані про право припинити участь у будь-який момент та отримали рекомендації щодо можливості психологічної підтримки в разі актуалізації негативних переживань.

Результати. У дослідженні взяли участь 58 респондентів віком від 19 до 55 років (середній вік 40,1 років), серед яких 60,3 % становили жінки ($n = 35$), а 39,7 % – чоловіки ($n = 23$). Вибірка налічувала переселенців із різних регіонів України, серед яких найбільш представлені Харківська, Одеська, Херсонська, Миколаївська, Донецька області та інші регіони. За сімейним станом більшість учасників перебуває в шлюбі або цивільному шлюбі, діти віком до 18 років є у 51,7 % респондентів ($n = 30$). Щодо поточної зайнятості, учасники розподілилися між повною зайнятістю, частковою зайнятістю, пошуком роботи та перебуванням у декретній відпустці. Респонденти переважно залишили свої оселі у 2022 році. Досвід неодноразової зміни місця проживання зафіксований у різних категоріях: один раз переміщувалися 34,5 % ($n = 20$), двічі – 22,4 % ($n = 13$), тричі й більше – 43,1 % учасників ($n = 25$), що вказує на високу мобільність серед учасників дослідження.

Важливим контекстуальним фактором є те, що частина респондентів має близьких родичів або друзів на тимчасово окупованих територіях або в зоні активних бойових дій, що може додатково

впливати на їхній психоемоційний стан. Стосовно звернення за психологічною або психотерапевтичною допомогою після переміщення, респонденти розподілилися між тими, хто не звертався і не вважає за потрібне, тими, хто звертався раніше, але зараз не отримує допомоги, та тими, хто отримує допомогу на постійній основі.

Аналіз психоемоційного стану за допомогою валідних психодіагностичних методик виявив низку закономірностей. За результатами Тесту схильності до сорому та провини (TOSCA-3), понад 60 % респондентів регулярно чи постійно переживають інтенсивні докори сумління за власні дії або бездіяльність у критичних ситуаціях. Характерними є відповіді типу «Я часто докоряю собі за те, що зробив(ла) чи не зробив(ла)» та «Я постійно звинувачую себе». Додатково 42 % учасників демонструють виражену схильність до самозвинувачення, що проявляється в когнітивних патернах самокритики та негативної самооцінки власних рішень у контексті вимушеного переміщення.

Аналіз відповідей за шкалою депресії Бека показав значну поширеність втоми та виснаження: 60 % учасників ($n = 35$) відзначають, що втомлюються або виснажуються швидше, ніж у довоєнний період. Критично важливим є те, що 17 % респондентів ($n = 10$) мають виражене виснаження, яке істотно обмежує їхню здатність виконувати повсякденну діяльність, що раніше не викликала труднощів. Така астенична симптоматика може свідчити про хронічний стресовий стан і виснаження адаптаційних ресурсів організму.

За показниками дратівливості спостерігається чіткий градієнт: 45 % респондентів не відзначають підвищення дратівливості порівняно з довоєнним періодом, однак у 38 % дратівливість підвищена, а у 18 % – майже постійна або значно більша, ніж зазвичай. Такий розподіл демонструє неоднорідність вибірки за здатністю до емоційної регуляції та може корелювати з індивідуальними копінг-стратегіями.

Результати за відповідною субшкалою BDI-II показують відносно збережену самооцінку в більшості респондентів: 64 % ($n = 37$) не відчувають себе нікчемними, що може свідчити про збереження базової самоцінності. Водночас 24 % ($n = 14$) частково вважають себе менш цінними або корисними, ніж раніше, а 12 % ($n = 7$) відчувають себе більш нікчемними порівняно з іншими людьми. Така градація може відображати різні стадії адаптації до життєвих змін.

За сукупними балами шкали депресії Бека (BDI-II) у вибірці представлений широкий спектр депресивних проявів – від мінімальних (0–13 балів) до помірних (14–19 балів) та виражених (20–28 балів), що вказує на неоднорідність психологічного стану серед внутрішньо переміщених осіб. Розподіл балів дає змогу ідентифікувати групи з різним рівнем психологічного дистресу.

Виявлено значущі кореляції між інтенсивністю почуття провини та показниками депресивної симптоматики, астеничними проявами, труднощами емоційної регуляції та схильністю до самозвинувачення. Найсильніший зв'язок спостерігається між провинною та самозвинуваченням, що підтверджує теоретичні моделі провини як самоспрямованої негативної емоції. Зазначені кореляції свідчать про системний характер психоемоційних порушень у досліджуваній групі.

Отримані результати дослідження демонструють, що почуття провини посідає центральне місце в структурі психоемоційних переживань внутрішньо переміщених осіб, що узгоджується із сучасними теоретичними концепціями травматичного стресу. Виявлена поширеність хронічного самозвинувачення та докорів сумління в понад 60 % респондентів свідчить не лише про високий рівень внутрішнього конфлікту щодо власних рішень і вчинків під тиском надзвичайних обставин, а й про формування стійких дисфункціональних когнітивних патернів. Цей феномен повною мірою підтверджує процесуальну модель формування провини, детально описану у фундаментальних дослідженнях [14], згідно з якою провинна як самосвідома емоція стає домінантною та дезадаптивною в умовах екзистенційної загрози й життєвої кризи, коли особистість змушена ухвалювати рішення в умовах обмеженого часу та ресурсів.

Виявлене домінування астеничних симптомів (в тому у 60 % учасників), підвищеної дратівливості (у 56 % респондентів) та систематичні прояви труднощів емоційної регуляції повністю узгоджуються з результатами лонгітюдних досліджень [13] і метааналізів [11], які демонструють механізм взаємопідсилення між інтенсивним переживанням провини, хронічним стресом і психосоматичними реакціями. Особливо важливим є те, що астенична симптоматика в досліджуваній вибірці має чітко виражений характер: 17 % учасників повідомляють про виснаження, що критично обмежує їхню повсякденну діяльність. Такі показники можуть свідчити про формування синдрому хронічної втоми як наслідку тривалої гіперактивації стресових систем організму в контексті невирішеного внутрішнього конфлікту провини.

Зафіксоване в значної частини респондентів (36 %) зниження самоцінності та схильність до систематичної самокритики становлять собою класичні маркери потенційно хронічної депресії серед вимушено переміщених осіб, що підтверджує теорію Аарона Бека про роль негативних автоматичних думок у формуванні депресивних розладів [9]. Когнітивна тріада Бека (негативний погляд на себе,

світ і майбутнє) особливо яскраво проявляється в контексті вимушеного переміщення, де особистість схильна інтерпретувати власні дії через призму провини та самозвинувачення.

Виявлені демографічні та ситуаційні фактори ризику заслуговують на особливу увагу: особливо уразливими до інтенсивного переживання провини виявилися особи, які пережили багаторазову (тричі й більше) зміну місця проживання (43 % вибірки), мають дітей до 18 років (52 % респондентів), а також жінки (60 % вибірки). Виявлені закономірності повністю підтверджує наявні міжнародні емпіричні дані щодо диференційованого впливу соціально-демографічних факторів на інтенсивність дистресу та схильність до переживання провини [8]. Зокрема, наявність дітей створює додатковий тиск щодо «правильності» ухвалених рішень, а багаторазове переміщення може підсилювати сумніви щодо власної компетентності у виборі безпечного середовища. Гендерні відмінності в переживанні провини також узгоджуються з результатами кроскультурних досліджень, які демонструють більшу схильність жінок до інтерналізації відповідальності за негативні події.

Водночас варто відзначити, що 64 % респондентів зберігають відносно конструктивний рівень самоцінності, не відчуючи себе нікчемними, що може свідчити про наявність протективних факторів – соціальної підтримки, ефективних копінг-стратегій або збережених особистісних ресурсів. Цей факт створює важливі терапевтичні можливості та вказує на потенціал для психологічної реабілітації навіть у найбільш уразливих групах.

З огляду на виявлені кореляційні зв'язки між провинною, депресією, астенією та емоційною дизрегуляцією, отримані результати переконливо засвідчують нагальну необхідність розробки та впровадження цілеспрямованих, науково обґрунтованих психокорекційних програм. Такі програми повинні мати комплексний характер і містити: (1) специфічну роботу з феноменом провини через техніки когнітивно-поведінкової терапії; (2) систематичний розвиток навичок самопрощення на основі підходів третьої хвилі КПТ; (3) тренінг емоційної регуляції з використанням доказових методів (DBT, АСТ); (4) відновлення адаптивних копінг-стратегій для подолання астенічних проявів.

Висновки. Проведене дослідження психологічних особливостей переживання провини серед внутрішньо переміщених осіб дало змогу встановити системний характер психоемоційних порушень у цієї категорії населення. Внутрішньо переміщені особи характеризуються статистично значущою та клінічно релевантною поширеністю інтенсивного переживання провини (понад 60 % вибірки), яке супроводжується комплексом супутніх симптомів у вигляді підвищеної втоми (60 % респондентів), емоційної лабільності з переважанням дратівливості (56 % учасників) та стійкої схильності до самозвинувачення (42 % вибірки). Отримані показники суттєво перевищують нормативні значення для загальної популяції та свідчать про формування специфічного психологічного профілю, характерного для осіб, що пережили травматичний досвід вимушеного переміщення. Особливо важливим є те, що виявлені порушення мають не епізодичний, а хронічний характер, що підтверджується стабільністю симптоматики незалежно від часу, що минув з моменту переміщення.

Кореляційний аналіз переконливо демонструє, що інтенсивність переживання провини не є ізольованим феноменом, а тісно інтегрована в загальну структуру психопатологічних проявів. Виявлені статистично значущі кореляції між провинною та депресивною симптоматикою, порушеннями емоційної регуляції і зниженням самоцінності демонструють системний характер психологічного дистресу, де провинна виконує роль центрального дезорганізуючого фактору. Механізм цього взаємозв'язку полягає в тому, що хронічне переживання провини створює стійкі дисфункціональні когнітивні схеми, які підтримують негативну самооцінку, обмежують доступ до конструктивних копінг-стратегій та сприяють розвитку депресивних станів. Водночас депресивна симптоматика, своєю чергою, підсилює схильність до самозвинувачення та знижує здатність до критичної переоцінки власної відповідальності за обставини, що не підлягали контролю.

Ідентифікація специфічних груп ризику є критично важливою для розробки диференційованих підходів до психологічної допомоги. Особи з досвідом багаторазового переміщення (43 % вибірки пережили три й більше змін місця проживання) демонструють найвищі показники провини та супутніх порушень, що може пояснюватися кумулятивним ефектом повторної травматизації та руйнуванням базового відчуття безпеки й контролю над життєвими обставинами. Жінки виявляють статистично значущо вищу схильність до переживання провини порівняно з чоловіками, що узгоджується з гендерними особливостями емоційного реагування та соціальними очікуваннями щодо жіночої ролі як відповідальної за благополуччя сім'ї. Особи, що мають дітей до 18 років, становлять особливо вразливу групу, оскільки переживання провини в них ускладнюється відчуттям відповідальності не лише за власне життя, а й за безпеку та майбутнє дітей, що значно підсилює інтенсивність самозвинувачення за ухвалені рішення.

З огляду на виявлену поширеність та клінічну значущість порушень, пов'язаних з переживанням провини, вкрай важливим і невідкладним завданням є створення та впровадження науково обґрунтованих програм психологічної підтримки, спеціально адаптованих для роботи з внутрішньо переміщеними

особами. Такі програми повинні бути орієнтовані на конструктивне пропрацювання деструктивного почуття провини через застосування доказових психотерапевтичних підходів, включно з когнітивно-поведінковою терапією для корекції дисфункціональних переконань, терапією прийняття та відданості для розвитку психологічної гнучкості, а також спеціалізованими техніками для розвитку вмінь самопрощення як ключового компонента подолання провини. Не менш важливим є систематичний розвиток емоційної витривалості через тренінг стрес-менеджменту, навчання адаптивним копінг-стратегіям та відновлення здатності до ефективної емоційної регуляції, що допоможе знизити інтенсивність астеничних проявів та підвищити загальну якість життя цієї вразливої категорії населення.

Література:

1. Ананова І. В. Типологія переживання почуття провини. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*, 2017. № 37. С. 18–31.
2. Ананова І., Ващенко І. Особистісні особливості, що визначають схильність до переживання почуття провини. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*, 2016. № 34. С. 31–45.
3. Горещка О. В. Переживання почуття провини в умовах війни. *Наука III тисячоліття : пошуки, проблеми, перспективи розвитку : матеріали VI Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (20–21 квітня 2023 року) : збірник тез. Запоріжжя : БДПУ*, 2023. С. 103–107.
4. Іванченко О. С. Актуальні проблеми психокорекції переживання провини як моральної емоції. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2014. Вип. 15. С. 70–78.
5. Квятковська К. А., Василенко О. М. Психологічні проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні. *Науковий пошук молодих дослідників : збірник наукових праць студентів / за ред. О. Л. Караман ; ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»*. 2023. № 2. С. 194–198.
6. Кудінова, М. Кожанова, Д. Психологічні особливості внутрішньо переміщених осіб: теоретичний аналіз проблеми. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*, 2024. № 2 (63), С. 17–24.
7. Цільмак О. М., Шмаленко Ю. І., Мілорадова Н. Е., Гарькавець С. О. та ін. *Психологія емоцій та почуттів*: підручник. за загальною ред. О. М. Цільмак, Одеса : Видавничий дім «Гельветика», 2024. 420 с.
8. Abbasi NUH, Iqbal M, Yan Y, Mubarik S, Nadeem M, Turan MB, Younas R. Shame and guilt activations: Associations and sociodemographic differences among polysubstance abusers. *Front Psychiatry*. 2022 Oct 21;13:1021876. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1021876>
9. David A. Clark, Aaron T. Beck, Cognitive theory and therapy of anxiety and depression: Convergence with neurobiological findings, *Trends in Cognitive Sciences*, Volume 14, Issue 9, 2010, Pages 418–424, <https://doi.org/10.1016/j.tics.2010.06.007>
10. Han, J., Jeong, S., Hur, T., Kim, M. How women differently felt guilt from men in Korea: Focusing on the influence of demographic factors and leisure motivation. *Health Care for Women International*, 2020. 44(1), 28–45. <https://doi.org/10.1080/07399332.2020.1743995>
11. Muris, P., Meesters, C., Heijmans, J., van Hulten, S., Kaanen, L., Oerlemans, B., Stikkelbroeck, T., & Tieleman, T. (2016). Lack of guilt, guilt, and shame: A multi-informant study on the relations between self-conscious emotions and psychopathology in clinically referred children and adolescents. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 25(4), 383–396. <https://doi.org/10.1007/s00787-015-0749-6>
12. Oh, H., Lee, D. G., Cho, H. The differential roles of shame and guilt in the relationship between self-discrepancy and psychological maladjustment. *Frontiers in psychology*, 2023. 14, 1215177. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1215177>
13. Orth, U., Robins, R. W., Soto, C. J. Tracking the trajectory of shame, guilt, and pride across the life span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2010. 99(6), 1061–1071. <https://doi.org/10.1037/a0021342>;
14. Tracy, Jessica, Robins, Richard, Tangney, June. *The Self-Conscious Emotions. Theory and Research*. 2007. 1–512.

References:

1. Ananova, I. V. (2017). Typolohiia perezhivannia pochuttia provyny [Typology of experiencing guilt]. *Zbirnyk naukovykh prats "Problemy suchasnoi psykholohii"*, 37, 18–31 [in Ukrainian].
2. Ananova, I., & Vashchenko, I. (2016). Osobystisni osoblyvosti, shcho vyznachaiut skhylnist do perezhivannia pochuttia provyny [Personal characteristics that determine the tendency to experience guilt]. *Zbirnyk naukovykh prats "Problemy suchasnoi psykholohii"*, 34, 31–45 [in Ukrainian].
3. Horetska, O. V. (2023). Perezhivannia pochuttia provyny v umovakh viiny [Experiencing guilt in wartime conditions]. In *Nauka III tysiacholittia : poshuky, problemy, perspektyvy rozvytku : materialy VI Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi internet-konferentsii* (pp. 103–107). BDPU [in Ukrainian].
4. Ivanchenko, O. S. (2014). Aktualni problemy psykhokorektsii perezhivannia provyny yak moralnoi emotsii [Current problems of psychocorrection of experiencing guilt as a moral emotion]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*, 15, 70–78 [in Ukrainian].
5. Kviatkovska, K. A., & Vasylenko, O. M. (2023). Psykholohichni problemy vnutrishno peremishchenykh osib v Ukraini [Psychological problems of internally displaced persons in Ukraine]. In O. L. Karaman (Ed.), *Naukovi poshuk molodykh doslidnykiv : zbirnyk naukovykh prats studentiv*. DZ "Luhanskyi natsionalnyi universytet imeni Tarasa Shevchenka", 2, 194–198 [in Ukrainian].
6. Kudanova, M., & Kozhanova, D. (2024). Psykholohichni osoblyvosti vnutrishno peremishchenykh osib: teoretychnyi analiz problemy [Psychological characteristics of internally displaced persons: theoretical analysis of the problem]. *Naukovi pratsi Mizhrehionalnoi Akademii upravlinnia personalom. Psykholohiia*, 2(63), 17–24 [in Ukrainian].
7. Tsilmak, O. M., Shmalenko, Yu. I., Miloradova, N. E., & Harkavets, S. O. (2024). *Psykhohiia emotsii ta pochuttiv* [Psychology of emotions and feelings]. Vydavnychiy dim "Helvetyka" 420 [in Ukrainian].

8. Abbasi, N. U. H., Iqbal, M., Yan, Y., Mubarik, S., Nadeem, M., Turan, M. B., & Younas, R. (2022). Shame and guilt activations: Associations and sociodemographic differences among polysubstance abusers. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 1021876. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1021876>
9. Clark, D. A., & Beck, A. T. (2010). Cognitive theory and therapy of anxiety and depression: Convergence with neurobiological findings. *Trends in Cognitive Sciences*, 14(9), 418-424. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2010.06.007>
10. Han, J., Jeong, S., Hur, T., & Kim, M. (2023). How women differently felt guilt from men in Korea: Focusing on the influence of demographic factors and leisure motivation. *Health Care for Women International*, 44(1), 28-45. <https://doi.org/10.1080/07399332.2020.1743995>
11. Muris, P., Meesters, C., Heijmans, J., van Hulten, S., Kaanen, L., Oerlemans, B., Stikkelbroeck, T., & Tielemans, T. (2016). Lack of guilt, guilt, and shame: A multi-informant study on the relations between self-conscious emotions and psychopathology in clinically referred children and adolescents. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 25(4), 383-396. <https://doi.org/10.1007/s00787-015-0749-6>
12. Oh, H., Lee, D. G., & Cho, H. (2023). The differential roles of shame and guilt in the relationship between self-discrepancy and psychological maladjustment. *Frontiers in Psychology*, 14, 1215177. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1215177>
13. Orth, U., Robins, R. W., & Soto, C. J. (2010). Tracking the trajectory of shame, guilt, and pride across the life span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(6), 1061-1071. <https://doi.org/10.1037/a0021342>
14. Tracy, J. L., Robins, R. W., & Tangney, J. P. (2007). *The self-conscious emotions: Theory and research*. Guilford Press.

Стаття надійшла до редакції 12.08.2025

Статтю прийнято до публікації 17.08.2025

Стаття опублікована 16.10.2025