

ТИПОВІ ДУМКИ ОСОБИСТОСТІ ПРИ ПЕРЕЖИВАННІ ПРОВИНИ РІЗНОЇ ІНТЕНСИВНОСТІ

Цільмак Олена Миколаївна
доктор юридичних наук, професор,
завідувач кафедри психології
Національного університету «Одеська юридична академія»
ORCID ID: 0000-0001-7348-4876

У статті представлено результати статистичного аналізу опитування респондентів щодо їх основних думок, які живлять почуття провини.

Аналіз показує, що всі думки мають високу позитивну кореляцію з інтенсивністю провини ($r > 0.85$). Однак думки, які стосуються загальної самооцінки, ідентичності та очікування зовнішнього осуду, мають найсильніший зв'язок із глибокою провинною.

Неглибока провинна є функціональною і спрямована на корекцію поведінки. Помірна провинна – це перехідна фаза, де провинна за вчинок починає корелювати з негативною оцінкою Я. Глибока провинна є неконструктивною. Вона характеризується домінуванням кластера ідентичності та осуду над початковим вчинково орієнтованим кластером, що може призводити до депресивних станів та саморуйнівної поведінки.

Домінування серед респондентів осіб вікової групи 15–20 років (період ідентифікації та високої чутливості до соціальної оцінки) може пояснювати високу кореляцію думок, пов'язаних із соціальним осудом (Т3), підкреслюючи актуальність цього феномену для молоді.

Ключовий психологічний висновок дослідження полягає в тому, що зростання інтенсивності провини корелює з когнітивним зсувом фокусу: від оцінки конкретного вчинку до оцінки власної ідентичності (Я).

Під час роботи з глибокою провинною, терапевтичне втручання має бути спрямоване на дискредитацію внутрішнього вироку «гідний засудження» (Т5). Необхідно розірвати зв'язок між визнанням провини за вчинок і прийняттям негативної, глобальної оцінки себе.

Установлення основних думок, що супроводжують почуття провини, є важливим як для добору психотехнік, так і для психокорекційних впливів. Це сприятиме не тільки більш глибокому розумінню внутрішнього світу клієнта (пацієнта), а й практичному розв'язанню проблем, пов'язаних із самообвинуваченням, тривогою чи деструктивними формами провини.

Ключові слова: ідентичність, інтенсивність переживання, думки-твердження, психологічний аналіз, почуття, провинна, самооцінка, самозвинувачення, сором, соціальна оцінка.

Tsilmak O. TYPICAL THOUGHTS OF A PERSON EXPERIENCING GUILT OF VARIOUS INTENSITY

The article presents the results of a statistical analysis of a survey of respondents regarding their main thoughts that fuel feelings of guilt.

The analysis shows that all thoughts have a high positive correlation with the intensity of guilt ($r > 0.85$). However, thoughts related to general self-esteem, identity, and expectations of external condemnation have the strongest connection with deep guilt.

Shallow guilt is functional and aimed at correcting behavior. Moderate guilt is a transitional phase where guilt for an action begins to correlate with a negative self-assessment. Deep guilt is unconstructive. It is characterized by the dominance of the identity and condemnation cluster over the initial action-oriented cluster, which can lead to depressive states and self-destructive behavior.

The predominance of respondents in the 15–20 age group (a period of identification and high sensitivity to social evaluation) may explain the high correlation of opinions related to social condemnation (T3), emphasizing the relevance of this phenomenon for young people.

The key psychological conclusion of the study is that an increase in the intensity of guilt correlates with a cognitive shift in focus: from the evaluation of a specific action to the evaluation of one's own identity (I).

When working with deep guilt, therapeutic intervention should be aimed at discrediting the internal judgment of “deserving condemnation” (T5). It is necessary to break the link between acknowledging guilt for an action and accepting a negative, global assessment of oneself.

Identifying the main thoughts accompanying feelings of guilt is important both for selecting psychological techniques and for psychological correction. This will contribute not only to a deeper understanding of the client's (patient's) inner world, but also to the practical solution of problems related to self-blame, anxiety, or destructive forms of guilt.

Key words: identity, intensity of experience, thought-statements, psychological analysis, feelings, guilt, self-esteem, self-blame, shame, social evaluation.

Вступ. В сучасних умовах життєдіяльності українців провина для них стала одним із провідним емоційних станів, який має як суб'єктивні так й об'єктивні чинники. З одного боку, почуття провини відіграє важливу роль як для міжособистісної поведінки людини, так і для її саморегуляції та становлення моральної свідомості.

У сучасній психології провина розглядається як складний когнітивно-емоційний процес осмислення результатів власних дій чи поведінки, їх наслідків та відповідальності за них. Тобто такі когнітивні процеси, як оцінка ситуації, інтерпретація дій чи вчинку, атрибуція провини, пошук шляхів відновлення моральної рівноваги лежать в основі інтенсивності та характеру емоційного досвіду.

Останнім часом, почуття провини досліджували такі вчені: І. А. Ананова [1], Ю. О. Живоглядів та Л. Г. Носаль [2], О. В. Царькова [3], Ю. М. Швалб [4], Ю. І. Шмаленко, О. М. Цільмак, С. А. Мишенкова [5] та ін.

Тому встановлення основних думок, що супроводжують почуття провини, є важливим як для добору психотехнік, так і для психокорекційних впливів. Це сприятиме не тільки більш глибокому розумінню внутрішнього світу клієнта (пацієнта), а й практичному розв'язанню проблем, пов'язаних із самообвинуваченням, тривогою чи деструктивними формами провини.

Матеріали та методи. Мета дослідження – встановити в респондентів найбільш типові думки, які лежать в основі виникнення почуття провини та супроводжують їх.

Для досягнення цієї мети проведено анонімне опитування приблизно 120 респондентів, за результатами якого встановлено 12 типових, найбільш частих думок, що живлять почуття провини різної глибини. Використовуючи ці результати, у Google формі розроблено анонімну анкету-опитувальник, яка містить декілька тематичних блоків. Метою першого блоку було вивчення соціально-демографічних характеристик респондентів; другого – вивчення основних емоцій, які живлять почуття провини (глибоке, поміrne та неглибоке); третього – дослідження стратегій поведінки респондентів під час похвали; четвертого – вивчення типових думок респондентів при переживанні глибокої, помірно глибокої та неглибокої провини; п'ятого – визначення вектора спрямування почуття провини (винні інші, винен я, винні обставини) та основних змін у поведінці респондентів; шостого – дослідження впливу почуття провини на самооцінку респондентів; сьомого – вивчення причин виникнення почуття провини.

Розроблена анкета-опитувальник була розміщена на різних соціальних сторінках. Дослідження проводилося протягом 2023–2024 років. Усього взяли участь 184 респонденти, з них 85,7% жінок (156) та 14,3% чоловіків (26). Домінантна вікова група: 15–20 років (51,4%). Це свідчить про те, що саме молоді жінки можуть бути більш схильними до самоаналізу та сильного переживання глибокої провини й вони більш готові брати участь у таких психологічних дослідженнях.

Оскільки метою дослідження було встановлення в респондентів типових думок, які лежать в основі виникнення почуття провини та супроводжують їх, то в статті розглянемо результати за четвертим блоком тверджень.

Отже, респондентам запропоновано відмітити з 15 тверджень-думок ті, які в них виникають у процесі переживання ними глибокої, помірно глибокої та неглибокої провини. Також вони мали можливість дописати свої варіанти тверджень-думок.

Для аналізу результатів дослідження використано такі методи статистичного аналізу:

- описову статистику – для встановлення поширеності думок на кожному рівні;
- кореляційний аналіз (перший етап). Метод: кореляція Пірсона (r). Мета: виявлення зв'язку між превалентністю кожної думки та шкалою інтенсивності (1–3);
- кореляційний аналіз (другий етап – кластеризація). Метод: кореляція Пірсона (r) між векторами превалентності думок (тобто, як змінюється поширеність Т1 щодо Т2 при зростанні інтенсивності). Мета: виявлення когнітивних кластерів (думки, які співіснують) та ключових парних зв'язків (наприклад, «Я погана людина» «Заслугую на покарання»);
- якісний аналіз – для здійснення психологічної інтерпретації кластеризації на трьох рівнях інтенсивності (неглибока, помірна, глибока).

Аналіз показав, що при переживанні респондентами провини різної інтенсивності всі 15 тверджень-думок мають місце в деякого з них. У статті розглянемо тільки найбільш високі показники, тобто ті, що виникають у більшості осіб, тобто сім універсальних думок-тверджень.

Результати. Кореляційний аналіз (кореляція Пірсона, r) проведений для визначення взаємозв'язку між превалентністю (поширеністю) кожної думки серед респондентів та зростанням інтенсивності провини (шкала: 1 – неглибока, 2 – помірна, 3 – глибока). Що ближче r до +1, то сильніше ця думка асоціюється з високою інтенсивністю провини.

Аналіз показує, що всі думки мають високу позитивну кореляцію з інтенсивністю провини ($r > 0,85$). Однак думки, які стосуються загальної самооцінки, ідентичності та очікування зовнішнього осуду, мають найсильніший зв'язок із глибокою провинною.

Психологічний аналіз за кожною думкою.

1. «Я почуваюся винним і гідним засудження» ($r = 0,999$). Це квінтесенція глибокої провини. Думка безпосередньо поєднує суб'єктивне почуття провини з когнітивним самозасудженням («гідним засудження»). Така думка свідчить про повну інтерналізацію помилки, коли особа не лише визнає свою провину за вчинок, а й приймає негативну оцінку себе як особистості. Це єдина думка, яка є майже ідеальним індикатором інтенсивності.

Так, пряме самозасудження є найбільш надійною когнітивною ознакою глибокої, всепоглинаючої провини.

2. «Якби інші дізналися, що я зробив, вони почали б зневажати мене» ($r = 0,990$). Ця думка відображає страх соціального відкидання та осуду. Вона пов'язує особистий вчинок із порушенням соціальних норм та очікувань. Цей високий показник кореляції свідчить: що глибше провина, то більш домінуючим стає компонент сорому (акцент на «мене» – негативна оцінка себе іншими) як доповнення провини (акцент на «вчинок»). Це перехід від провини за вчинок до сорому за себе.

Так, страх зневаги та зовнішнього осуду є критичним каталізатором, що перетворює помірну провину на глибоку провину / сором.

3. «Така моя «погана поведінка» показує, що я погана людина» ($r = 0,977$). Ця думка демонструє класичний перехід від оцінки поведінки до оцінки особистості (Behavior-to-Self Blame). Замість того щоб думати: «Я зробив помилку», людина думає: «Я → помилка». Це відображає руйнівний когнітивний патерн, який лежить в основі самозвинувачення та може призводити до низької самооцінки та депресивних станів.

Так, атрибуція провини на рівні ідентичності («Я погана людина») є потужним індикатором глибокої провини, перетворюючи емоцію на стійке негативне переконання про себе.

4. «Я зробив те, що не повинен був робити, а це не відповідає моїм моральним стандартам» ($r = 0,953$). Ця думка чітко фокусується на порушенні внутрішнього морального кодексу. Її висока кореляція підтверджує: що глибша провина, то сильніше відчуття, що було порушено не просто правило, а фундаментальний моральний принцип особистості. Це є основою, яка відрізняє провину від простого жалю.

Так, порушення особистих моральних стандартів є сильною та стійкою когнітивною основою для переживання провини будь-якої інтенсивності.

5. «Я не повинен був так робити...» ($r = 0,953$); «Я така погана людина» ($r = 0,908$); «Я заслуговую на покарання» ($r = 0,866$) – психологічний аналіз:

«Я не повинен був...» (найпоширеніша думка) – вона є найзагальнішою і присутня при всіх рівнях інтенсивності, але все ж зростає з глибиною. Це первинний когнітивний маркер провини – усвідомлення порушення правила / норми.

«Я така погана людина» – хоча кореляція висока, ця думка менш поширена, ніж інші ідентифікаційні (наприклад, «погана поведінка показує, що я погана людина»). Це може свідчити про те, що вона є більш радикальною формою самозвинувачення, яка виникає лише в меншості при глибокій провині.

«Я заслуговую на покарання» – має найнижчу кореляцію, незважаючи на те, що є класичним елементом провини (потреба в спокуті). Її низька поширеність, навіть за глибокої провини, може вказувати на те, що когнітивні аспекти самозасудження та сорому (осуд, зневага) є більш поширеними серед респондентів, ніж пряме бажання / очікування фізичного чи психічного покарання.

Для зручності подальшого аналізу використовуємо таку розширену класифікацію думок (Т) та їх превалентність (%).

Таблиця 1

Кореляційний аналіз думок за рівнями інтенсивності. Матриця кореляції Пірсона (r)

Основна думка	Неглибока провина (%)	Помірна провина (%)	Глибока провина (%)	Кореляція (r)
Я не повинен був так робити (так вчиняти, так говорити)	38,6	43,5	60,3	0,953
Така моя «погана поведінка» показує, що я погана людина	8,7	14,1	26,1	0,977
Я зробив те, що не повинен був робити, а це не відповідає моїм моральним стандартам	14,1	20,7	43,5	0,953
Якби інші дізналися, що я зробив, вони почали б зневажати мене	10,3	16,3	26,1	0,990
Я почуваюся винним і гідним засудження	5,4	14,7	23,4	0,999
Я така погана людина	7,6	8,2	13,6	0,908
Я заслуговую на покарання	3,8	3,8	9,8	0,866

Таблиця 2

Розширена класифікація думок (Т) та їх превалентність (%)

Код	Основна думка	Неглибока (%)	Помірна (%)	Глибока (%)
T1	Я не повинен був так робити (Дія)	38,6	43,5	60,3
T2	Я зробив те, що не відповідає моїм моральним стандартам (Мораль)	14,1	20,7	43,5
T3	Якби інші дізналися, що я зробив, вони почали б зневажати мене (Страх зневаги)	10,3	16,3	26,1
T4	Така моя «погана поведінка» показує, що я погана людина (Поведінка – Я)	8,7	14,1	26,1
T5	Я почуваюся винним і гідним засудження (Самозасудження)	5,4	14,7	23,4
T6	Я така погана людина (Я – Погана людина)	7,6	8,2	13,6
T7	Я заслуговую на покарання (Покарання)	3,8	3,8	9,8

Отже, розглянемо основні кластери та їх психологічну інтерпретацію за інтенсивністю переживання провини.

1. Неглибока (легка) провинна: кластеризація та ієрархія.

На цьому рівні думки групуються переважно навколо конкретної дії.

Ієрархія домінування (за %):

T1 (38,6%) – я не повинен був так робити (дія).

T2 (14,1%) – не відповідає моїм моральним стандартам (мораль).

T3 (10,3%) – страх зневаги (соціальна тривога).

Кластери та психологічна інтерпретація. Домінантний кластер (вчинокорієнтований): T1 та T2. Це єдина пара, що має значну превалентність, формуючи конструктивне ядро провини. Фокус спрямований на порушення (T1) та його моральні наслідки (T2).

Мінімальна присутність (кластер ідентичності): T4, T5, T6, T7 (усі менш ніж 10%). Це свідчить про захищеність самооцінки. Особа визнає помилку, але не ідентифікує себе як «погана людина» й не почувається «гідною засудження».

Висновок: неглибока провинна є функціональною і спрямована на корекцію поведінки.

2. Помірна провинна: кластеризація та ієрархія.

На цьому рівні відбувається когнітивний зсув і зростання соціального та самооціночного тиску.

Ієрархія домінування (за %):

T1 (43,5%) – я не повинен був так робити (дія).

T2 (20,7%) – не відповідає моїм моральним стандартам (мораль).

T3 (16,3%) – страх зневаги (соціальна тривога).

T5 (14,7%) – гідний засудження (самозасудження).

Кластери та психологічна інтерпретація. Зростання ядра (моральність): превалентність T2 зростає майже на 50% відносно T1, що свідчить про посилення морального тиску і внутрішнього конфлікту.

Формування кластера сорому-самозасудження: T3 (страх зневаги) та T5 (гідний засудження) стають значущими (16,3% та 14,7% відповідно). Це вказує на початок генералізації: усвідомлення вчинку активує не лише моральність (T2), а й внутрішній суд (T5) та страх зовнішнього вироку (T3).

Стійкість «покарання»: T7 (покарання) залишається внизу ієрархії (3,8%), що вказує на те, що навіть при помірній провині, активна потреба в покаранні ще не є домінантною.

Висновок: помірна провинна – це перехідна фаза, де провинна за вчинок починає корелювати з негативною оцінкою Я.

3. Глибока провинна: кластеризація та ієрархія.

На цьому рівні спостерігається когнітивне тунелювання – синхронна активація всіх негативних когніцій.

Ієрархія домінування (за %):

T1 (60,3%) – я не повинен був так робити (дія).

T2 (43,5%) – не відповідає моїм моральним стандартам (мораль).

T3 (26,1%) – страх зневаги (соціальна тривога).

T4 (26,1%) – поведінка Я.

T5 (23,4%) – гідний засудження (самозасудження).

Кластери та психологічна інтерпретація. Когнітивний збіг. Найбільш значущий висновок – це зростання та щільна кластеризація думок T3, T4, T5 (усі близько 25%). Майже чверть респондентів, що переживають глибоку провинну, одночасно думають про: зневагу інших (T3), власну поганість (T4) та гідність засудження (T5).

Це свідчить про токсичний сором: самокритика перетворюється на внутрішній вирок.

Зростання покарання: превалентність Т7 (покарання) зростає у 2,5 раза (до 9,8%). Хоча ця думка є найменш поширеною, її зростання вказує на активацію Супер-Его та необхідність спокути, що є характерною ознакою глибокої провини.

Висновок: глибока провина є неконструктивною. Вона характеризується домінуванням кластера ідентичності та осуду над початковим вчинковоорієнтованим кластером, що може призводити до депресивних станів та саморуйнівної поведінки.

Домінування серед респондентів осіб вікової групи 15–20 років (період ідентифікації та високої чутливості до соціальної оцінки) може пояснювати високу кореляцію думок, пов'язаних із соціальним осудом (Т3), підкреслюючи актуальність цього феномену для молоді.

Ключовий психологічний висновок дослідження полягає в тому, що зростання інтенсивності провини корелює з когнітивним зсувом фокусу: від оцінки конкретного вчинку до оцінки власної ідентичності (Я). Думка про гідність засудження (Т5) є найсильнішим індикатором цього токсичного переходу.

Розглянемо кореляцію думок з інтенсивністю провини (вертикальний аналіз). Цей аналіз виявив, які думки є найкращими індикаторами дедалі більшої інтенсивності провини. Т5 має майже ідеально корелює з інтенсивністю провини.

Таблиця 3

Психологічна значущість думок

Думка	Кореляція (r)	Психологічна значущість
Т5: Я почуваюся винним і гідним засудження	0,999	Найсильніший індикатор: прямий маркер всеохопного самозасудження. Ідеально корелює зі зростанням інтенсивності
Т3: Якби інші дізналися, вони почали б зневажати мене	0,990	Відображає соціальну тривогу та сором, підтверджує перехід провини до зовнішнього сприйняття
Т4: Така моя «погана поведінка» показує, що я погана людина	0,977	Показує атрибуцію провини на рівні особистості (помилка → Я-помилка)
Т2: Я зробив те, що не відповідає моїм моральним стандартам	0,953	Фундаментальна основа: висока кореляція підтверджує, що глибина провини завжди пов'язана з порушенням внутрішнього морального кодексу

Когнітивне кластерування (горизонтальний аналіз)

Матриця кореляції між думками підтверджує кластеризацію навколо самозасудження.

Таблиця 4

Матриця кореляції між думками

Когнітивний кластер	Складники думки (нові та посилені зв'язки)	Кореляція між елементами	Психологічний зв'язок
Критичне ядро самозасудження	Т5: гідний засудження Т3: страх зневаги	0,988	Ключовий кластер: співіснування внутрішнього вироку («гідний засудження») із зовнішньою тривогою («страх зневаги»). Це визначає перехід до токсичної провини / сорому
Ядро морального порушення	Т1: не робити Т2: не стандарти	1,000	Фундаментальна база провини: ці думки завжди виникають разом
Ядро токсичного сорому	Т6: я погана людина Т7: заслуговую на покарання	0,996	Найруйнівніший зв'язок: атрибуція на рівні ідентичності (я погана) вимагає спокути / самопокарання

Розглянемо динаміку кластеризації за рівнями інтенсивності. Введення Т5 посилює висновок про різке включення самозасудження у свідомість при зростанні провини.

Так, у результаті статистичного аналізу ми можемо зробити такі підсумкові ґрунтовні висновки

1. Думка «Я почуваюся винним і гідним засудження» є найбільш надійним предиктором того, що провина переживається як глибока та руйнівна. Це ключовий когнітивний патерн для терапевтичної ідентифікації.

2. Різке зростання Т5 при переході від неглибокої до помірної провини вказує на момент найбільшої вразливості, коли звичайна провина ризикує перерости в патологічний стан.

3. Глибина переживання провини визначається не стільки фактом порушення (хоча він є необхідною умовою), скільки переходом від засудження вчинку до засудження власної ідентичності. Думки, що стосуються самозасудження («гідний засудження») та негативної атрибуції Я («я погана людина»), є найпотужнішими предикторами глибокої провини.

Таблиця 5

Динаміка кластеризації за рівнями інтенсивності

Рівень провини	Превалентність Т5	Ключова зміна (з урахуванням Т5)
Неглибока	5,4%	Т5 мінімально присутня. Когніції, орієнтовані на гідність засудження, виникають рідко, що є ознакою функціональної провини (фокус на дії)
Помірна	14,7%	Різкий стрибок Т5 (у 2,7 раза). Це є чітким індикатором зсуву (Фаза II): провини починає містити внутрішній «вирок», який посилює страх осуду (Т3)
Глибока	23,4%	Т5 досягає піку. Думка про гідність засудження стає активною для майже чверті опитаних, синхронізуючись з усіма іншими негативними когніціями (когнітивне тунелювання)

4. Думка про страх зневаги з боку інших має надзвичайно високу кореляцію. Це підкреслює, що глибока провини часто є складним афективним станом, який містить елементи сорому. Соціальна оцінка стає центральною, і людина переживає не лише шкоду від своєї дії, а й потенційну шкоду своїй соціальній цінності та стосункам.

5. Під час роботи з глибокою провинною терапевтичне втручання має бути спрямоване на дискредитацію внутрішнього вироку «гідний засудження» (Т5). Необхідно розірвати зв'язок між визнанням провини за вчинок і прийняттям негативної, глобальної оцінки себе.

Література:

1. Ананова І. Емоційний феноменологічний зміст переживання почуття провини. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. 2019. Вип. 46. С. 11–39. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2019-46.11-39>
2. Живоглядів Ю. О. Екзистенційна психологія кризових станів особистості: тривога та вина в переживанні вибору. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2022. № 2(66). С. 165–172. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-66-165-172>
3. Царькова О. В. Феномен почуття провини у зарубіжній та вітчизняній психології. *Міжнародні Чепанівські психолого-педагогічні читання*. 2015. Вип. 13. С. 387–394.
4. Швалб Ю. М. Провина та почуття провини у структурі життєвих відносин особистості: монографія. Харків : Вид-во НУЦЗУ, 2017. С. 63–68.
5. Шмаленко Ю. І., Цільмак О. М., Мишенкова С. А. Психологічні особливості переживання провини внутрішньо переміщеними особами. *Ментальне здоров'я*. 2025. № 3. С. 146–152. <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2025-3.25>

References:

1. Ananova, I. (2019). Emotiyni fenomenologichnyi zmist perezhivannia pochuttia provyny [Emotional phenomenological content of experiencing guilt]. *Zbirnyk naukovykh prats «Problemy suchasnoi psykholohii» – Collection of scientific works “Problems of modern psychology”*, (46), 11–39 [in Ukrainian].
2. Zhyvohliadov, Yu. O. (2022). Ekzystentsiina psykholohiia kryzovykh staniv osobystosti: tryvoha ta vyna v perezhivanni vyboru maibutnoho [Existential psychology of crisis states of personality: anxiety and guilt in experiencing the choice of the future]. *Vcheni zapysky Universytetu «KROK». Scientific notes of the University «KROK»*, 2(66), 165–172 [in Ukrainian].
3. Tsarkova, O.V. (2015). Fenomen pochuttia provyny u zarubizhnii ta vitchyzniani psykholohii [The phenomenon of guilt in foreign and domestic psychology]. *Mizhnarodni Chelpanivski psykholoho-pedahohichni chytannia – International Chelpanivsky Psychological and Pedagogical Readings*, 13, 387–394 [in Ukrainian].
4. Shvalb, Yu. M. (2017). Provyna ta pochuttia provyny u strukturі zhyttievykh vidnosyn osobystosti [Guilt and feelings of guilt in the structure of personal relationship]. Kharkiv: Vyd-vo NUTsZU, 63–68 [in Ukrainian].
5. Shmalenko Yu.I., Tsilmak O.M., Myshenova S.A. (2025). Psykholohichni osoblyvosti perezhivannia provyny vnutrishno peremishchenymy osobamy [Psychological characteristics of guilt experienced by internally displaced persons]. *Mentalne zdorovia – Mental Health*, 3, 146–152 [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 17.10.2025
Статтю прийнято до публікації 09.11.2025
Статтю опубліковано 29.12.2025