

ВПЛИВ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ НА СФЕРИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ: СИСТЕМНО-СІМЕЙНИЙ АСПЕКТ

Цільмак Олена Миколаївна

доктор юридичних наук, професор,
завідувачка кафедри психології

Національного університету «Одеська юридична академія»

ORCID ID: 0000-0001-7348-4876

Кравченко Тетяна Юріївна

кандидат медичних наук,
доцент кафедри психології

Національного університету «Одеська юридична академія»

ORCID ID: 0000-0002-2700-8323

У статті представлено результати емпіричного дослідження особливостей почуття провини та його деструктивного впливу на когнітивну, емоційну та поведінкову сфери особистості. На вибірці з 184 респондентів (переважно молодь 15–20 років) встановлено, що почуття провини не є локальною емоційною реакцією, а має дифузний вплив на всі сфери життєдіяльності. Для більшості респондентів (понад 75 %) провини виступає паралізуючим чинником, що дестабілізує образ «Я», знижує самооцінку та суттєво гальмує об'єктивні показники продуктивності й рішучості. Це дозволяє класифікувати провину в досліджуваній групі як деструктивний, дезорганізуючий фактор.

Досліджувана група (переважно жінки юнацького віку) характеризується високим рівнем інтернальності. Вибірка характеризується високою схильністю до самоаналізу та прийняття особистої відповідальності – це вказує на профіль «відповідального рефлексивного». Переважання інтернального локусу контролю (64 «завжди» та 101 «іноді» звинувачують себе) вказує на те, що в сім'ях респондентів акцент робився на особистісній відповідальності.

Аналіз показав, що провини є ключовим інструментом сімейної адаптації та лояльності. Вона часто використовується системою для блокування процесів сепарації та диференціації молоді. Висока кореляція між почуттям провини та невпевненістю у діях свідчить про те, що провини виступає «невидимим зв'язком», який утримує особистість у зоні впливу батьківського контролю, обмежуючи її автономію.

Попри глибокий деструктивний вплив, результати виявили високий рівень психологічної готовності респондентів до свідомої роботи з емоційним станом. Розвинена рефлексія та прагнення знайти «коріння» провини (понад 90 осіб «завжди») є потужним ресурсом для трансформації особистості. Це створює сприятливі умови для переривання трансгенераційної передачі токсичної провини та переходу до раціональних стратегій сімейної взаємодії.

Ключові слова: батьки, впевненість у собі, дитина, почуття провини, самооцінка, локус контролю, сімейна система, сімейне консультування, сепарація, диференціація Я, інтернальність, копінг-стратегії, продуктивність діяльності.

Tsilmak O., Kravchenko T. THE IMPACT OF GUILT ON THE SPHERES OF A PERSON'S LIFE: THE SYSTEMIC-FAMILY ASPECT

The article presents the results of an empirical study of the characteristics of guilt and its destructive impact on the cognitive, emotional, and behavioral spheres of the personality. A sample of 184 respondents (mainly young people aged 15–20) showed that guilt is not a local emotional reaction, but has a diffuse impact on all spheres of life. For most respondents (over 75%), guilt is a paralyzing factor that destabilizes the image of the “I”, lowers self-esteem, and significantly inhibits objective indicators of productivity and determination. This allows us to classify guilt in the study group as a destructive, disorganizing factor.

The study group (mainly young women) is characterized by a high level of internalization. The sample is characterized by a high propensity for self-analysis and acceptance of personal responsibility, which indicates a “responsible reflective” profile. The predominance of an internal locus of control (64 “always” and 101 “sometimes” blame themselves) indicates that the respondents' families emphasized personal responsibility.

The analysis showed that guilt is a key tool for family adaptation and loyalty. It is often used by the system to block the processes of separation and differentiation of young people. The high correlation between feelings of guilt and uncertainty in actions indicates that guilt acts as an “invisible bond” that keeps the individual within the sphere of parental control, limiting their autonomy.

Despite the profound destructive impact, the results revealed a high level of psychological readiness among respondents to consciously work with their emotional state. Developed reflection and the desire to find the "roots" of guilt (more than 90 people "always") are a powerful resource for personality transformation. This creates favorable conditions for interrupting the transgenerational transmission of toxic guilt and transitioning to rational strategies of family interaction.

Key words: parents, self-confidence, child, guilt, self-esteem, locus of control, family system, family counseling, separation, differentiation of the self, internalization, coping strategies, productivity.

Вступ. У сучасному динамічному суспільстві почуття провини перестає бути суто морально-етичною психологічною категорією, він стає потужним чинником, який визначає вектор функціонування та розвитку особистості. Трансформаційні процеси, що відбуваються в соціальній та професійній сферах людини, висувають підвищені вимоги до психологічної стійкості та здатності до саморегуляції. Проте, як свідчать емпіричні дані, саме почуття провини часто стає тим внутрішнім бар'єром, який блокує адаптивні ресурси людини.

У контексті сімейної психології, провини виступає не просто емоційним станом чи почуттям, а є ланкою, що пов'язує покоління, формує сценарії поведінки та визначає межі особистісної свободи. Особливо кристалізується питання провини в підлітковому та юнацькому віці, коли відбувається становлення самооцінки та формування життєвих стратегій.

Наукових праць, присвячених дослідженню феномену провини є досить багато. Так, із найбільш сучасних можна виділити дисертацію О. Л. Малєєва, (2007), на тему: «Психологічні особливості схильності особистості до переживання почуття провини» [2], в якому вона чітко окреслила взаємозв'язки між показниками рис особистості, що вивчаються, розкрила специфіку поєднання психологічних рис у осіб з різною ступеню вираженості переживання почуття провини, а також чітко вказала психологічні особливості осіб з домінуванням одного або декількох компонентів схильності до переживання почуття провини (типів).

У дисертації «Індивідуально-психологічні відмінності переживання почуття провини» Л. В. Софіної [3] проаналізовано індивідуальні особливості, що впливають на виникнення, усвідомлення та подолання почуття провини через їх диференційно-психологічний аспект.

Ананова І. В. (2017) у своїй статті: «Типологія переживання почуття провини» [1] емпірично обґрунтувала авторську типологію переживання особистістю почуття провини.

Нами були описані типові думки особистості при переживанні провини різної інтенсивності (Цільмак О. М., 2025) [5, с. 218–223] та представлені профілі когнітивних кластерів особистості відповідно до інтенсивності переживання нею провини (Цільмак О. М., Король К. М., Павзюк А. А., 2025) [6, с. 165–169].

Витоки провини чітко представлені у праці Zahn-Waxler C, Kochanska G. (1988) «The origins of guilt» [11]. Як почуття провини передається через покоління (трансгенераційна травма) присвячено працю Malik N. (2020) [9]. Оновлені методики оцінки провини у ветеранів та осіб, що пережили катастрофи представлені у праці Kubany E. S. (2004) «Assessing and treating PTSD manual» [8].

Міжособистісний підхід до розгляду почуття провини описано у праці Baumeister R. F., Stillwell A. M., & Heatherton T. F. (1994) [7]. У статті розглянуто численні набори емпіричних досліджень провини, які вказують на те, що провину по суті слід розуміти як соціальне явище, яке відбувається між людьми так само, як і всередині них.

Tilghman-Osborne C., Cole D. A. та Felton J. W. (2010) [10] вказують, що провини за своєю суттю є адаптивною конструкцією, яка породжує каяття, посилює почуття відповідальності та мотивує до відшкодування збитків. У своїй праці автори обговорюють рекомендації щодо визначення та вимірювання провини. Однак, наукових праць, які описували би системно-сімейний аспект впливу почуття провини на сфери життєдіяльності особистості не має.

Тому, **метою статті** є теоретичне обґрунтування результатів емпіричного дослідження щодо особливостей впливу почуття провини на ключові сфери життєдіяльності особистості.

Матеріали та методи. Нами, у Гугл Формі, була розроблена анкета, яка складалася з декількох змістовних блоків, серед яких були блоки: 1) вплив почуття провини на ключові сфери життєдіяльності особистості та 2) каузальної атрибуції та копінг-стратегій особистості у ситуаціях переживання провини.

Через Інтернет соціальні мережі в ми розповсюдили анкету та запропонували респондентам відмітити як їх почуття провини впливає на певні його особистісні сфери та які у них стратегії подолання провини при аналізі причин цього стану.

Усього у дослідженні прийняло добровільну участь 184 осіб – 85,7 % з яких склали жінки. Статистичні данні вказують, що ядром вибірки була молодь у віці 15–20 років (51,4 %) та молоді дорослі у віці 21–25 років (13,1 %). За сімейним станом: 33,7 % респондентів одруженні, 18,5 % – розлучені. Це може свідчити про те що, жінки більше схильні до саморефлексії, а також про те, що результати відображають особливості формування емоційного інтелекту в юнацькому віці.

Результати. Аналіз даних, представлених на рис. 1, дозволяє нами визначити глибину та спрямованість впливу почуття провини на когнітивну, емоційну та поведінкову сфери респондентів.

Моє почуття провини впливає на:

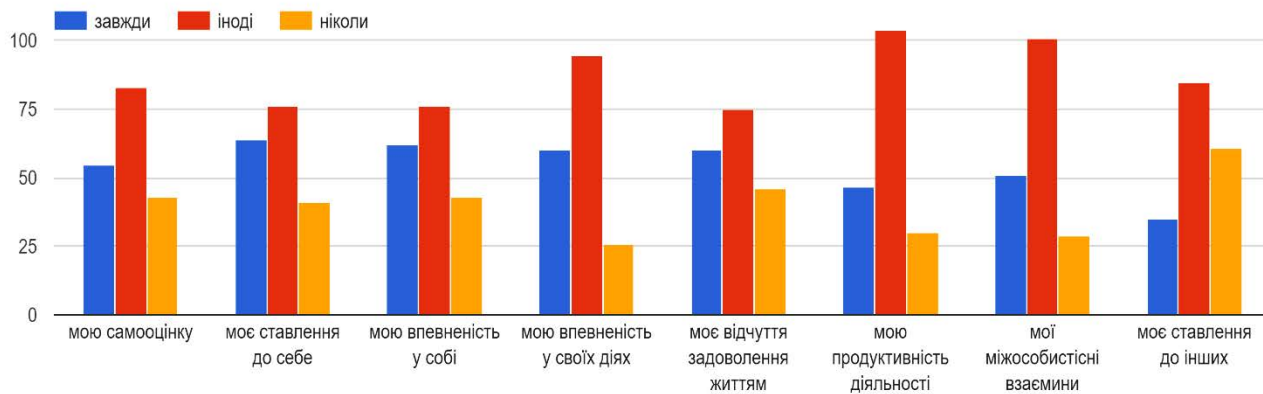


Рис. 1. Діаграма впливу почуття провини на когнітивну, емоційну та поведінкову сфери респондентів

Розглянемо більш детально показники результатів емпіричного дослідження (рис. 1).

Як видно з рис. 1 почуття провини виступає потужним чинником дестабілізації внутрішнього Я-образу респондентів. Так, 35 % респондентів зазначили, що провина «завжди» негативно впливає на їхнє ставлення до себе, а у 41 % – цей вплив відчувається «іноді». Тобто почуття провини впливає на ставлення респондентів до себе. Сумарно 138 (75 %) осіб стверджують, що під тиском провини у них відбувається зниження самооцінки (у 30 % – «завжди» та у 45 % – «іноді»), це вказує на глибоку інтерналізацію цього почуття. Отже, у більшості респондентів почуття провини здійснює вплив на їхню самооцінку та ставлення до себе.

Найбільш критичні показники спостерігаються у сферах, пов'язаних із соціальною та професійною активністю респондентів. Так, на думку 151 (82 %) респондента (сумарно відповіді: «іноді» (57 %) + «завжди» (30 %)) почуття провини впливає на їхню продуктивність діяльності. Це вказує на те, що провина є вагомим фактором, який здійснює негативний вплив на ефективність та продуктивність роботи (навчання).

Через почуття провини: 138 (75 %) респондентів (сумарно відповіді: «іноді» (41 %) + «завжди» (34 %)) перестають бути впевненими у собі; 155 (84 %) респондентів (сумарно відповіді: «іноді» (52 %) + «завжди» (32 %)) респондентів стають невпевненими у своїх діях. Тобто вони втрачають рішучість, а це може призводити до унікаючої поведінки, прокрастинації та дезорганізації діяльності.

Почуття провини суттєво впливає й на міжособистісні взаємини респондентів. Так, 152 (83 %) респондентів (сумарно відповіді: «іноді» (55 %) + «завжди» (28 %)) вказали, що почуття провини на міжособистісні взаємини та ставлення до інших (120 (65 %) респондентів – сумарно відповіді: «іноді» (46 %) + «завжди» (19 %)).

135 (73 %) респондентів (сумарно відповіді: «іноді» (41 %) + «завжди» (32 %)) зазначили, що їхнє почуття провини впливає на їхнє відчуття задоволеності життям. Це підтверджує цілісність негативного впливу провини на стрижневі структурні характеристики особистості.

Отже, результати кількісного аналізу дозволяють нам виділити наступні закономірності:

1. Почуття провини не є локальною емоцією; воно дифузно поширюється на всі аспекти життя, від глибоко інтимних (ставлення до себе) до зовнішніх (продуктивність). Воно не лише погіршує емоційний стан (задоволеність життям), а й безпосередньо знижує об'єктивні показники життєдіяльності – продуктивність та впевненість у діях. Це дозволяє визначити почуття провини як дезорганізуючий фактор, а не стимулюючий й може свідчити про тотальність його впливу.

2. Висока кореляція між провинною та зниженням рівня продуктивності діяльності може свідчити про те, що для даної вибірки (де 51.4 % – молодь 15–20 років) провина частіше є тягарем, ніж стимулом до виправлення помилок. Тобто провина має паралізуючий ефект для діяльнісної складової особистості.

3. Лише незначна меншість (від 25 до 45 осіб залежно від категорії) «ніколи» не відчуває впливу провини на свою впевненість чи діяльність, чи ставлення до інших. Це може свідчити або про їхню високу психологічну резистентність, або про наявність у них механізмів витіснення.

Також, ці результати дослідження дозволяють нам зробити ряд критично важливих висновків для психологічної роботи з сім'ями, а саме:

1. Дані про те, що провина впливає на міжособистісні взаємини у 152 (83 %) респондентів, свідчать про її деструктивну роль для міжособистісної близькості. У сімейній системі токсична провина часто стає бар'єром для автентичного спілкування. Респонденти, що відчувають провину, схильні до уникаючої поведінки, що в сімейному контексті веде до емоційного розриву або формування жорстких, непроникних кордонів між членами родини. Тобто провина є одним із вагомих факторів, який впливає на сімейну адаптацію.

2. Високий рівень інтерналізації провини (зниження самооцінки у 138 (75 %) осіб) вказує на ймовірну наявність у сім'ях респондентів практики «виховання через сором та провину». Оскільки 51.4 % вибірки – це молодь, ми бачимо результат перенесення батьківських інтраектів у структуру особистості молодої людини. Впевненість у собі втрачається тоді, коли внутрішній голос батьків-критиків стає гучнішим за власне «Я». Тобто виховання «через сором та провину» здійснює трансгенераційну дестабілізацію образу «Я» у дітей.

3. Зниження продуктивності та втрата рішучості у більшості опитаних (151 (82 %) та 155 (84 %) осіб) – вказує на те, що провина блокує енергію, необхідну для сепарації. У сім'ях з високим рівнем контролю провина часто використовується як механізм утримання молодої людини в зоні впливу батьків: невпевненість у діях змушує її залишатися залежною від схвалення родини. Тобто провина паралізує активність в родині.

4. Тотальність впливу провини на задоволеність життям підтверджує, що цей стан для 135 (73 %) осіб є системним. «Провина одного» в сім'ї неминуче знижує рівень задоволеності всіх членів системи. Це вимагає від сімейного консультанта роботи не лише з індивідом, а й з правилами сімейної системи, які легітимізують провину як спосіб прояву лояльності. Отже, провина суттєво впливає на сімейне благополуччя.

5. Мала кількість осіб (від 25 до 45), які «ніколи» не відчувають впливу провини, у сімейній терапії може розглядатися як група з високим рівнем диференціації Я. Вони здатні відокремлювати власні почуття від емоційних тригерів сім'ї. Ті ж, хто використовує витіснення, залишаються в групі ризику розвитку у них психосоматичних захворювань.

Отже, для роботи з сім'єю важливо перевести провину з категорії «індивідуального тягаря» у категорію «системного виклику». Робота має бути спрямована на заміну маніпулятивної провини прямою комунікацією стосовно особистісних потреб та на відновлення порушеної самооцінки у членів родини.

Переходимо до аналізу характеристик каузальної атрибуції та стратегій подолання почуття провини та механізмів каузальної атрибуції (див. рис. 2).

Аналіз даних з рис. 2 дозволяє оцінити, яким чином респонденти інтерпретують виникнення почуття провини та які кроки вживають для подолання цього стану.

Винаходячи причини мого почуття провини я:

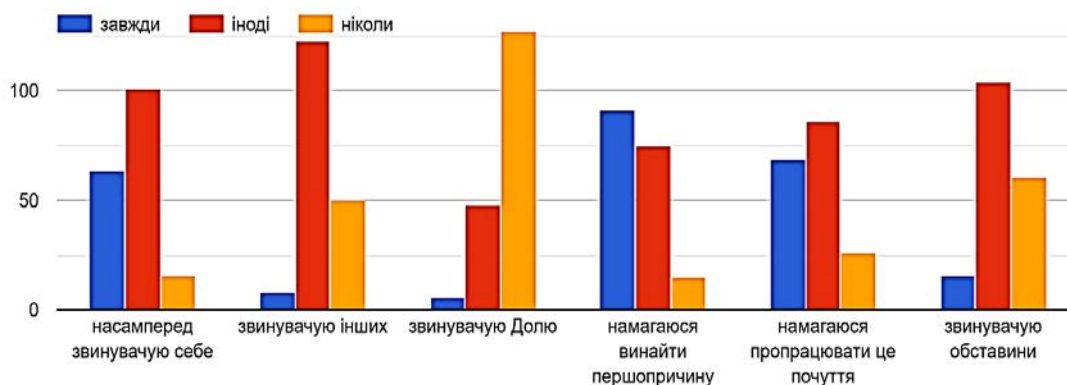


Рис. 2. Діаграма стратегій винайдення респондентами причин провини

Отримані нами результати чітко вказують на переважання респондентами інтернального локусу контролю (схильність брати відповідальність на себе). У пошуку причин провини 64 (35 %) респонденти «завжди» та 101 (55 %) – «іноді» насамперед звинувачують себе. Це свідчить про високу суб'єктивну відповідальність, яка за певних умов може переходити в деструктивну самокритику.

У процесі пошуку причин провини: 1) 8 (4 %) респондентів «завжди» та 123 (67 %) «іноді» – звинувачують інших; 2) 6 (3 %) респондентів «завжди» та 48 (26 %) «іноді» – звинувачують Долю; 3) 16 (9 %) респондентів «завжди» та 104 (57 %) «іноді» – звинувачують обставини Отже, звинувачення обставин, інших людей або «Долі» є найменш популярними стратегіями. Це підкреслює що все ж таки деякі респонденти є раціональними.

Респонденти демонструють високу готовність до свідомої роботи з емоційним станом. 91 (49 %) респондент «завжди» та 75 (41 %) «іноді» – намагаються зрозуміти коріння своєї провини. А це є ознакою розвинутої рефлексії. 69 (38 %) респондентів «завжди» та 86 (47 %) «іноді» намагаються активно працювати з почуттям провини. Й тільки 26 (14 %) осіб «ніколи» не вдаються до таких дій.

На основі аналізу отриманих результатів можна сформулювати такі висновки:

1. Досліджувана група (переважно жінки юнацького віку) характеризується високим рівнем інтернальності. Вибірка характеризується високою схильністю до самоаналізу та прийняття особистої відповідальності – це вказує на профіль «відповідального рефлексивного». Переважання інтернального локусу контролю (звинувачують себе: 64 (35 %) – «завжди» та 101 (55 %) – «іноді») вказує на те, що в сім'ях респондентів акцент робився на особистісній відповідальності. Однак для сімейного психолога це є сигналом того, що така «суб'єктивна відповідальність» може бути наслідком делегування провини від батьків до дитини. У сім'ях, де батьки не визнають власних помилок, дитина змушена брати всю провину на себе, щоб зберегти цілісність системи.

2. Низькі показники звинувачення «Долі» (85 (49 %) осіб «ніколи») свідчать про відхід від архаїчних, магічних способів захисту. Це вказує на те, що сімейне середовище респондентів було орієнтоване на раціональний підхід. Проте відсутність зовнішньої атрибуції (звинувачення обставин чи інших) може свідчити про заборону на вираження гніву назовні. У процесі сімейного консультування це часто проявляється як аутоагресія – замість того, щоб злитися на несправедливу поведінку батьків, дитина «раціонально» звинувачує себе.

3. Висока готовність до розуміння «коріння» провини (91 (49 %) особа «завжди») є надзвичайно позитивним прогностичним фактором. Це означає, що молодь має потенціал до диференціації від батьківської сім'ї. Здатність розуміти причини своїх почуттів дозволяє людині відокремити власні емоції від емоційного фону родини, що є головною метою роботи з молодими сім'ями.

4. Те, що понад 150 осіб активно працюють з почуттям провини, свідчить про високий запит на психологічну грамотність. У роботі з сім'єю це можна використати для переривання трансгенераційної передачі провини. Респонденти вже готові не просто «терпіти» цей стан, а змінювати свою поведінкову модель, що дозволяє в майбутньому будувати власні сім'ї на засадах конструктивного діалогу, а не маніпуляцій провинною.

Оскільки респонденти схильні до самозвинувачення, то працюючи з їхніми сім'ями важливо проводити техніку: «легалізація помилки». Потрібно вчити членів родини, що помилка – це не привід для деструктивної самокритики, а об'єктивне джерело досвіду.

Висновки. Проведене дослідження дозволяє констатувати, що почуття провини є складним, багатогранним конструктом, який виступає центральним регулятором як внутрішньоопсихічного життя особистості, так і її міжособистісної взаємодії в межах сімейної системи. Узагальнення результатів аналізу емпіричних даних дає підстави для таких висновків:

1. Емпірично доведено, що почуття провини не є локальною емоційною реакцією, а має дифузний вплив на всі сфери життєдіяльності. Для більшості респондентів провини виступає паралізуючим чинником, що дестабілізує образ «Я», знижує самооцінку та суттєво гальмує об'єктивні показники продуктивності й рішучості. Це дозволяє класифікувати провину в досліджуваній групі як деструктивний, дезорганізуючий фактор.

2. Виявлено переважання інтернального локусу контролю у структурі особистості респондентів. Схильність до самоаналізу та готовність брати відповідальність на себе формують профіль «відповідального рефлексивного». Однак у сімейному контексті така гіпервідповідальність часто є результатом інтерналізації батьківських критичних інтраектів, що перетворює конструктивну відповідальність на токсичне самозвинувачення та аутоагресію.

3. Аналіз показав, що провини є ключовим інструментом сімейної адаптації та лояльності. Вона часто використовується сімейною системою для блокування процесів сепарації та диференціації молоді. Висока кореляція між почуттям провини та невпевненістю у діях свідчить про те, що провини виступає «невидимим зв'язком», який утримує особистість у зоні впливу батьківського контролю, обмежуючи її автономію.

4. Попри глибокий деструктивний вплив, результати виявили високий рівень психологічної готовності респондентів до свідомої роботи з емоційним станом. Розвинена рефлексія та прагнення знайти «коріння» провини є потужним ресурсом для трансформації особистості. Це створює сприятливі

умови для переривання трансгенераційної передачі токсичної провини та переходу до раціональних стратегій сімейної взаємодії.

5. Головним вектором психологічної допомоги має стати переведення провини з площини «індивідуального покарання» у площину «системного виклику». Впровадження технік «легалізації помилки» та заміна маніпулятивних механізмів прямою комунікацією потреб є необхідними умовами для відновлення самооцінки членів родини та покращення загального сімейного благополуччя.

Література:

1. Ананова І. В. Типологія переживання почуття провини. Проблеми сучасної психології. 2017. Вип. 37.
2. Малєєва О. Л. Психологічні особливості схильності особистості до переживання почуття провини : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / О. Л. Малєєва. Одеса, 2007. 285 с.
3. Софіна Л. В. Індивідуально-психологічні відмінності переживання почуття провини : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології».
4. Царькова О. В. Почуття провини у психоаналізі та екзистенціальній психотерапії. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки. 2012. Вип. 36. С. 89–93.
5. Цільмак О. М. Типові думки особистості при переживанні провини різної інтенсивності. Ментальне здоров'я. 2025. № 4. С. 218–223. DOI: <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2025-4.36>
6. Цільмак О. М., Король К. М., Павзюк А. А. Профілі когнітивних кластерів особистості відповідно до інтенсивності переживання нею провини. Габітус. 2025. № 79, т. 2. С. 165–169. DOI: <https://doi.org/10.32782/hbts.79.2.31>
7. Baumeister R. F., Stillwell A. M., Heatherton T. F. Guilt: An interpersonal approach. Psychological Bulletin. 1994. Vol. 115, No. 2. P. 243–267. DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.115.2.243>
8. Kubany E. S. The Trauma Related Guilt Inventory (TRGI). Assessing and treating PTSD manual. Los Angeles : Western Psychological Services, 2004.
9. Malik N. Family systems theory. Encyclopedia of Behavioral Medicine / ed. by M. D. Gellman, J. R. Turner. Cham : Springer, 2020. P. 855–856. DOI: https://doi.org/10.1007/978-3-030-39903-0_746
10. Tilghman-Osborne C., Cole D. A., Felton J. W. Definition and measurement of guilt: Implications for clinical research and practice. Clinical Psychology Review. 2010. Vol. 30, No. 5. P. 536–546. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.007>
11. Zahn-Waxler C., Kochanska G. The origins of guilt. Nebraska Symposium on Motivation, 1988: Socioemotional development / ed. by R. A. Thompson. Lincoln : University of Nebraska Press, 1990. P. 183–258.

References:

1. Ananova, I. V. (2017). Typolohiia perezhivannia pochuttia provyny [Typology of experiencing guilt]. Problemy suchasnoi psykholohii, (37). [in Ukrainian].
2. Malieieva, O. L. (2007). Psykholohichni osoblyvosti skhylnosti osobystosti do perezhivannia pochuttia provyny [Psychological features of a personality's tendency to experience guilt] (Doctoral dissertation). Odesa. [in Ukrainian].
3. Sofina, L. V. (n.d.). Indyvidualno-psykholohichni vidminnosti perezhivannia pochuttia provyny [Individual psychological differences in experiencing guilt] (Candidate's thesis). [in Ukrainian].
4. Tsarkova, O. V. (2012). Pochuttia provyny u psykhoanalizi ta ekzystentsialnii psykhoterapii [Guilt in psychoanalysis and existential psychotherapy]. Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriiia 12: Psykholohichni nauky, (36), 89–93. [in Ukrainian].
5. Tsilmak, O. M. (2025). Typovi dumky osobystosti pry perezhivanni provyny riznoi intensyvnosti [Typical thoughts of an individual when experiencing guilt of varying intensity]. Mentalne zdorovia, (4), 218–223. <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2025-4.36> [in Ukrainian].
6. Tsilmak, O. M., Korol, K. M., & Pavziuk, A. A. (2025). Profili kohnityvnykh klasteriv osobystosti vidpovidno do intensyvnosti perezhivannia neiu provyny [Profiles of cognitive clusters of personality according to the intensity of guilt experience]. Habitus, (79, Vol. 2), 165–169. <https://doi.org/10.32782/hbts.79.2.31> [in Ukrainian].
7. Baumeister, R. F., Stillwell, A. M., & Heatherton, T. F. (1994). Guilt: An interpersonal approach. Psychological Bulletin, 115(2), 243–267. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.115.2.243>
8. Kubany, E. S. (2004). The trauma-related guilt inventory (TRGI). In Assessing and treating PTSD manual. Los Angeles, CA: Western Psychological Services.
9. Malik, N. (2020). Family systems theory. In M. D. Gellman & J. R. Turner (Eds.), Encyclopedia of behavioral medicine (pp. 855–856). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-39903-0_746
10. Tilghman-Osborne, C., Cole, D. A., & Felton, J. W. (2010). Definition and measurement of guilt: Implications for clinical research and practice. Clinical Psychology Review, 30(5), 536–546. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.007>
11. Zahn-Waxler, C., & Kochanska, G. (1990). The origins of guilt. In R. A. Thompson (Ed.), Nebraska Symposium on Motivation, 1988: Socioemotional development (pp. 183–258). University of Nebraska Press.

Дата першого надходження статті до видання: 23.02.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 17.03.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 21.05.2026