

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
УКРАЇНСЬКИЙ КАТОЛИЦЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

*/Рекомендація кафедри до захисту*

*Підпис зав.кафедри/*

**Западнюк Альона Андріївна  
ОСОБЛИВОСТІ ДИСФУНКЦІЙНИХ СХЕМ МАТЕРІВ ІЗ РІЗНИМ  
САМОСТАВЛЕННЯМ**

Спеціальність 8.053 “Психологія”

Магістерська робота на здобуття кваліфікації магістра

Кафедра клінічної психології

Науковий керівник -

Єсип Мар'яна Зіновіївна;

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри клінічної психології УКУ

**ЛЬВІВ - 2019**

**Вищий навчальний заклад «Український католицький університет»**

**Факультет наук про здоров'я**  
назва факультету

**Кафедра клінічної психології**  
повна назва кафедри

## **Пояснювальна записка**

до магістерської роботи

**магістр**  
(освітній ступінь)

на тему:

**Особливі дисфункційних схем матерів із різним самостваленням**

Виконала: студентка 6 курсу,  
групи ЗПК-17/М  
спеціальності 053. Психологія  
(шифр і назва спеціальності)

**Западнюк А.А.**

**Керівник: Єсип М.З.**  
(прізвище та ініціали)

**Рецензент:**  
(прізвище та ініціали)

Львів – 2019

**Вищий навчальний заклад «Український католицький університет»**

Факультет наук про здоров'я

Кафедра клінічної психології

Освітній ступінь: **магістр**

Спеціальність: **053 Психологія**

Освітня програма: Клінічна психологія з основами когнітивно-поведінкової терапії

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ року

## **З А В Д А Н Н Я НА МАГІСТЕРСЬКУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ**

**Западнюк Альоні Андріївні**

1. Тема роботи: Дисфункційні схеми матерів із різним самоствавленням

Керівник роботи: Єсип Мар'яна Зиновіївна, канд. психол. наук, доц. кафедри клінічної психології УКУ,

затверджені Вченою Радою факультету від «23» жовтня 2018 р.

№ протоколу 3, зміни теми затверджені Вченою радою факультету від «2» травня 2019 р. № протоколу 8.

2. Строк подання студенткою роботи:

3. Вихідні дані до роботи: вступ, три розділи, висновки, список використаних джерел, додатки.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити): 1) здійснити теоретичний аналіз понять самоствавлення, дисфункційні схеми особистості та частки; 2) обґрунтувати методологічні засади та вибір методик для здійснення дослідження дисфункційних схем матерів із різним самоствавленням; 3) дослідити самоствавлення та дисфункційні схеми матерів за допомогою психодіагностичних методик; 4) здійснити математично-статистичну обробку отриманих даних; 5) розробити рекомендації для психологів, що працюють із матерями.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень): магістерське наукове дослідження містить рисунки, схеми, таблиці.

6. Дата видачі завдання \_\_\_\_\_

### КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проекту	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Вибір і погодження теми	22.10.2018	
2	Обговорення методології та структури дослідження. Підбір опитувальників	02.11.2018	
3	Здача опису роботи та бібліографія	15.11.2018	
4	Опрацювання I розділу	05.12.2018	
5	Представлення I розділу дослідження	15.12.2018	
6	Опрацювання II розділу	16.12.2018	
7	Представлення II розділу дослідження	30.12.2018	
8	Проведення попереднього опитування	28.01.2019- 22.03.2019	
9	Проведення кінцевого опитування. Статистичне опрацювання даних і опрацювання III розділу	15.03.2019- 22.04.2019	
10	Попередній захист магістерської роботи	09.05.2019	

Студентка \_\_\_\_\_

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Керівник роботи \_\_\_\_\_

(підпис)

(прізвище та ініціали)

## ЗМІСТ

ВСТУП	2
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ДИСФУНКЦІЙНИХ СХЕМ ТА САМОСТАВЛЕННЯ МАТЕРІВ	5
1.1. Поняття дисфункційних схем особистості в психології	5
1.2. Модель часток: психологічний аналіз	16
1.3. Поняття самоствавлення та його складові	18
1.4. Досвід материнства: дисфункційні схеми та самоствавлення	22
Висновки до Розділу I	25
Розділ II ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	27
2.1. Організація емпіричного дослідження	27
2.2. Обґрунтування вибору та опис методик для дослідження	28
2.3. Загальна характеристика групи досліджуваних	32
Висновки до Розділу II	32
Розділ III ОСОБЛИВОСТІ ДИСФУНКЦІЙНИХ СХЕМ МАТЕРІВ ІЗ РІЗНИМ САМОСТАВЛЕННЯМ	33
3.1. Дослідження дисфункційних схем «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції»	33
3.2. Дослідження дисфункційних схем «Матерів із негативнішим ставленням до себе, які прагнуть інтеграції»	40
3.3. Дослідження дисфункційних схем «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю»	48
3.4. Практичні рекомендації психологам, які працюють з матерями	53
ВИСНОВКИ	56
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	61
ДОДАТКИ	69

## Вступ

### Актуальність дослідження

Психічне благополуччя матерів тема, яка недостатньо досліджена в Україні. Материнство поетизоване та оспіване. Образ Матері з Немовлям є одним із головних символів української культури. І Шевченко писав: «Нічого кращого немає, Як тая мати молодая З своїм дитяточком малим...» Красиво, замріяно.

А поміж тим жінка у періоді материнства стикається з великою кількістю щастя та викликів водночас. Їй кидає виклик суспільство, встановлюючи високі очікування до того, як вона плекатиме своїх дітей. А разом із тим потреби самої жінки опиняються під загрозою через завищені вимоги до материнського служіння.

Материнство є колосальним навантаженням для психіки жінки. Те, як вона справляється із цими викликами у своєму житті значною мірою визначає її психічне благополуччя, а також впливає на розвиток дитини у коротко та довготерміновій перспективі. Існує багато досліджень, які доводять вплив психічного здоров'я матері на психічний і фізичний розвиток дитини у ранньому віці, а також дослідження, які показують підвищений ризик розвитку психічних розладів у дітей та підлітків, чиї матері мали труднощі із психічним здоров'ям [9, 31].

Те, як матері справляються зі своїми щоденними викликами, визначається багатьма чинниками. Серед них соціальна підтримка, подружні стосунки, темперамент дитини, попередня історія психічних розладів жінки. Але найбільше, згідно із дослідженням Mulsoy та ін., на виникнення материнського стресу впливає особистість матері [22].

Щоб проаналізувати особливості особистості матерів ми обрали концепцію дисфункційних схем Джефрі Янга. Дослідження схем матерів допомогло би краще з'ясувати точки найбільшої вразливості матерів та розробити практичні рекомендації для психологів щодо ефективних втручань під час консультування.

Дисфункційні схеми не лежать на поверхні. Щоб досліджувати їх потрібна тривала діагностика. Тоді як часто у практичній роботі є потреба отримати дані про психічне благополуччя клієнтів швидше та скерувати їх до відповідної роботи із фахівцем. Тож для оптимізації аналізу психічного благополуччя матерів ми застосували концепцію самоствавлення Століна. Це добрий інструмент для визначення сприйняття себе на когнітивному, емоційному та поведінковому рівні. Розділивши матерів згідно їхнього самоствавлення, ми дослідили ті дисфункційні схеми і частки, що притаманні учасницям дослідження із різними особливостями сприйняття себе.

**Об'єкт дослідження** особистісні схеми матерів.

**Предмет дослідження** дисфункційні схеми матерів із різним самоствавленням.

**Мета** дослідження полягає у виявленні особливостей дисфункційних схем матерів залежно від їхнього самоствавлення.

Для досягнення мети дослідження потрібно розв'язати такі **завдання**:

1. Здійснити теоретичний аналіз засад концепції самоствавлення, дисфункційних схем особистості та часток у контексті досвіду материнства.

2. Визначити та обґрунтувати методологічні основи проведення дослідження особливостей дисфункційних схем матерів із різним самоствавленням.

3. З'ясувати специфіку самоствавлення матерів. Визначити варіативність дисфункційних схем та часток жінок залежно від особливостей самоствавлення. Описати зв'язок самоствавлення та дисфункційних схем і часток у матерів.

4. Розробити практичні рекомендації для психологів про особливості роботи із матерями, що мають різну специфіку та структуру самоствавлення, і притаманні їм дисфункційні схеми і частки.

**Гіпотези**

1) Імовірно у матерів із тенденцією до позитивного самоствавлення менше активовані більшість дисфункційних схем та часток.

- 2) Припускаємо, що негативніше самоствавлення пов'язане із вищим рівнем проявлення дисфункційних схем та дезадаптивних часток.
- 3) Вірогідно, що матері із позитивнішим самоствавленням мають сильніше виражені Частку щасливої дитини та Здорову дорослу частку.

**Методи дослідження.** Для досягнення мети і завдань дослідження було створено програму дослідження, яка потребує використання наступних методів. Теоретичні методи: аналіз та синтез інформації за темою дослідження. Емпіричні методи: психодіагностичне тестування. Методи статистичної обробки даних: описова математична статистика, порівняльний аналіз – однофакторний дисперсійний аналіз Шеффе, кластерний аналіз за методом К-середніх, дискримінантний аналіз та кореляційний аналіз за критерієм Пірсона.

З метою вивчення самоствавлення було використано стандартизовані психодіагностичні методики: опитник самоствавлення Століна, скорочений опитник по схемах Янга YSQ-S3, опитник по частках SMI. Переклад двох останніх був здійснений в Українському інституті Когнітивно-поведінкової терапії у 2013 році.

**Практична значимість.** Результати дослідження стануть у нагоді психологам та психотерапевтам, що працюють з матерями, для створення плану психологічного консультування або психотерапії відповідно до особливостей самоствавлення та дисфункційних схем матерів.

**Структура дипломної роботи.** Робота містить вступ, три розділи, висновки, список використаних джерел і додатки. Загальний обсяг роботи складає 96 сторінок, основний зміст викладено на 60 сторінках.



## **РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ДИСФУНКЦІЙНИХ СХЕМ ТА САМОСТАВЛЕННЯ МАТЕРІВ**

Щоб дослідити дисфункційні схеми матерів із різним самостваленням, згідно із поставленими завданнями, ми маємо визначити теоретичні засади проведення нашого дослідження. Окреслимо поняття ранніх дисфункційних схем та особливості їх проявлення та функціонування. Розглянемо концепцію самоствалення як сприйняття своєї «Я-концепції».

### **1.1. Поняття дисфункційних схем особистості**

Схеми це організуючі принципи життя людини. Те, як вона сприймає певні події, як реагує, з якими думками приступає до завдання - то все результат дії схем. Схеми це такий собі короткий шлях. Коли щось трапляється, то людина не обмірковує ситуацію акуратно і детально, а за допомогою схеми одразу перестрибує до очікуваного результату. Схеми можуть бути корисними і шкідливими, адаптивними та дезадаптивними. Проте більшу увагу дослідників привертають саме дезадаптивні схеми, які заважають людям.

Схеми це передбачуваність, це знайомий спосіб реагування, пояснення світу, вибірковість у контактах на користь уже відомих стилів взаємодії. Хоча дезадаптивні схеми і не є приємними чи корисними, проте вони виглядають в очах людини, як щось добре знайоме, рідне. Тому їм надають перевагу перед більш конструктивною інтерпретацією подій.

Аарон Бек використовував термін схема для пояснення когнітивних викривлень при депресії, в основі яких лежать негативні уявлення про себе[4]. Ці уявлення є глибокими, непомітні на перший погляд, проте провокують багато негативного упередження та порушують психічне благополуччя людини.

Джефрі Янг на початку 1990 рр. на основі поняття схем розробив окремий психотерапевтичний напрямок - схема-терапію, яка працює над дисфункційними схемами як ключовою перешкодою до гармонійного життя людини.

Схема-терапія виростає на ґрунті уявлення, що людина має емоційні потреби, які мусять бути задоволеними через близьких людей, соціальне

оточення [39]. Коли потреби більш-менш рівномірно задовільняються, то особистість розвивається та функціонує гармонійно. Якщо певні потреби не задовільняються, то особа страждає та випрацьовує механізми для виживання у важких умовах - дисфункційні схеми.

Емоційні потреби розділяють на п'ять груп: потреби безпеки, стабільності, прийняття, любові; потреби автономії, відчуття власної компетентності, ідентичності; потреби висловлювати свої почуття і потреби; потреби спонтанності і гри; потреби у реалістичних межах та вихованні здатності до самоконтролю [26].

У людей із різним темпераментом ці потреби можуть бути виражені у різній мірі. Комуś треба бути більш розкутим у творчості, хтось надзвичайно чутливий до досягнень. Проте попри відмінності у силі та особливостях, емоційні потреби є в усіх.

Також в різних життєвих обставинах на перший план можуть виходити різні емоційні потреби. Це особливо яскраво можемо прослідкувати у дітей. Немовлята дуже чутливі до задоволення потреби у безпеці, дворічки дуже потребують робити прості речі самим, трирічки навчаються емоційній саморегуляції через відмову дорослого, дошкільнята загалом потребують гри для самовираження, навчання, спонтанності. Коли дорослішаємо на перший план можуть виходити потреби відчути свою компетентність, відділитися від батьків тощо.

Якщо емоційні потреби не задовільняються, то людина переживає дискомфорт. Для подолання цього дискомфорту виробляється певна стратегія поведінки. Коли ця стратегія закріплюється та проявляється у інших контекстах, хоча й не є корисною, то маємо справу із дезадаптивною схемою.

Часом закладення та формування дезадаптивних схем є дитинство та підлітковий вік. Саме у цей віковий період людина складає уявлення про себе, світ, вигідні патерни поведінки. Але протягом життя схеми можуть модифікуватися [39].

Згідно із Янгом [39], незадоволення базових емоційних потреб, внаслідок чого формуються дисфункційні схеми, може відбуватися у чотири різних способи:

- 1) токсичне порушення задоволення потреб, коли критично не вистачає найбазовішого відчуття безпеки, стабільності або любові;
- 2) травматизація, яка спричиняє постійне відчуття болю, небезпеки або загрози, і веде до утворення схем із переважанням почуттів недовіри, настороженості, безнадії, тривоги;
- 3) забагато бажаного без обмежень, коли не задовільняються потреби в автономії та реалістичних межах, натомість маємо гіперопіку або ж вседозволеність;
- 4) утотоження себе зі значимим іншим, коли людина перебирає спосіб сприйняття світу та поведінки від важливої людини у своєму житті.

Схеми не є чіткими точками. Це спектр, кожна людина обирає своє розташування, більше або менше проявляючи певну схему. Чим важчою є схема, тим більше ситуацій можуть її запустити.

Схеми важко змінюються. Вони самовідтворюються. Схеми фільтрують інформацію, яка до нас надходить. Під дією схем викривлюється реальність, зміщується фокус сприйняття.

При цьому слід розрізняти дезадаптивну схему та дезадаптивну поведінку. Причиною поведінки є схема. Та сама схема може проявлятися різною поведінкою.

В одній і тій самій ситуації різні діти чи підлітки можуть розвинути інші схеми. Це визначається їхнім темпераментом. Те наскільки дитина є стабільною або ж емоційно лабільною, наскільки соціально орієнтованою чи сором'язливою, пасивною чи агресивною визначає її вразливість до певних схем.

Джефрі Янг та його колеги виділили 18 дисфункційних схем, які формуються через незадоволення емоційних потреб [26, 39, 40].

Перша група об'єднує п'ять дисфункційних схем, що виникли через незадоволення потреб у безпеці, прийнятті, любові, повазі. Вони формуються, коли близькі є холодними, непослідовними, жорстокими, вибуховими. Клієнти із схемами з цієї групи мають труднощі із тим, щоб формувати надійну прив'язаність, близькі стосунки з іншими [26].

1. *Схема покинення* виникає, коли той, хто мав забезпечити емоційну прив'язаність, підтримку не робить цього. Так може траплятися, коли дорослий має проблеми із контролем гніву або ж коли батьки постійно відсутні, з'являються лише спорадично. Або ж дитину покинули, чи несподівана смерть забрала головного дорослого.
2. *Схема недовіри або очікування на скривдження* змушує людину постійно очікувати, що її скривдять, обмануть, посміються, зманіпулюють, використають. Здається, що це роблять навмисно, або ж через злочинну недбалість. І що завжди людині дістанеться менше і гірше за інших.
3. *Схема емоційної депривації* пов'язана із відчуттям, що потреби людини в емоційній підтримці не будуть задоволені. Так може трапитися через брак тепла, уважності, присутності (депривація виховання). Або через відсутність взаєморозуміння, слухання, розділення почуттів (депривація емпатії). Або ж як відсутність сили, скерування, безпеки (депривація захисту) [39].
4. *Схема дефективності, сорому* змушує людину вважати себе неправильною, неповноцінною, недолугою у важливих аспектах свого життя. Здається, що її ніколи би не полюбили, якби знали, яка вона є насправді. Ця схема може супроводжуватися гіперчутливістю до критики, відмови або звинувачення. Може бути відчуття сорому перед іншим за свої внутрішні або зовнішні недоліки. Перебування серед людей ймовірно сприймається як небезпечне, бо можуть бути викриті таємні недоліки.
5. При *схемі соціальної ізоляції, відчуження* людина відчуває, що відірвана від решти світу, що не вписується у жодну соціальну групу. Ця

схема виникає на ґрунті соціальної відкинутості сім'ї, відсутності досвіду прийняття у соціумі, бажаності.

Друга група схем виникає через незадоволення потреб у автономії, компетентності. Таке трапляється через брак досвіду сепарації, успішної самостійної діяльності, досвід гіперопіки [26].

6. *Схема безпорадності, залежності* передбачає впевненість у нездатності самостійно справитися із щоденними викликами, приймати правильні рішення чи вирішувати нові задачі. Конче необхідна допомога іншої людини.

7. *Схема очікування на катастрофу* передбачає відчуття, що неодмінно станеться щось погане, і я не зможу дати ради з цим. Це погане може бути як зовнішнім (стихійне лихо, війна, обірветься ліфт), так і внутрішнім (фізична чи психічна хвороба).

8. *Схема злиття* є наслідком недостатньої відокремленості особи від значимого іншого. Вона пов'язана із переконанням, що людина сама по собі не справиться із викликами, що обов'язково мають бути інші близькі люди, щоб вижити і бути щасливим. При схемі злиття характерним є відчуття пустоти, борсання, блукання по життю. При максимально вираженій схемі злиття людина може бути невпевнена у власному самостійному існуванні.

9. *Схема некомпетентності* передбачає переконання, що особа невідворотно зазнає поразки, що вона є гіршою за своїх однолітків, колег, що ніколи не матиме таких досягнень, як вони. Людина може вважати себе дурною, неталановитою, неуспішною.

Третя група схем виникає через порушені потреби в реалістичних межах, що призводить до дефіциту у внутрішніх межах, відповідальності перед іншими людьми, здатності досягати віддалених цілей. Діти, у яких було замало досвіду обмеження, дисципліни, конфронтації можуть не розвинути здатності

домовлятися на взаємовигідних умовах, поважати права інших, ставити собі реалістичні цілі. Часто може виникати відчуття вищості над іншими.

10. *Схема особливого статусу* пов'язана із переконанням, що людина не така, як інші, виняткова, що може претендувати на найвищі посади, досягнення, мати привілеї, що правила та обмеження не для неї. Може набувати поведінки на ствердження своєї влади, примушення інших визнавати лише свою думку, контролю над поведінкою іншої людини з метою підпорядкувати її власним бажанням [26].

11. *Схема недостатнього самоконтролю, самодисципліни* пов'язана із недостатньою здатністю належним чином контролювати свої імпульси, фрустрацію при досягненні віддалених цілей. Люди з цією схемою можуть емоційно вибухати, не доводити до кінця справи, що потребують тривалої зосередженої праці. У легкій формі ця схема може виражатися у поведінці уникання дискомфорту, болю, конфліктів, відповідальності.

Четверта група схем виникає через недостатню скерованість особи на себе, коли людина на перше місце ставить потреби та бажання інших людей, погано розуміє свої бажання, почуття, потреби. Так стається, якщо в дитинстві (або дорослому віці) любов дорослих (значимих осіб) до дитини є умовною - тобто залежить від досягнень, доброї поведінки, зовнішнього вигляду, оцінок тощо [26]. І людина продовжує шукати визнання та схвалення в інших.

12. *Схема підкорення* передбачає відмову від контролю над своїм життям, вчинками на користь інших людей, щоб уникнути гніву, негативної реакції, відчуження з боку інших. Схема може набувати двох видів: 1) підкорення потреб, коли пригнічуються потреби, бажання, рішення особи; 2) підкорення емоцій, коли пригнічуються емоційні реакції, особливо гнів [26]. Людина з цією схемою вважає, що її бажання, думки, почуття не мають значення для інших. Вона з усім погоджується, дуже лояльна. Пригнічений гнів може проявлятися у непрямий спосіб - через пасивно-агресивну

поведінку, психосоматичні симптоми, зловживання психоактивними речовинами.

13. *Схема самопожертви* виглядає як служіння іншим на шкоду власним потребам. Людина стає дуже чутливою до потреб ближніх, багато робить для них, боїться когось образити, боїться бути егоїстичною. Інколи це призводить до незадоволення своїм статусом, але разом із тим - відчуттям провини за свої бажання чи почуття. Часом може бути нарікання на тих, про кого турбується особа.

14. *Схема пошуку визнання* - людина значно більше за інших шукає уваги, визнання, схвалення з боку інших. Її самосприйняття визначається оцінкою ближніх, а не внутрішнім відчуттям своєї цінності [39]. Часом ця схема проявляється особливою увагою до статусу, зовнішнього вигляду, грошей, досягнень, але не для контролю чи влади. В результаті людина може приймати рішення, які не відповідають її потребам, призводять до невдоволення. При цьому є гіперчутливість до відмови.

П'ята група схем пов'язана із порушення емоційних потреб у сфері спонтанності та гри. Вона розвивається внаслідок негативної реакції з боку значимих осіб на спонтанність, незвичні ідеї чи рішення [26]. Така схема часто формується у сім'ях із жорсткими вимогами щодо належної поведінкою, при домінуванні правил над грою, приємністю, невимушеністю. Коли доводиться придушувати свої почуття на догоду правильності. Коли є багато тривоги, що все піде не так, що буде допущена помилка.

15. *Схема негативізму або песимізму* змушує людину дивитися на світ крізь чорні окуляри, насамперед очікуючи чогось недоброго, позитивні моменти не беруться до уваги, щоб не приспати увагу до реальності, яка нічого доброго не несе. Присутній великий страх зробити помилку, бо вона неодмінно призведе до чогось жахливого. Завжди тримати руку на пульсі подій, щоб уникнути поганого розвитку сценарію. Людям із цією схемою

важко приймати рішення (бо кожне рішення це питання життя і смерті), є дуже багато тривоги, надмірної пильності.

16. *Схема емоційної інгібіції* притаманна людям, що переконані у шкоді емоцій. Спонтанні почуття, щирі комунікації уникаються, щоб не наражатися на невдоволення інших, або ж щоб не втратити контроль над ситуацією чи над собою. Найчастіше йдеться про 1) інгібіцію злості та агресії, 2) інгібіцію позитивних імпульсів (таких як бурхлива радість, сексуальне задоволення, захват, ейфорія), 3) труднощі із тим, щоб виглядати вразливим або ж із висловленням почуттів, потреб, 4) наголос на раціональності при знеціненні емоцій [39].

17. *Схема надвисоких стандартів та гіперкритичності* витікає із переконання, що особа повинна важко працювати для того, щоб досягти високих стандартів, які вона сама собі та іншим висуває. При цьому важко оптимізувати навантаження, є багато критики до себе та інших, невдоволення через недостатньо добре виконану роботу. Критика переживається дуже болісно. При цьому важко із відчуттям задоволення результатом, здатністю розслабитися, задоволенням собою та іншими. Схема надвисоких стандартів може виглядати як надмірна сконцентрованість на деталях, нездатність дати собі реалістичну оцінку порівняно з іншими, великою кількістю “повинен” і “мушу”, ригідністю стосовно правил, надмірною увагою до питань часу та ефективності.

18. *Схема покарання* пов’язана із переконанням що всі люди (і я також) заслуговують на суворе покарання за помилку. Супроводжується почуттями злості, роздратування, нетолерантності, нетерпимості до особи, яка не відповідає стандартам та очікуванням. Людям зі схемою покарання дуже важко пробачити тому, хто помилився, вони не визнають аргументів на кшталт людської недосконалості чи апеляцій до почуттів, емоцій.

Дисфункційні схеми є стійкими, їх досить складно змінити, оскільки людина обирає інформацію, вчинки, реакції, які зміцнюють схему [26].



Наприклад, при схемі дефективності не помічає ознак доброго ставлення або ж списує добре ставлення на те, що інша людина просто по-справжньому мене не знає. Чи при схемі емоційної депривації обирає “поганих” хлопців, які не здатні підтримувати тривалі стосунки, і зрештою знову залишається покинутою та зневаженою. Так трапляється, тому що людина шукає знайомого, нехай навіть поганого, але принаймні знаєш, чого чекати.

Як уже йшлося, схеми є наслідком незадоволення емоційних потреб. Тобто емоційна сфера є тим ґрунтом, на якому вони ростуть. У мозку існує кілька систем, що визначають емоційне функціонування особи.

Рафаелі та співавтори стверджують, що для формування схем має значення та частина, що пов’язана із виникненням страху та травмою [26]. За когніції та спогади, пов’язані із травматичним досвідом, відповідають гіпокамп та пов’язані із ним ділянки кори головного мозку. За емоційне переживання травматичної ситуації і пов’язаного із нею страху відповідає амигдала. Таким чином, у формуванні дисфункційних схем задіяні два паралельних процеси - свідомий та несвідомий, когніції та емоції, гіпокамп та амигдала.

Стимул або тригер, що нагадує травму, яка лежить в основі схеми, викликає наводнення емоціями та тілесними відчуттями. Цей процес може супроводжуватися когніціями і спогадами травматичної події, проте не завжди.

Амигдала відповідає за емоційну пам’ять. І ця емоційна пам’ять не обов’язково супроводжується свідомими спогадами, які генерує гіпокамп та кора головного мозку. Тобто емоції не завжди йдуть разом із когніціями.

Як відомо, амигдала є швидшою за кору. Вона у загальних рисах розпізнає потенційну небезпеку і негайно видає реакцію. Тоді як кора більш детально, проте повільніше аналізує ситуацію. Її відповідь може бути дещо запізнілою. Бо амигдала вже встигає запустити у тілі реакцію на небезпеку.

Найпідступніше, що дає нам амигдала - це надзвичайна стійкість емоційних спогадів. Еволюційно така постійність гарантувала більші шанси для виживання, бо одного разу побачивши загрозу, людина вже ніколи не забувала бути у стані

готовності перед її лицем. Але саме цей механізм лежить в основі стійкості дисфункційних схем. Коли людина зазнає травми, то в амигдалі назавжди закарбовується, що у ситуаціях, які загалом нагадують травматичну, треба тиснути на червону кнопку [26]. І особливо фатально, якщо травма трапляється з дитиною у довербальний період, коли свідомі спогади ще не формуються. Тоді дуже складно зрозуміти і повпливати на людину, яка у певних ситуаціях починає відчувати гостру загрозу чи страх, хоча об'єктивно її безпеці нічого не загрожує.

Як уже йшлося, більшість схем закладаються у дитинстві. Протягом життя вони можуть посилюватися або послаблюватися залежно від досвіду, який переживає людина. Поведінка, емоції та почуття можуть зміцнювати схеми або вести до їх згасання.

Посилення схем пов'язане із когнітивними викривленнями, шкідливими життєвими патернами та коупінг-стилями, що спричинили схеми [39].

Когнітивні викривлення призводять до того, що особа сприймає дійсність, акцентуючи інформацію, яка підтверджує схему, не помічаючи іншого боку справи, який суперечить її уявленню.

На рівні емоцій людина може стримувати, пригнічувати почуття, які викликає схема. Через це до свідомості не потрапляє жодна когніція, пов'язана зі схемою. Відповідно стає неможливим критично її оцінити та послабити схему.

На рівні поведінки особа схильна до шкідливих патернів. Наприклад, обирає і залишається у стосунках, які стверджують схему, бо такий стиль їй знайомий і "рідний". При цьому відкидає як нецікаві та "нудні" стосунки, засновані на здоровій взаємодії, бо там бракує емоційних вихорів, злетів і падінь. У спілкуванні особа систематично несвідомо провокує інших до негативних реакцій, які посилюють схему.

Згасання схем є метою схема-терапії. Для цього потрібні втручання на всіх рівнях, залучених у роботу схеми - когнітивному, емоційному та поведінковому [40]. Коли схема згасає, то не зникає повністю. Просто потрібний значний тригер,

щоб її запустити, емоційна реакція не є такою наводною і тривалою, а поведінкові патерни уже піддаються критичному сприйняттю.

В цілому схеми важко піддаються терапії, бо коли вони добре виражені, то дають людині відчуття передбачуваності світу, розуміння ким вона є, яким є світ навколо. Забрати схему - все одно, що забрати несучу стіну будинку.

Активуючись, схема викликає гострі емоції такі як страх, сором, злість, провину. Це вкрай неприємний стан. Щоб справитися з ним, людина несвідомо вдається до певного коупінг-стилю - поведінки, яка виникає в результаті активації схеми, щоб дати собі раду з нею [26].

Якщо схема захована глибоко в свідомості чи несвідомому, то коупінг-стиль завжди на поверхні, адже це поведінка. Їй легко спостерігати та аналізувати.

Янг і його колеги виділили три коупінг-стилі: здатися схемі, уникнення схеми, гіперкомпенсація схеми [39].

Коли застосовується коупінг-стиль здатися, то особа визнає правдивим глибинне переконання, яке лежить в основі схеми, і діє згідно із тим негативним упередженням, що воно диктує. Йдеться про безсилля перед схемою, пасивність. Людина повною мірою приречено переживає ті всі емоції, який несе схема. Коупінг-стиль здатися часто притаманний схемам, пов'язаним із спрямованістю на інших - схеми самопожертви, пошуку визнання, підкорення [26]. Це легко пояснити, оскільки ці схеми ставлять особу на друге місце, у пасивну позицію, тож логічно, що вона приймає все запропоноване.

Коупінг-стиль уникнення змушує людину будь-яким способом уникати негативних почуттів, пов'язаних зі схемою. Це може бути уникання самих ситуацій, людей, місць в яких схема стає активною. Або ж використання психоактивних речовин, щоб зменшити інтенсивність переживань. Уникання також може носити суто когнітивний характер - коли витісняються тригеруючі схему думки, пропускається відповідна інформація, формується світогляд, який би зробив втручання схеми неможливим. Ця стратегія дає полегшення у короткотерміновій перспективі, проте у довготерміновій - посилює негативні

переконання, що лежать в основі схеми і робить більш інтенсивними почуття страху чи тривоги перед певними ситуаціями. А це призводить до ще більш активного уникання. Таким чином схема посилюється [26].

Коупінг-стиль гіперкомпенсації це діяти так, щоб заперечити зміст схеми, щоб приховати за активним запереченням негативні переживання невпевненості, сорому, суму [39]. Коли соромно, то поведінка гіперкомпенсації це зухвалість, коли невпевнений у собі, то при гіперкомпенсації - демонстративна поведінка, вихваляння тощо.

Людина часто надає перевагу одному коупінг-стилю. Проте, протягом життя, коупінг-стилі можуть змінюватися. Або ж під впливом нових життєвих обставин на перший план можуть виходити різні коупінг-стилі.

Отже, дисфункційні схеми це патерни поведінки, ставлення до себе та світу які сформувалися внаслідок незадоволення базових емоційних потреб у прийнятті, автономії, межах, свободі висловлювати свої потреби, спонтанності. Дисфункційні схеми були способом вижити у несприятливих умовах, проте продовжують самовідтворюватися вже без цих несприятливих умов та стають причиною порушення психічного благополуччя своїх господарів.

## **1.2. Модель часток: психологічний аналіз**

Частки це видимі прояви емоційних станів людини, які змінюються досить часто. Вони можуть бути адаптивними та дезадаптивними. Відповідно до своїх схем, людина є дуже чутливою до деяких ситуацій, в яких вмикаються частки. Схема-терапія в роботі з частками має на меті допомогти людині уникати активності дисфункційних часток, натомість активувувати здорові частки [40].

Частка це активна у цей момент схема із певними поведінковими, когнітивними і настроєвими проявами. Частка це проявлення певної грані Я. Дисфункційні частки виглядають як негармонійні, погано інтегровані з іншими гранями особистості прояви.

Янг виділяє 10 часток, які належать до чотирьох груп: дитячі частки, дисфункційні коупінг-частки, дисфункційні батьківські частки та Здорова доросла частка [39].

Дитячі частки: *Вразлива дитина, Зла дитина, Недисциплінована або Імпульсивна дитина та Щаслива дитина.*

Частка *Вразлива дитина* характерна для майже усіх груп схем. Вона може набувати вигляду Покинутої дитини, Скривдженої дитини, Занедбаної дитини, Відкиненої дитини.

*Зла дитина* - це частка, пов'язана із роздратуванням через незадоволення емоційних потреб, і яка не зважає на можливі наслідки від своєї нестриманої поведінки.

*Імпульсивна* або ж *Недисциплінована дитина* - це така частка, перебуваючи в якій, людина діє відповідно до своїх моментних потягів чи бажань, пірнаючи у вир почуттів із головою, забувши про все на світі, а особливо про наслідки.

*Щаслива дитина* - це здорова частка. Людина у частці Здорової дитини смілива, впевнена в собі, гнучка, спонтанна, творча, бо її потреби є задоволені.

Дисфункційні коупінг-частки це *Здатися, Уникнення та Гіперкомпенсація*. Вони відповідають коупінг-стилям підкорення, уникнення та гіперкомпенсація [26].

Коупінг-частка *Здатися* виявляється як упокорення активованій схемі, пасивне підпорядкування малої дитини волі ближніх, пережиття емоційного болю сповна.

Коли людина перебуває у коупінг-частці *Уникнення*, то психологічно уникає негативних почуттів, які може викликати схема, емоційно відгороджуючись, вживаючи психоактивні речовини, займаючись самостимуляцією, уникаючи людей та інше.

Для коупінг-частки *Гіперкомпенсація* характерна позиція надмірного опору до активованої схеми, яка виявляється у активному запереченні схеми,

протилежній до схеми поведінці, яка часто супроводжується недобрим ставленням до інших людей, самозвеличенням, агресією, надмірним контролем.

Янг визначає дві дисфункційні батьківські частки: *Караюча* та *Вимоглива* [26]. У цих частках людина ніби-то інтерналізувала батьківський образ і ставиться до себе, як значимі дорослі ставилися до неї.

*Караюча батьківська частка* пов'язана із покаранням себе за те, що була поганою, недоброю, нечемною.

*Вимоглива батьківська частка* - це про високу планку і постійний тиск, щоб її було досягнуто.

Десята це *Здорова доросла частка* - мрія і шлях кожної людини, коли вона може бути собою в асертивний спосіб, вирішуючи всі свої поточні проблеми, нести відповідальність та турбуватися про своїх дітей і ближніх [40].

Отже, частки це активовані емоційні стани у зв'язку із переживанням дисфункційних схем. Вони видимі, легко впізнавані. Можуть змінюватися багато разів протягом дня. Частки поділяються на дисфункційні дитячі частки, батьківські частки та коупінг-частки, а також функційні частки – щасливої дитини та здорової дорослої частку.

### **1.3. Поняття самоствавлення та його складові**

Для проведення нашого емпіричного дослідження важливо окреслити та проаналізувати концепцію самоствавлення.

Самоствавлення стає можливим завдяки унікальній здатності мозку людини до пізнання самого себе. Особа може скеровувати свою свідомість не лише на пізнання і аналіз світу навколо, а й на себе. Завдяки цьому людина може розуміти та досліджувати себе. На основі цих знань виникає певне ставлення до себе, а останнє детермінує поведінку людини.

Уявлення індивіда про себе описують за допомогою понять “Я-образу” або “Я-концепції”. Ці поняття розвивалися у середині ХХ століття в межах

гуманістичної психології такими дослідниками як А. Маслоу, К. Роджерс, Р. Бернс та іншими [41, 42, 51].

“Я-концепція” поєднує три складові: когнітивну - сам зміст уявлення людини про себе, афективну - ставлення до цього знання, та поведінкову - готовність до дій на основі ставлення до себе [42].

При цьому досить складно відділити знання людини про себе та ставлення людини до себе. Ці аспекти дуже тісно пов'язані. Бо те, що людина знає про себе залежить від того, що вона схильна у собі помічати, а отже - як вона до себе ставиться в цілому. Знання про себе можуть бути свідомими, але частина залишається неусвідомленими, і при цьому емоційно значущими.

Самоставлення – це почуття людини до знання про себе, до того як вона себе сприймає. Тобто це переживання Я-концепції. На це переживання впливає оточення, оскільки саме оточення є детермінантою понятійного та ціннісного апарату, в якому функціонує людина, а також головним дзеркалом, яке дає зворотній зв'язок людині про її цінність чи успішність [48].

Самоставлення формується на основі ставлення особи до себе у різних сферах: ставлення до свого тіла, до своїх здібностей, до своїх соціальних успіхів тощо. На основі цих окремих розрізнених оцінок себе людина виробляє загальне більш менш цілісне ставлення до свого «Я» [52]. Окремі оцінки себе динамічно співвідносяться між собою, мають ієрархічну будову унікальну для кожної людини, можуть протистояти чи компенсувати одна одну. Саме це дивовижне плетиво самоставлення стає предметом аналізу багатьох досліджень та психологічних теорій.

У концепції Століна та Пантелеєва самоставлення має два рівні – рівень окремих самооцінок та рівень узагальненої самооцінки. Те, як окремі самооцінки поєднуються в загальну самооцінку залежить від інтегрованості окремих самооцінок відповідно до суб'єктивної значимості кожної з них [48]. Самоставлення тут виступає відображенням Я-концепції, яка поєднує різні аспекти «Я».

Процес інтегрування самооцінок є нелінійним, сповненим конфліктів. Особі доводиться долати виклики у вигляді своїх невдач чи прорахунків, на основі цього коригувати свої уявлення про себе, виставляти певні пріоритетні напрямки, узгоджувати конфліктні прагнення, відмовлятися від недосяжних мрій або ж трансформувати своє ставлення до них.

Столін визначає самоставлення як «особистиний смисл “Я”» [52], тобто як особистість осягає смисл свого «Я». Цей смисл постає в результаті діяльності самосвідомості особистості, яка націлена на виявлення своєї сутності, на інтегроване її представлення для себе самої. У процесі осягнення смислу «Я» відбувається становлення особистості. І те, як людина ставиться до себе є одним із результатів цього сповненого конфліктів і їх подолання процесу.

На основі цієї концепції Столін розвиває своє бачення структури самоставлення людини. Самоставлення є процесом оцінення свого «Я», своїх рис та вмінь згідно із мотивами, що втілюють прагнення до самореалізації [52]. Цей процес є емоційно забарвлений. На найзагальнішому рівні цей процес відображується у недиференційованому загальному відчутті «за» чи «проти» свого «Я» [51, 52].

Самоставлення є складною багаторівневою системою. Відповідно, її можна аналізувати на різних рівнях. На емоційно-оціночному рівні самоставлення вимірюється як самоповага, аутосимпатія, самоінтерес або ж близькість до себе, очікуване ставлення від інших. На рівні поведінки щодо себе або ж готовності до певних вчинків на свою адресу самоставлення розкривається як самовпевненість ставлення інших самоприйняття, самокерівництво, самозвинувачення, самоінтерес саморозуміння [42].

Різні люди по-різному можуть переживати позитивне ставлення до себе оскільки мають різні ціннісні орієнтації. Для когось на перший план виходить повага до себе, хтось ставить акцент на емоційно теплому прийнятті себе. Тож самоставлення виступає не просто сумою емоційних проявів стосовно себе, а



особливою формою організації, співвіднесення цих проявів згідно із ціннісною ієрархією особи [48].

Самоставлення формується та змінюється під впливом життєвого контексту, соціальної ситуації, в якій перебуває людина. Таким чином самоставлення проявляє себе як динамічна структура, що може модифікуватися відповідно до зміни соціального контексту [48].

Невід'ємною частиною самоставлення є здатність до самозахисту. Столін говорить про те, що людина за допомогою різних компенсаторних механізмів намагається підтримувати своє самоставлення на прийнятному рівні. Коли в одній зі сфер є труднощі, то для підтримки глобального самоставлення у добрих межах, інші складові мають вищі значення. Поширеним випадком є, коли такий компонент самоставлення як самоповага може мати невисокий рівень, і тоді, щоб не втратити позитивного бачення себе в цілому, підвищується рівень симпатії до себе [52]. Таким чином, люди з однаковим рівнем глобального самоставлення можуть мати різну структуру цього самоставлення – вищою самоповагою, нижчою аутосимпатією, або ж низькою самоповагою та вищою аутосимпатією тощо.

Столін та колеги вказують на можливість «фальсифікації свого “Я”» з метою підтримки глобального самоставлення на прийнятному для особи рівні [48]. Тобто коли самоставлення сильно знижується, людина для збереження свого психічного благополуччя, сталого бачення себе, підтримки раніше обраної життєвої стратегії може викривлювати сприйняття дійсності у бажаний бік.

Отже, самоставлення це те, як особа сприймає свою «Я-концепцію». Самоставлення має когнітивний, емоційний та поведінковий виміри. Знання про себе дуже пов'язане із емоційним виміром, оскільки будь-яке знання про себе не залишає людину байдужою. А вони вдвох детермінують поведінкову стратегію людини щодо себе та щодо світу. Самоставлення виявляється багатоконпонентним, ієрархічно влаштованим згідно із цінностями і динамічним протягом життя людини.

#### **1.4. Досвід материнства: дисфункційні схеми та самоствавлення**

У цьому підрозділі ми би хотіли проаналізувати місце самоствавлення та дисфункційних схем у материнському досвіді, з'ясувати точки потенційної вразливості матерів відповідно до особливостей їхнього самоствавлення та притаманних їм дисфункційних схем.

Самоствавлення, яке визначає поведінку людини стосовно себе та інших, впливає на материнсько-дитячі стосунки. Впевненість у собі, автосимпатія, очікування позитивного ставлення від оточення – риси, які додають наснаги в усіх сферах життя людини. В тому числі і при виконанні материнської ролі. Як самоствавлення може впливати на успіх у материнстві? Чи може бути самоствавлення бути предиктором материнського задоволення?

Оскільки самоствавлення за Століним це відношення людини до своєї «Я-концепції», то нам здається доцільним співвідносити його із поняттями самооцінки, впевненості в собі, відчуттям власної компетентності, тому що ці поняття у тій чи іншій мірі є складовою самоствавлення згідно з визначенням Століна.

Так, дослідження свідчать, що переконання матерів у своїй ефективності в материнській ролі на пряму корелює із більш конструктивною батьківською поведінкою, яка сприяє створенню доброго середовища для розвитку дітей [7]. Матері із вищим рівнем впевненості у своїй ефективності в батьківській ролі мають дітей, що є краще розвиненими, мають схильність до більш позитивної взаємодії та менше негативної поведінки [7].

Тобто робота із впевненістю матері у своїй ефективності має потенціал не лише покращити рівень психічного благополуччя жінки, а й опосередковано вплинути на розвиток і поведінку її дітей. Адже впевненість, що мені під силу справитися із завданнями, які ставить материнство щодня, допомагає жінці активніше та з більшою енергією приступати до їх виконання.

Альберт Бандура стверджує, що впевненість у своїй ефективності як батьків призводить до розвитку сильного внутрішнього зацікавлення у активності,

пов'язаній із батьківством, та глибокої залученості у батьківський процес [3]. І навпаки, коли батько чи матір вважає себе невдахою у питанні виховання дітей, то не прагнучиме багато часу приділяти цій неприємній роботі, яка не приносить відчуття власної компетентності, задоволення від добрих результатів.

З відчуттям невдоволення результатами батьківства часто стикають батьки дітей із складною поведінкою. Буває складно встановити, що послужило причиною труднощів дітей – порушення психічного розвитку чи недостатньо добре виконання батьківських обов'язків. Johnston et al. у своєму дослідженні намаглися проаналізувати відчуття компетентності у батьків дітей з різною поведінкою [16]. Відчуття компетентності було розділено на дві складові – емоційну задоволеність та ефективність. Матері та батьки мають дещо різні зв'язки між труднощами у поведінці дітей та відчуттям своєї компетентності. Так, матері дітей зі складною поведінкою продемонстрували нижчий рівень задоволеності материнством, тоді як відчуття власної ефективності у них не пов'язане із труднощами дитини. А у батьків дітей зі складною поведінкою спостерігається одночасно нижчий рівень задоволеності батьківством та нижча оцінка своєї батьківської ефективності. З цього ми можемо зробити висновок, що самоставлення матерів під впливом негативної дитячої поведінки знижується насамперед у плані емоційного прийняття себе.

Ще одне дослідження, присвячене рівню стресу, локусу контролю та задоволеності роллю матері, досліджувало різницю за цими показниками у матерів дітей із доброю та дезадаптивною поведінкою. Матері дітей із дезадаптивною поведінкою мали більший рівень стресу, екстерналізований локус контролю та нижчий рівень задоволеності материнством [21]

Якщо відчуття власної компетентності та задоволення від материнства пов'язані із добрими успіхами у вихованні дітей і власним психічним благополуччям, то сором за своє материнство і відчуття провини є предикторами виникнення депресії у жінок в постанатальному періоді [10]. При цьому сором також напряму корелює із нижчою ймовірністю того, що мати звернеться по

фахову допомогу із труднощами з психічним здоров'ям. Сором та відчуття провини є антипоадми таких складових самоствавлення як аутосимпатія, самовпевненість, саморозуміння. Отже, робота з плекання впевненості в собі та саморозумінням, відповідно до результатів цього дослідження, є вірогідним напрямком у роботі з матерями задля зниження ризику депресії.

Виконання материнської ролі вимагає від жінки інтенсивного залучення свого уявлення про світ, людей і себе. Ці знання є основою схем, які серед іншого регламентують трактування своєї материнської ролі та місця дитини у житті жінки. Вони також відповідають за рівень і зміст вимог, які висуває жінка до своєї ролі як матері. Часто ці уявлення живляться суспільними стереотипами та очікуваннями, хоча уявлення про материнство ніколи не є цілковито однаковими для двох різних жінок. Адаптивні схеми сприяють тому, що жінка добре виконує материнські обов'язки та справляється із більшістю викликів. Дезадаптивні схеми матерів спричиняють регулярні труднощі у процесі виховання дітей та брак задоволення материнством.

Дослідження свідчать, що вищий рівень вираженості дисфункційних схем пов'язаний із вищими ризиками розвитку депресії у жінок [26]. При цьому схема емоційної депривації напряду корелює із ризиком виникнення депресії безвідносно до рівня стресу, який переживає людина [5]. З цього можна зробити висновок про важливу роль схеми емоційної депривації у психічному благополуччі матерів. Високий рівень цієї схеми, навіть без викликів, пов'язаних із материнством, уже є фактором вразливості до такого поширеного розладу як депресія.

Дисфункційні схеми впливають на виникнення симптомів тривоги у жінок. Зокрема схема злиття та схема очікування на катастрофу мають прямий кореляційний зв'язок із симптомами тривоги у жінок [5]. Як уже йшлося вище, схема злиття передбачає відчуття власної безпорадності, неважливості без присутності значущої особи. А схема очікування на катастрофу пов'язана із трактуванням світу та людей як небезпечних і непередбачуваних, хай би що

робила людина. Тож цілком зрозуміло, що високий рівень тривоги у людей з такими схемами є наслідком невпевненості у собі та світі.

Дисфункційні схеми матерів відображуються у їхній поведінці та мають безпосередній вплив на їхніх дітей. Наскільки сильним є цей вплив, чи призводить він до порушень психічного здоров'я у дітей та до формування у дітей дисфункційних схем?

Існує небагато досліджень про вплив дисфункційних схем матерів на психічне здоров'я дітей. Дослідження Fard et al. виявило лише слабкий зв'язок між дезадаптивними схемами матерів та виникненням тривоги у їхніх дітей [13].

Але дисфункційні схеми матерів є предиктором виникнення відчуття самотності у дітей, зменшення темпу розвитку дітей, а також неналежного виконання материнських обов'язків та скривдження дітей [20].

Отже, переконання матері у своїй ефективності, її впевненість у власних силах та відчуття задоволеності материнством є факторами доброго виконання материнської ролі. Дисфункційні схеми матерів пов'язані із порушенням психічного благополуччя у жінок та негативно впливають на материнсько-дитячі стосунки і розвиток дітей.

## **Висновки до Розділу I**

У Розділі I було проаналізовано теоретичні засади для здійснення нашого емпіричного дослідження, а саме – висвітлено поняття дисфункційних схем та часток за Джефрі Янгом, поняття самоствавлення за Століним, показано, як ці чинники впливають на матерів.

Дисфункційні схеми це стійкі способи поведінки, емоційного реагування та трактування світу, себе та людей. Вони формуються у дитинстві та юності у відповідь на незадоволення головних емоційних потреб та перешкоджають доброму функціонуванню людини, порушують її психічне благополуччя, стають фактором вразливості до психічних розладів.

Якщо дисфункційні схеми є завуальованими, їх складно досліджувати, то частки лежать на поверхні і є безпосередніми реакціями людини на подразнення схеми. Частки часто змінюються залежно від життєвого контексту. Вони доступні для безпосередньої роботи психолога.

Самоствалення це відношення людини до своєї «Я-концепції». Воно є складним поняттям, що має когнітивний, емоційний та поведінковий виміри. Формується через інтегрування уявлень про себе в різних сферах, ієрархізується відповідно до цінностей особи, є неоднорідним та прагне до самозбереження. Самоствалення модифікується протягом життя особи, є більш гнучким порівняно із дисфункційними схемами.

У контексті материнства самоствалення розкривається зокрема через такі свої складові як впевненість у материнській компетентності, задоволеність материнством, відчуття провини та сорому. Переконавання матері у своїй ефективності та задоволеність материнством корелює із кращим виконанням материнських обов'язків, кращою поведінкою і розвитком дітей. Відчуття сорому та провини є предикторами депресії у матерів.

Дисфункційні схеми матерів пов'язані із порушенням психічного благополуччя у жінок, виникненням тривоги та депресії, гіршим виконанням материнських функцій. Дисфункційні схеми матерів негативно впливають на психічне благополуччя та розвиток дітей.

## **Розділ II ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ**

### **2.1. Організація емпіричного дослідження**

Для дослідження дисфункційних схем матерів із різним самостваленням, визначення їх особливостей та взаємозв'язку була розроблена відповідна програма дослідження.

**Метою** дослідження є дослідити дисфункційні схеми матерів із різним самостваленням.

Основними змінними дослідження виступають самоствалення матерів, їхні дисфункційні схеми та частки.

Для реалізації мети дослідження були поставлені наступні **практичні завдання**:

- Обґрунтувати методологічні засади визначення самоствалення, дисфункційних схем та часток матерів.
- Проаналізувати самоствалення матерів.
- Визначити дисфункційні схеми та частки матерів.
- Проаналізувати та порівняти особливості дисфункційних схем та часток матерів із різним самостваленням.
- Визначити та проаналізувати характер та особливості взаємозв'язків самоствалення, дисфункційних схем і часток.

Перед проведення дослідження ми висунули такі **гіпотези** щодо особливостей дисфункційних схем матерів із різним самостваленням:

- 1) Імовірно у матерів із тенденцією до позитивного самоствалення менше активовані більшість дисфункційних схем та часток
- 2) Припускаємо, що негативніше самоствалення пов'язане із вищим рівнем проявлення дисфункційних схем та дезадаптивних часток.
- 3) Вірогідно, що матері із позитивнішим самостваленням мають сильніше виражені Частку щасливої дитини та Здорову дорослу частку.

## 2.2. Обґрунтування вибору та опис методик для дослідження

Вибір методик для проведення дослідження був продиктований його метою та логікою - дослідити дисфункційні схеми матерів із різним самоствавленням.

Для дослідження дисфункційних схем матерів із різним самоствавленням ми використали три методики: Опитувальник по схемах Янга YSQ-S3, Опитувальник по частках, Опитувальник самоствавлення Століна. Також було розроблено опитник по соціально-демографічним показникам, який з'ясовував вік, рівень освіти, шлюбний статус, задоволеність стосунками у парі, кількість та вік дітей, близькість стосунків із батьками, матеріальний стан.

Опитувальник самоствавлення Століна був розроблений у 1985 році. Це стандартизований самозвіт. Він базується на концепції самоствавлення як відношення до своєї Я-концепції. Тобто людина знає дещо про себе і формує певне ставлення до цього знання [42].

Опитувальник складається із 57 тверджень, що характеризують людину (див. Додаток Г). З цими твердженнями треба погодитися або ж спростувати. Опитувальник Століна дозволяє виміряти самоствавлення на трьох рівнях: 1) глобальне самоствавлення; 2) самоствавлення, яке диференціюється як самоповага, аутосимпатія, самоінтерес та очікуване ставлення інших; 3) готовність до певних дій щодо свого «Я» [52].

Найбільш загальний рівень - *глобальне самоствавлення* - шкала S, яка показує як в цілому людина ставиться до себе, яких аргументів більше - позитивних чи негативних [52].

Другий рівень, дещо детальніший. Вимірює самоствавлення за шкалами самоповаги, аутосимпатії, самоінтересу та очікуваного ставлення від інших. *Самоповага* це про віру свої сили, здатність приймати рішення, контролювати своє життя, розуміти себе. Шкала *аутосимпатії* відображає наскільки людина приймає себе, наскільки критична до себе, має позитивну чи негативну самооцінку. *Самоінтерес* вимірює зацікавлення у своїх почуттях і думках, впевненість у своїй цінності для інших. *Очікуване ставлення від інших* - шкала,



яка показує, чого людина сподівається від інших на свою адресу. Коли сподівається поганого, то йдеться про негативне ставлення до себе, що проектується на інших, про пасивну позицію у ставленні до свого Я [42].

Третій рівень - найбільш конкретний. Він об'єднав 8 шкал, що відображують готовність людини до вчинків щодо самої себе на основі самоставлення. Ці шкали це самовпевненість, ставлення інших, самоприйняття, самопослідовність або самокерівництво, самозвинувачення, самоінтерес, саморозуміння [42]. Шкала самовпевненості вимірює віру у свою здатність впоратися із поставленими задачами. Шкала ставлення інших відображує як людина інтерпретує позицію інших щодо себе. Шкала самоприйняття говорить про дружнє тепле ставлення до себе. Шкала самокерівництва висвітлює здатність людини дотримуватися обраного напрямку руху, стратегії. Шкала самозвинувачення показує, чи схильна людина бачити причину своїх труднощів у собі. Шкала самоінтересу демонструє, чи бачить людина себе цікавою як вона є. Шкала саморозуміння відображає рівень розуміння своїх почуттів, думок, бажань.

Опитник має задовільну тест-ретестову надійність та добру валідність [42].

У нашому дослідженні ми скористалися перекладом на українську мову, який здійснила Бутужева Л.П., канд. психол. наук, Житомирський державний університет ім. Івана Франка [44].

Для дослідження дисфункційних схем матерів ми обрали скорочений опитувальник по схемах Янга – The Young Schema Questionnaire, short version (YSQ-S3). Ми використовували український переклад опитувальника, який здійснив Український інститут Когнітивно-поведінкової терапії (див. додаток Б). Цей переклад не був валідизований, що накладає певні обмеження на наше дослідження.

YSQ-S3 це опитувальник для самостійного заповнення на 90 питань. Клієнтам пропонуються твердження, які описують їх, і кожне таке твердження треба оцінити за шкалою від 1 до 6, наскільки воно характеризує людину.

Опитувальник дозволяє з'ясувати наявність у людини якихось із 18 ранніх дисфункційних схем, які можуть бути причиною різних проблем із психічним здоров'ям.

Психометричні властивості оригінальної версії YSQ-S3 були досліджені у Данії на вибірці із 567 учасників, 142 із них – клінічна частина вибірки [2]. Дослідження довело, що YSQ-S3 є надійним та валідним. Його визнали придатним для використання у клінічних цілях та для проведення досліджень.

Для нашого дослідження YSQ-S3 є кращим варіантом порівняно із довгою версією Опитувальника Янга по схемах YSQ-L3 з двох причин. Перша, це оптимізація зусиль учасниць дослідження, які можуть відповісти на всі питання протягом однієї години за умови використання коротшої версії опитувальника. А друга причина те, YSQ-S3 враховує усі бали при підсумуванні відповідей, в тому числі «нормальні» показники на відміну від YSQ-L3, який бере до уваги тільки високі бали по схемах, відкидаючи низькі показники. Оскільки ми маємо справу із неклінічною вибіркою, то ця особливість є важливою для нас.

Разом із дослідженням дисфункційних схем ми досліджуємо частки, притманні матерям із різним самостваленням. Частки, як ми вже могли з'ясувати, це активні у даний момент часу емоційні, когнітивні або коупінг- відповіді на хвилюючі життєві обставини. Янг виділив 10 часток, розподілені по чотирьом категоріям: дезадаптивні дитячі, батьківські частки, дисфункційні коупінг частки та здорові частки. Проте з часом Арнц та колеги розширили перелік часток через потребу влучнішої роботи із розладами особистості [40].

Скорочений опитувальний по часткам – Short Schema Mode Inventory (SMI) містить 118 тверджень, які треба оцінити за шкалою від 1 до 6, наскільки вони відповідають клієнтові. У нашому дослідженні ми використовували український переклад SMI, виконаний в Українському інституті Когнітивно-поведінкової терапії (див. додаток В). Цей переклад не було валідизовано, тож наше дослідження має обмеження через це факт.

Дослідження психометричних властивостей оригінальної версії SMI на вибірці із 863 учасників виявило 14-факторну структуру опитувальника із прийнятною внутрішньою узгодженістю, адекватною тест-ретестовою надійністю та доброю валідністю [18]. SMI підходить для використання у клінічних цілях та для досліджень.

Матерям було запропоновано відповісти на питання анкети та трьох опитувальників у електронному вигляді – шляхом заповнення Google Form. Опитування займало приблизно одну годину часу. Це було досить складно – учасниці дослідження скаржилися, що виділити такий період часу для проходження опитування он-лайн було непросто. Частина учасниць відмовлялися брати участь у дослідженні через його тривалість. Частина бралася до участі, проте не змогли довести справу до завершення.

Отож, при плануванні наступних досліджень варто брати до уваги, що комфортним часом для участі в дослідженні, яке проводиться через електронні засоби комунікації, є 15-20 хвилин. Довший час для проходження опитування зменшує кількість учасників.

Для математичної обробки отриманих даних було використано методи описової математичної статистики для визначення основних характеристик учасниць дослідження, виокремлення характерних ознак всередині кластерів. Кластерний аналіз за методом К-середніх став у нагоді для виділення груп матерів із різним самоствавленням. Ці кластери були піддані наступному психологічному аналізу та інтерпретації даних. Був проведений порівняльний аналіз - однофакторний дисперсійний аналіз Шеффе. Це допомогло показати головні відмінності між кластерами. Кореляційний аналіз за критерієм Пірсона всередині кластерів дозволив виявити зв'язки між шкалами самоствавлення та схемами і частками матерів. Всі обрахунки проводилися в програмі Statistica12.

Подальша інтерпретація отриманих співвідношень послужила для формулювання практичних порад психологам щодо роботи із матерями відповідно до особливостей їхнього самоствавлення та дисфункційних схем.

### **2.3. Загальна характеристика групи досліджуваних**

В опитуванні взяли участь 78 матерів віком від 23 до 47 років. Вони мають від однієї до п'яти дітей. 30 опитаних мають одну дитину – 23 % вибірки, 28 опитаних мають двох дітей – 22 % вибірки, 16 опитаних мають трьох дітей – 12 % вибірки, 3 опитаних мають чотирьох дітей – 2 % вибірки, 1 опитана має п'ять дітей – 1 % вибірки. Всі учасниці дослідження є мешканками міст, мають вищу освіту, 69 одружені, 2 мешкають із коханими людьми, 7 не мають стосунків. 46 не працюють, 32 працевлаштовані.

### **Висновки до Розділу II**

Для вивчення дисфункційних схем матерів із різним самоставленням було розроблено план дослідження, поставлені практичні завдання, підбрані відповідні методики. Учасницям дослідження запропонували заповнити анкету із демографічними даними, опитвальник самоставлення Століна, скорочений опитувальник по схемах Янга – The Young Schema Questionnaire, short version (YSQ-S3), скорочений опитувальний по часткам – Short Schema Mode Inventory (SMI). В дослідженні взяли участь 78 матерів.

### **РОЗДІЛ III. Емпіричне дослідження дисфункційних схем матерів із різним самоствавленням**

З метою виокремлення груп учасниць дослідження залежно від самоствавлення ми запланували провести кластерний аналіз за методом К-середніх. Для проведення кластерного аналізу ми спочатку стандартизували отримані дані по самоствавленню. Далі застосували функцію кластеризації за методом К-середніх до стандартизованих даних (див. додаток Д). Отримали три кластери, які відрізняються за шкалами самоствавлення. Значимими показниками для поділу на три кластери були шкали «глобального самоствавлення» ( $\lambda=0,15$ ,  $F=5,6$ ,  $p<0,05$ ), «1.Самовпевненість» ( $\lambda=0,16$ ,  $F=8,7$ ,  $p<0,000$ ), 4. Самопослідовність/Самокерівництво ( $\lambda=0,15$ ,  $F=6,4$ ,  $p<0,02$ ) (див. додаток Е).

#### **3.1. Особливості дисфункційних схем матерів із позитивнішим ставленням до себе, які прагнуть до інтеграції**

Щоб перевірити, наскільки коректно було проведено кластеризацію, ми застосували дискримінантний аналіз (див. додаток Е). Він показав, що кластеризація першої групи є коректною на 96 %. До першого кластеру увійшли 22 учасниці дослідження, а це 28 % від загальної кількості досліджуваних.

До першого кластеру увійшли ті матері, які набрали вищі бали за шкалою Глобальне самоствавлення ( $M=18,957$ ,  $p<0,05$ ), I. Самоповага ( $M=9,3043$ ,  $p<0,05$ ), II. Аутосимпатія ( $M=10,261$ ,  $p<0,05$ ), III. Самоінтерес, IV ( $M=6,6522$ ,  $p<0,05$ ). Очікуване ставлення від інших ( $M=10,478$ ,  $p<0,05$ ) порівняно із другим кластером (див. додаток Ж). Із третім кластером за цими шкалами різниця є статистично не значущою.

Для першого кластеру характерні нижчі бали порівняно з іншими двома кластерами за шкалами 1. Самовпевненість ( $M=3,2174$ ,  $p<0,05$ ), 3. Самоприйняття ( $M=3,5217$ ,  $p<0,05$ ), 4. Самопослідовність/Самокерівництво ( $M=3,087$ ,  $p<0,05$ ), 5. Самозвинувачення ( $M=2,3043$ ,  $p<0,05$ ), 6. Самоінтерес ( $M=4,7391$ ,  $p<0,05$ ) (див. додаток Ж). Рівень самоствавлення за шкалами 2. Ставлення інших ( $M=5,1739$ ,  $p<0,05$ ) та 7. Саморозуміння ( $M=3,3043$ ,  $p<0,05$ ) є

подібним як у другому кластері, проте менше ніж у третьому кластері (див. додаток Ж).

Щоб дати назви утвореному кластеру, звернемося до трактування результатів опитника Самоствавлення Століна. Як уже згадувалося, шкала Глобальне самоствавлення позначає узагальнене ставлення до свого Я. Тобто, високі показники за цією шкалою свідчать про вцілому позитивне ставлення до свого Я. Учасниці дослідження із першого мають позитивніше Глобальне самоствавлення яке умовно позначимо «Я+».

Шкали I. Самоповага, II. Аутосимпатія, III. Самоінтерес, IV. Очікуване ставлення від інших позначають емоційну складову самоствавлення, яка є близькою за значенням до поняття самооцінка. Перший кластер має вищі бали за цими шкалами. Отже, позначимо їх як «Емоційно+».

Шкали 1. Самовпевненість, 2. Ставлення інших, 3. Самоприйняття, 4. Самопослідовність/Самокерівництво, 5. Самозвинувачення, 6. Самоінтерес, 7. Саморозуміння відповідають готовності людини до певної поведінки, вчинків щодо себе. Перший кластер має вищі бали за поведінковою складовою самоствавлення. Умовно можемо позначити їх як «Поведінка-»

Якщо застосувати вищевикладене трактування особливостей самоствавлення, то загалом отримуємо щодо першого кластеру результат, графічно відображений на рис 3.1.



Рис. 3.1 Структура самоствавлення матерів 1 кластеру – «Матері із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції»

Виходячи із цих результатів, дану групу матерів названо «Матері із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції».

Інтеграцію у цьому випадку розуміємо як здатність узгоджувати уявлення про себе та готовність до відповідної поведінки, тобто коли нема протиріччя між ставленням до себе на когнітивному та поведінковому рівні. Менше прагнення до інтеграції тут означає наявність суперечності між уявленнями та поведінкою, і цю суперечність не вдається ліквідувати.

Оскільки метою нашої роботи є дослідити особливості дисфункційних схем матерів із різним самостваленням, ми провели подальший порівняльний та кореляційний аналізи дисфункційних схем «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції».

Виявлено, що «Матері із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції» не мають статистично значущої різниці за шкалами усіх схем та усіх часток із матерями 3 кластеру (див. додаток 3).

Це може свідчити про першочергову важливість глобального самоствалення та прийняття себе на емоційному рівні для вираженості дисфункційних схем і часток, порівняно із поведінковим виміром самостваленням.

Між «Матерями із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції» та матерями із 2 кластеру є статистично значуща різниця за вираженістю загального балу по схемах ( $M=43,348$  при  $p<0,05$ ), схемою емоційної депривації ( $M=1,8696$  при  $p<0,05$ ), схемою покинення ( $M=2,2087$  при  $p<0,05$ ), схемою недовіри/скривдження ( $M=1,9913$  при  $p<0,05$ ), схемою дефективності ( $M=1,5130$  при  $p<0,05$ ), схемою некомпетентності ( $M=2,1565$  при  $p<0,05$ ), схемою безпорадності/залежності ( $M=1,7478$  при  $p<0,05$ ), схемою очікування на катастрофу ( $M=2,2$  при  $p<0,05$ ), схемою злиття ( $M=2,1043$  при  $p<0,05$ ), схемою підкорення ( $M=2,4087$  при  $p<0,05$ ), схемою емоційної інгібіції ( $M=2,2522$  при  $p<0,05$ ), схемою недостатнього самоконтролю/самодисципліни ( $M=2,6522$  при  $p<0,05$ ), схемою пошуку визнання ( $M=3,4609$  при  $p<0,05$ ), схемою негативізму ( $M=2,6435$  при  $p<0,05$ ), схемою покрання ( $M=2,3478$  при

$p < 0,05$ ), часткою зраненої дитини ( $M = 2,5478$  при  $p < 0,05$ ), поступливо-покірною часткою ( $M = 2,7516$  при  $p < 0,05$ ), караючою батьківською часткою ( $M = 1,7565$  при  $p < 0,05$ ) (див. додаток 3).

Дисфункційні схеми та дезадаптивні частки частіше зустрічаються у матерів 2 кластеру. Здорова доросла частка вираженіша у «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції» порівняно із другим кластером ( $M = 4,4652$  при  $p < 0,05$ ) (див. додаток 3). Також Частка щасливої дитини у першому кластері є більшою ніж у другому ( $M = 4,1174$  при  $p < 0,05$ )

Даний порівняльний аналіз показує, що матері із вищими балами за шкалами Глобального самоствавлення та емоційного прийняття себе демонструють нижчий рівень вираженості більшості дисфункційних схем і дезадаптивних часток. Тобто приймати та схвалювати себе в цілому означає також мати менше деструктивних патернів поведінки та некорисних уявлень про себе і світ.

Також вираженість здорової дорослої частки та Частки щасливої дитини є вищою для «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції». Як відомо із теоретичної частини нашого дослідження, Здорова доросла частка є станом, в якому людина може приймати конструктивні рішення та нести за них відповідальність, справлятися з викликами. А частка здорової дитини пов'язана із спонтанністю, доброзичливістю та відчуттям любленості в особи.

Подальший кореляційний аналіз шкал самоствавлення та схем і часток всередині кластеру «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, що менше прагнуть інтеграції» допоміг встановити наступні обернені кореляційні зв'язки (див. додаток К). Серед них ми виділили середні та сильні кореляції і представили їх у вигляді схеми (див. рис. 3.2.).

Кількість кореляційних зв'язків між шкалами самоствавлення та схемами і частками для першого кластеру є більшою ніж у третього, проте меншою ніж у другого кластеру. Це свідчить про посередній рівень сформованості



дисфункційних схем і часток у «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції».

Чим краще в цілому ставиться до себе жінка (шкала Глобальне самоствлення) тим менший загальний бал по схемах ( $r=-0,56$ ,  $p<0.05$ ), нижчий рівень схеми некомпетентності ( $r=-0,67$ ,  $p<0.05$ ), схеми недостатнього самоконтролю ( $r=-0,64$ ,  $p<0.05$ ), схеми пошуку визнання ( $r=-0,63$ ,  $p<0.05$ ), менш виражена Частка недисциплінованої дитини ( $r=-0,52$ ,  $p<0.05$ ) та Відсторонено-самозахисна частка ( $r=-0,65$ ,  $p<0.05$ ).

Рівень за шкалою I.Самоповага має зворотню кореляцію із загальним балом по схемах ( $r=-0,62$ ,  $p<0.05$ ), схемою некомпетентності ( $r=-0,67$ ,  $p<0.05$ ), схемою недостатнього самоконтролю ( $r=-0,71$ ,  $p<0.05$ ), схемою пошуку визнання ( $r=-0,68$ ,  $p<0.05$ ), часткою недисциплінованої дитини ( $r=-0,52$ ,  $p<0.05$ ), часткою зраненої дитини ( $r=-0,58$ ,  $p<0.05$ ), відсторонено-самозахисною часткою ( $r=-0,71$ ,  $p<0.05$ ).

Коли шкала II.Аутосимпатія має вищі бали, то нижчим є рівень загального балу по схемах, схеми некомпетентності, схеми недостатнього самоконтролю, частки зраненої дитини, відсторонено-самозахисної частки.

Також є зворотня кореляція між шкалою 1.Самовпевненість та часткою імпульсивної дитини ( $r=-0,5$ ,  $p<0.05$ ), шкалою 3.Самоприйняття та часткою імпульсивної дитини ( $r=-0,53$ ,  $p<0.05$ ), часткою розлюченої дитини ( $r=-0,5$ ,  $p<0.05$ ), шкалою 4. Самопослідовність/Самокерівництво та схемою безпорадності/залежності ( $r=-0,6$ ,  $p<0.05$ ), шкалою 5.Самозвинувачення та схемою емоційної інгібіції ( $r=-0,5$ ,  $p<0.05$ ).

Для кластеру «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції» характерна потрійна обернена кореляція між шкалами самоствлення та згальним балом по схемах, схемою некомпетентності, схемою недостатнього самоконтролю. Можемо зробити висновок, що загальний бал по схемах для матерів цього кластеру значною мірою пов'язаний із самоствлнням.

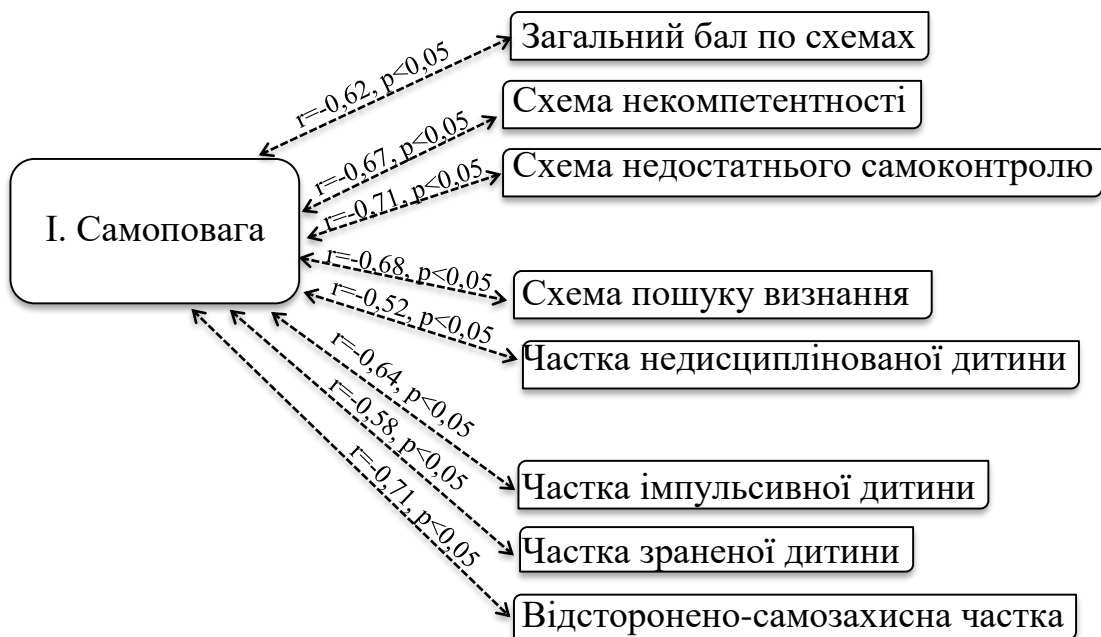
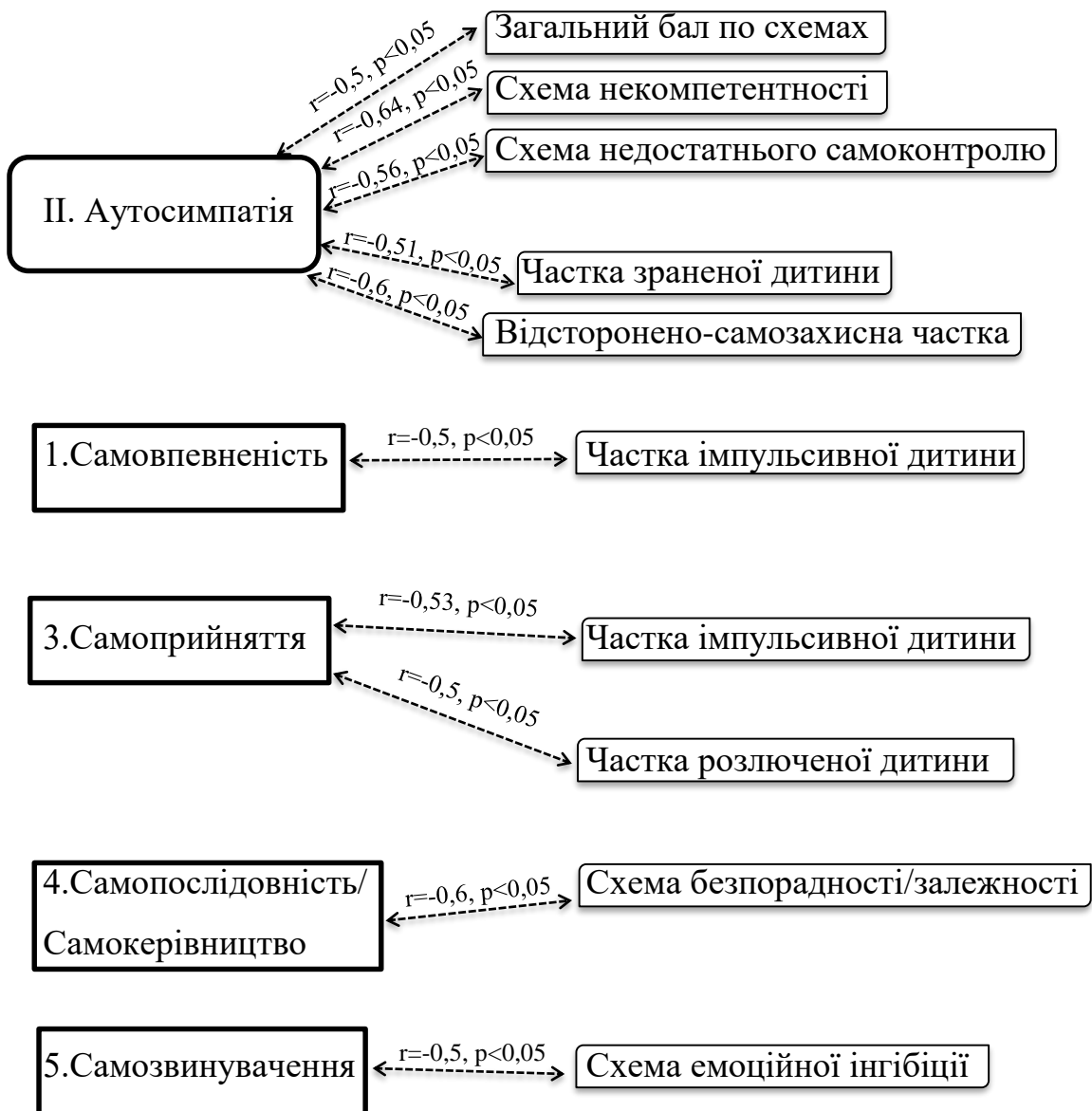


Рисунок 3.2. Кореляційні зв'язки у кластері «Матері із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції»



Продовження рис. 3.2.

Нижчий рівень схеми некомпетентності, який значною мірою пов'язаний із емоційним прийняттям себе у «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, що менше прагнуть інтеграції» свідчить про те, що учасниці цього кластеру є впевненіші у своїх здібностях справлятися із поставленими задачами. А це, як йшлося у теоретичній частині, пов'язано із вищою компетентністю у ролі матері, вищим рівнем задоволення від материнства.

Нижчий рівень схеми недостатнього самоконтролю у першому кластері співвідноситься із вищим рівнем прийняття себе на емоційному рівні. Ця схема

належить до групи схем, пов'язаних із порушенням меж. Тобто «Матері зі позитивнішим ставленням до себе, що менше прагнуть інтеграції» в цілому менше схильні до невизначеності та неконкретності.

Отже, «Матері із позитивнішим ставленням до себе, що менше прагнуть інтеграції» характеризуються вищим рівнем прийняття себе на загальному та емоційному рівнях, проте мають менше виражену поведінкову готовність до позитивної діяльності щодо себе. Вони не відрізняються за рівнем вираженості схем і часток із матерями третього кластеру. Проте мають менші бали за більшістю схем та дезадаптивних часток порівняно із другим кластером. Тут підтверджуються наші гіпотези про те, що вищий рівень самоставлення пов'язаний із меншим рівнем вираженості дисфункційних схем та дезадаптивних часток. Також підтверджується гіпотеза про те, що позитивніше самосталення корелює із вищим рівнем частки щасливої дитини та здоровою дорослою часткою. Нижчий рівень прийняття себе на поведінковому рівні для матерів першого кластеру виявився непринциповим для виокремлення статистично значущої різниці по схемах із матерями третього кластеру, які мають позитивніше самосталення на всіх трьох рівнях – загальному, емоційному та поведінковому. Проте із нижчим поведінковим прийняттям себе пов'язана більша кількість кореляційних зв'язків між шкалами самоставлення та дисфункційними схемами і частками. Це може говорити про тенденцію до того, що учасниці першого кластеру мають більш сформовані схеми і частки порівняно із учасницями третього кластеру.

### **3.2. Особливості дисфункційних схем матерів з негативнішим ставленням до себе, які прагнуть до інтеграції**

Другий кластер включає 18 матерів, тобто 23 % вибірки, і є коректним на 86 %, згідно із дискримінантним аналізом (див. додаток Е).

Другий кластер об'єднав учасниць дослідження, для яких характерні нижчі бали за шкалами Глобальне самоставлення ( $M=12,00$ ,  $p<0,05$ ), І. Самоповага ( $M=5,9524$ ,  $p<0,05$ ), ІІ. Аутосимпатія ( $M=5,8571$ ,  $p<0,05$ ), ІІІ. Самоінтерес

( $M=5,1429$ ,  $p<0,05$ ), IV. Очікуване ставлення від інших ( $M=8,7619$ ,  $p<0,05$ ) порівняно із першим та третім кластером (див. додаток Ж)..

Матері із другого кластеру мають вищий рівень 1.Самовпевненості ( $M=5,1429$ ,  $p<0,05$ ), 3. Самоприйняття ( $M=4,9048$ ,  $p<0,05$ ), 4. Самопослідовності/Самокерівництва ( $M=4,9048$ ,  $p<0,05$ ), 5. Самозвинувачення ( $M=3,6667$ ,  $p<0,05$ ) та 6. Самоінтересу ( $M=6,0476$ ,  $p<0,05$ ) порівняно із першим кластером. Та нижчий рівень 7. Саморозуміння ( $M=4,0476$ ,  $p<0,05$ ) порівняно із третім кластером. Рівень 2.Ставлення інших ( $M=5,8571$ ,  $p<0,05$ ) у другому кластері не має статистично значущої відмінності із першим та третім кластером (див. додаток Ж).

Якщо застосувати викладене вище трактування особливостей самоставлення за методикою Століна, то отримуємо щодо другого кластеру такі результати.

Глобальне самоставлення, яке позначає узагальнене ставлення до свого Я, має нижчі бали. Тобто умовно можемо позначити його як «Я-» для другого кластеру.

Шкали I. Самоповага, II. Аутосимпатія, III. Самоінтерес, IV. Очікуване ставлення від інших, які позначають емоційну складову самоставлення, мають нижчі бали у другому кластері. Позначимо умовно це як «Емоційно-».

Шкали 1. Самовпевненість, 2. Ставлення інших, 3. Самоприйняття, 4. Самопослідовність/Самокерівництво, 5. Самозвинувачення, 6. Самоінтерес, 7. Саморозуміння відповідають готовності людини до певної поведінки, вчинків щодо себе. Другий кластер має вищі бали за поведінковою складовою самоставлення. Позначимо це умовно як «Поведінка+».

Графічно структура самоставлення матерів другого кластеру відображена на рис 3.3.

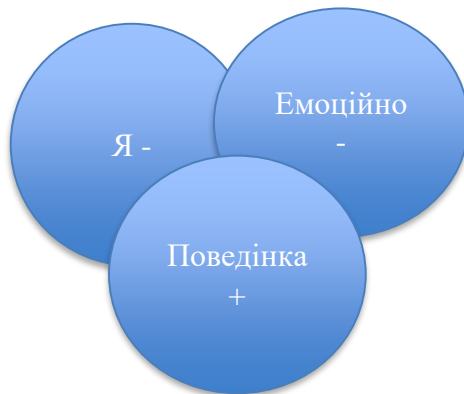


Рис. 3.3. Структура самоствавлення матерів 2 кластеру – «Матері із негативнішим ставленням до себе, які прагнуть інтеграції»

На основі цієї узагальненої структури самоствавлення, дану групу названо «Матері із негативнішим ставленням до себе, які прагнуть інтеграції».

Наступний порівняльний аналіз кластерів за вираженістю дисфункційних схем і часток показав, що «Матері із негативнішим самоствавленням, які прагнуть інтеграції», мають вищий загальний бал за дисфункційними схемами порівняно із іншими двома кластерами ( $M=59,324$  при  $p<0,05$ ) (див. додаток 3).

Схеми емоційної депривації ( $M=2,7143$  при  $p<0,05$ ), покинення ( $M=3,395$  при  $p<0,05$ ), недовіри/скривдження ( $M=2,8$  при  $p<0,05$ ), дефективності ( $M=2,3524$  при  $p<0,05$ ), некомпетентності ( $M=3,6857$  при  $p<0,05$ ), безпорадності/залежності ( $M=3,0095$  при  $p<0,05$ ), очікування катастрофи ( $M=3,5143$  при  $p<0,05$ ), злиття ( $M=2,8286$  при  $p<0,05$ ), підкорення ( $M=3,3238$  при  $p<0,05$ ), емоційної інгібіції ( $M=3,2190$  при  $p<0,05$ ), недостатнього самоконтролю ( $M=3,3333$  при  $p<0,05$ ), пошуку визнання ( $M=4,2571$  при  $p<0,05$ ), негативізму ( $M=3,8952$  при  $p<0,05$ ), покарання ( $M=3,3429$  при  $p<0,05$ ) є виражені більше ніж у інших двох кластерах (див. додаток 3).

Також «Матері із негативнішим ставленням до себе, які прагнуть інтеграції» мають вищий бал за схемою соціальної ізоляції ( $M=3,2476$  при  $p<0,05$ ) порівняно із «Матерями із позитивнішим ставленням до себе, які вирізняються інтегрованістю» (див. додаток 3).

Другий кластер має більший рівень за частками зраненої дитини ( $M=3,1$  при  $p<0,05$ ), злої дитини ( $M=3,3333$  при  $p<0,05$ ), поступливо-покірної частки ( $M=3,4082$  при  $p<0,05$ ), караючої батьківської частки ( $M=2,7095$  при  $p<0,05$ ) на протипагу «Матерям із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції» та матерями із третього кластеру (див. додаток 3).

Частки розлюченої дитини ( $M=2,3915$  при  $p<0,05$ ), відсторонено-захисна ( $M=2,5079$  при  $p<0,05$ ), відсторонено-самозаспокоююча ( $M=3,3690$  при  $p<0,05$ ) більше виражені у «Матерів із негативнішим ставленням до себе, які прагнуть інтеграції» порівняно із третім кластером (див. додаток 3).

Частка щасливої дитини ( $M=3,2381$  при  $p<0,05$ ) та здорова доросла частка ( $M=3,4429$  при  $p<0,05$ ) у «Матерів із негативнішим ставленням до себе, які прагнуть інтеграції» найменше виражені серед кластерів ( $p<0,05$ ) (див. додаток 3).

Найвищий рівень дисфункційних схем та дезадаптивних часток у «Матерів із негативнішим ставленням до себе, які прагнуть інтеграції» свідчить про більшу вразливість даного кластеру до проблем із психічним благополуччям, оскільки ряд досліджень довели, що високі бали за схемами пов'язані із ризиками виникнення депресії, тривоги, розладів особистості [5, 24, 25, 26, 37, 39, 40].

Попри вищі бали за шкалами самоствавлення, що відповідають поведінковій готовності до доброзичливої діяльності щодо себе, нижчі бали за шкалами глобального самоствавлення та емоційного самоприйняття, виявилися сильним негативним фактором, і «Матері із негативнішим ставленням до себе, що прагнуть інтеграції» об'єднав матерів із найвищим рівнем дисфункційних схем і дезадаптивних часток, та найнижчим рівнем частки Щасливої дитини та Здорової дорослої частки.

Оскільки метою нашої роботи є дослідити особливості дисфункційних схем матерів із різним самоствавленням, ми провели кореляційний аналіз шкал самоствавлення та схем і часток всередині кластеру «Матерів із негативнішим

ставленням до себе, що прагнуть інтеграції» (див. додаток Л). Отримані середні та сильні кореляційні зв'язки упорядкували на рис. 3.4.

Другий кластер відрізняється більшою кількістю кореляційних зв'язків між шкалами самоствлення та дисфункційними схемами і частками порівняно з іншими двома кластерами. Це також свідчить про достатньо виражену сформованість дисфункційних схем і часток у «Матерів із негативним ставленням до себе, що прагнуть інтеграції».

Нижчі бали глобального самоствлення у матерів другого кластеру відповідають вищим балам за загальним балом по схемах ( $r=-0,57$ ,  $p<0,05$ ), схемою недовіри/скривдження ( $r=-0,51$ ,  $p<0,05$ ), схемою дефективності ( $r=-0,56$ ,  $p<0,05$ ), схемою некомпетентності ( $r=-0,65$ ,  $p<0,05$ ), схемою злиття ( $r=-0,52$ ,  $p<0,05$ ), схемою покарання ( $r=-0,55$ ,  $p<0,05$ ), часткою зраненої дитини ( $r=-0,51$ ,  $p<0,05$ ), поступливо-покірною часткою ( $r=-0,55$ ,  $p<0,05$ ), караючою батьківською часткою ( $r=-0,62$ ,  $p<0,05$ ) (див. додаток Л). Таким чином, маємо, що невисокий рівень загального самоствлення для матерів другого кластеру означає очікування чогось недоброго від світу, сприйняття себе дефективною, некомпетентною, залежною від ближніх, яка заслуговує на покарання зі зраним серцем, приречено та з відчуттям, що так їй і треба.

Чим нижчі бали має шкала І.Самоповага, яка входить до блоку емоційного виміру самоствлення, тим вищий загальний бал по схемах ( $r=-0,54$ ,  $p<0,05$ ), більш виражені схеми некомпетентності ( $r=-0,53$ ,  $p<0,05$ ), злиття ( $r=-0,69$ ,  $p<0,05$ ), самопожертви ( $r=-0,59$ ,  $p<0,05$ ) та підкорення ( $r=-0,52$ ,  $p<0,05$ ), більш виражена караюча батьківська частка ( $r=-0,52$ ,  $p<0,05$ ) для «Матерів із негативнішим ставленням до себе, що прагнуть інтеграції» (див. додаток Л).

Тобто чим менше себе поважають матері із другого кластеру, тим більше вважають себе нездатними до вирішення поставлених завдань, більше залежні від близьких, більше намагаються служити іншим задля отримання визнання, більше приречено чекають на свою нещасливу долю із покірною опущеною головою.



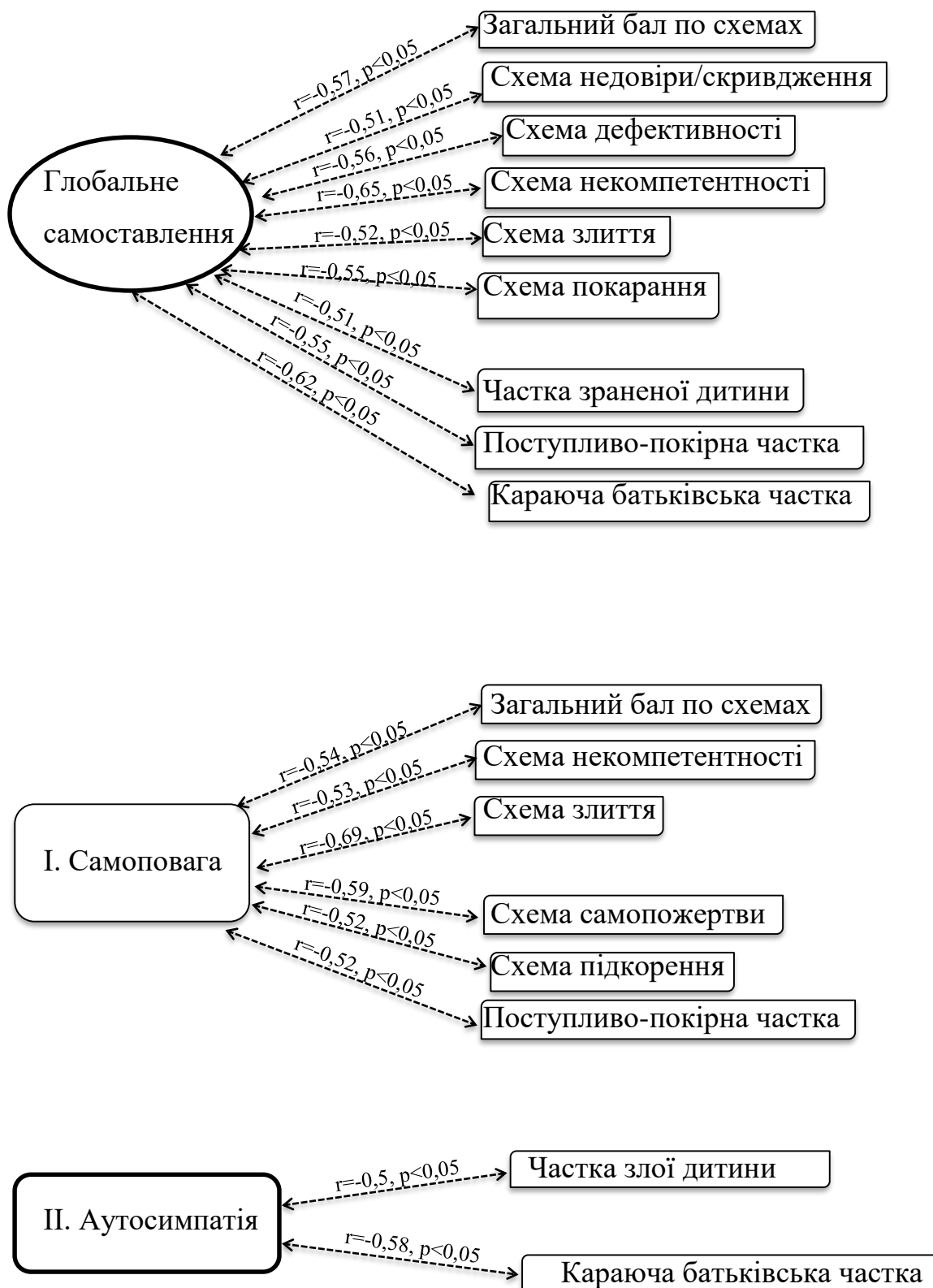
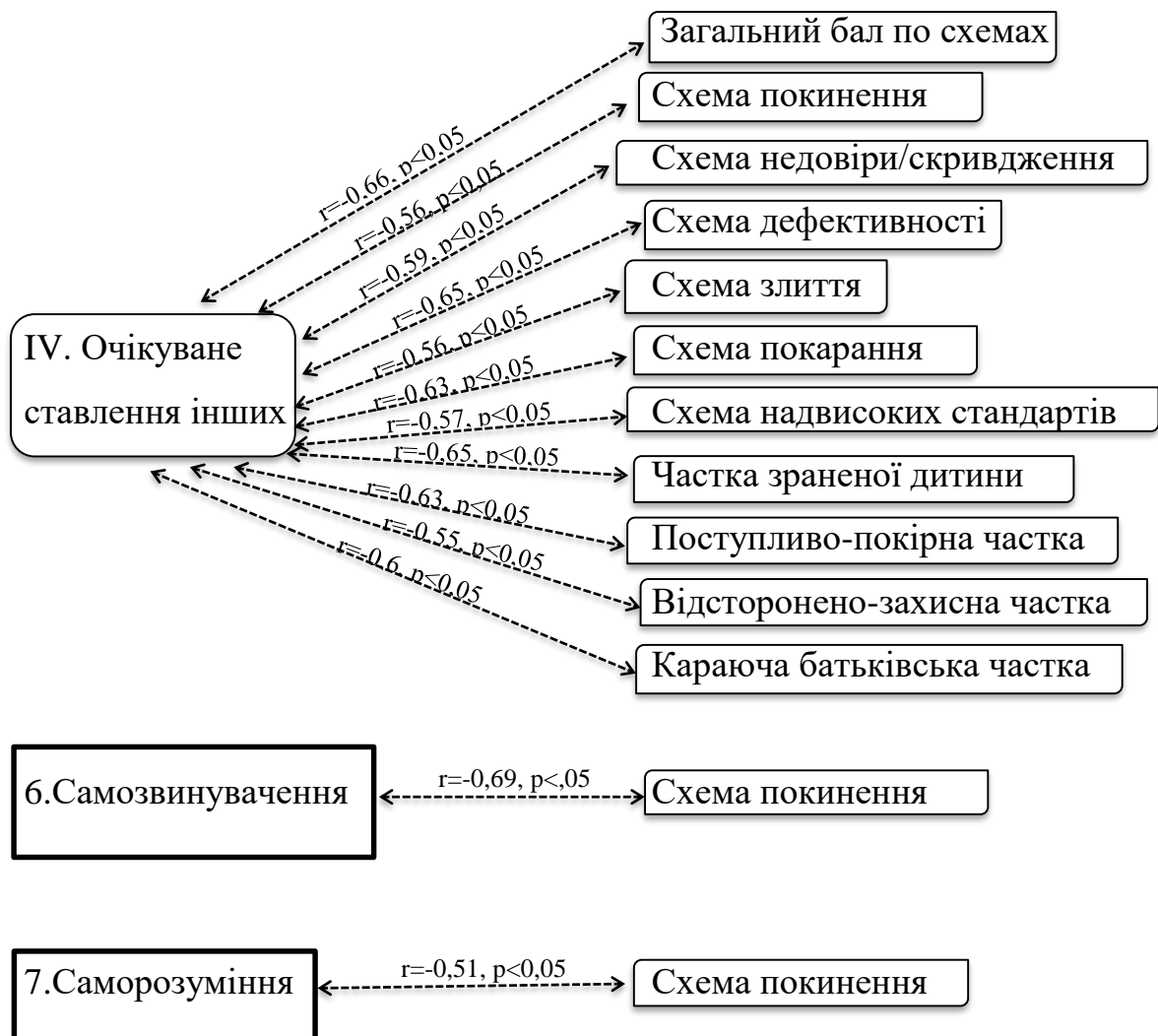


Рисунок 3.4. Кореляційні зв'язки у кластері «Матері із негативнішим ставленням до себе, які прагнуть інтеграції»



Продовження рис. 3.4.

Чим із меншою симпатією людина із другого кластеру ставиться до себе, відповідно до шкали П. Аутосимпатія, тим вираженіші у неї Частка злої дитини ( $r = -0,5, p < 0,05$ ) та Караюча батьківська частка ( $r = -0,58, p < 0,05$ ) (див. додаток Л). Іншими словами, якщо я собі не подобаюся, то я зла дитина під тиском батьківськи строгих вимог.

Для «Матерів із негативнішим ставленням до себе, що прагнуть інтеграції» невисокі сподівання щодо ставлення до них з боку інших (шкала IV. Очікуване ставлення інших) корелюють із вищим рівнем по загальному балу по схемах ( $r = -$

0,66,  $p < 0,05$ ) (див. додаток Л). Чим гіршого ставлення від інших очікує особа із другого кластеру, тим вищим для неї є бали по схемах покинення ( $r = -0,56$ ,  $p < 0,05$ ), недовіри/скривдження ( $r = -0,59$ ,  $p < 0,05$ ), дефективності ( $r = -0,65$ ,  $p < 0,05$ ), злиття ( $r = -0,56$ ,  $p < 0,05$ ), покарання ( $r = -0,63$ ,  $p < 0,05$ ), надвисоких стандартів ( $r = -0,57$ ,  $p < 0,05$ ), а також вираженіші частка зраненої дитини ( $r = -0,65$ ,  $p < 0,05$ ), постуливо-покірпа частка ( $r = -0,63$ ,  $p < 0,05$ ), відсторонено-захисна частка ( $r = -0,55$ ,  $p < 0,05$ ) та караюча батьківська частка ( $r = -0,6$ ,  $p < 0,05$ ) (див. додаток Л).

Таким чином, виходить, що матері другого кластеру переважно очікують від інших не надто позитивного ставлення і з цим пов'язані переживання самотності, скривдження, несамостійності від близьких, власної неправильності і при цьому прагнення відповідати надвисоким стандартам, маючи активовані суперечливі частки стражденної дитини, яка готова коритися і прагне уникнути стресу, під тиском вимогливого батька зсередини.

Для «Матерів із негативнішим ставленням до себе, що прагнуть інтеграції» виражене 6. Самозвинувачення (тобто сприйняття себе як причини своїх труднощів та успіхів) корелює із нижчим рівнем схеми покинення ( $r = -0,69$ ,  $p < 0,05$ ). І подібно вищі бали по шкалі 7. Саморозуміння пов'язані із менш вираженою схемою покинення ( $r = -0,51$ ,  $p < 0,05$ ) (див. додаток Л). Тобто матері із другого кластеру більше схильні вважати себе причиною своїх успіхів і труднощів, непогано себе розуміють, і відповідно ймовірність залишитися без близьких є невисокою.

Отже, «Матері із негативнішим ставленням до себе, що прагнуть інтеграції» є найменш чисельним кластером, для якого характерні нижчий рівень глобального самоствавлення та емоційного прийняття себе, але при цьому є вищий рівень готовності до позитивної діяльності у свій бік. Така неоднорідна структура самоствавлення пов'язана із вищим рівнем схем та дисфункційних часток порівняно з іншими двома кластерами. Частка щасливої дитини та здорова доросла частка є найменш виражені. Тобто справджується гіпотеза про обернений зв'язок між самоствавленням та функційними частками. Гіпотеза про

те, що невисокий рівень самоствавлення пов'язаний з вищим рівнем схем і часток, справджується частково. Оскільки ми тут маємо справу із вцілому нижчим рівнем самоствавлення і відповідно вищим рівнем схем і дезадаптивних часток. Проте за поведінковим виміром, другий кластер має вищий рівень самоствавлення, проте це ніяк не поєднується із вищим рівнем дифункційних схем і часток.

Всередині кластеру «Матерів із негативнішим ставленням до себе, що прагнуть інтеграції» є найбільша кількість кореляційних зв'язків між шкалами самоствавлення та схемами і частками. Це свідчить про більшу сформованість дисфункційних схем у матерів із другого кластеру. Неодноразово прослідковується зв'язок невисокого самоствавлення із схемами недовіри/скривдження, покинення, дефективності, злиття, покарання. Тобто вцілому матері цього кластеру схильні до невисокої самооцінки, відчуття недостатньої компетентності, несамостійності, самотності. Комбінація таких характеристик має викликати занепокоєння фахівців сфери охорони психічного здоров'я на предмет ризиків порушень психічного здоров'я, а також труднців у виконанні материнських обов'язків.

### **3.3. Особливості дисфункційних схем матерів із позитивнішим ставленням до себе, які вирізняються інтегрованістю**

Згідно зі дискримінантним аналізом третій кластер є на 100 % коректний (див. додаток Е). До нього належать 34 жінки, які складають 44 % вибірки.

Третій кластер відрізняється вищими балами за шкалами Глобального самоствавлення ( $M=20,265$ ,  $p<0,05$ ), I. Самоповаги ( $M=10,471$ ,  $p<0,05$ ), II. Аутосимпатії ( $M=10,500$ ,  $p<0,05$ ), III. Самоінтересу ( $M=6,8235$ ,  $p<0,05$ ), IV. Очікуваного ставлення від інших ( $M=10,471$ ,  $p<0,05$ ) порівняно із другим кластером (див. Додаток Ж).

Шкали 1. Самовпевненість ( $M=5,7353$ ,  $p<0,05$ ), 2. Ставлення інших ( $M=5,8824$ ,  $p<0,05$ ), 3. Самоприйняття ( $M=5,1765$ ,  $p<0,05$ ), 4. Самопослідовність/Самокерівництво ( $M=5,2059$ ,  $p<0,05$ ), 5. Самозвинувачення

( $M=4,7941$ ,  $p<0,05$ ), 6. Самоінтерес ( $M=6,5000$ ,  $p<0,05$ ), 7. Саморозуміння ( $M=4,8824$ ,  $p<0,05$ ) у третього кластеру вищі за перший (див. Додаток Ж). За шкалами 5. Самозвинувачення ( $M=5,1765$ ,  $p<0,05$ ) і 7. Саморозуміння ( $M=4,8824$ ,  $p<0,05$ ) третій кластер перевищує перший і другий (див. Додаток Ж).

Спираючись на опис особливостей самоствавлення за методикою Століна, можемо зрозуміти щодо третього кластеру наступне.

Шкала Глобальне самоствавлення, яка вимірює ставлення до свого Я в цілому, у третьому кластері має вищі бали. Для наочності позначимо це як «Я+».

Для третього кластеру характерні вищі бали за шкалами, які відповідають за емоційне сприйняття себе, а саме: шкали I. Самоповага, II. Аутосимпатія, III. Самоінтерес, IV. Очікуване ставлення від інших. Узагальнено позначаємо це як «Емоційно+».

Шкали 1. Самовпевненість, 2. Ставлення інших, 3. Самоприйняття, 4. Самопослідовність/Самокерівництво, 5. Самозвинувачення, 6. Самоінтерес, 7. Саморозуміння відображають готовність людини до певної поведінки стосовно себе. Третій кластер має вищі бали за поведінковою складовою самоствавлення. Позначимо це умовно як «Поведінка+».

Для наочності структуру самоствавлення матерів третього кластеру ми відобразили на рис 3.5.

Відповідно до особливостей самоствавлення матерів третього кластеру, ми назвали його «Матері із позитивнішим ставленням до себе, які вирізняються інтегрованістю».

Оскільки метою нашої роботи є дослідити особливості дисфункційних схем матерів із різним самоствавленням, ми провели подальший порівняльний аналіз вираженості дисфункційних схем і часток «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю» із іншими двома кластерами.



Рисунок 3.5. Структура самоствалення матерів 3 кластеру – «Матері із позитивнішим ставленням до себе, які вирізняються інтегрованістю»

Для «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю» немає статистично значущої різниці за рівнем вираженості схем і часток із «Матерями з позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції».

«Матері із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю» мають нижчі бали за всіма показниками дисфункційних схем і часток порівняно із «Матерями з негативнішим ставленням до себе, що прагнуть інтеграції» (див. додаток 3). Частка щасливої дитини ( $M=4,2471$  при  $p<0,05$ ) і Здорова доросла частка у перших виражена більше ( $M=4,4382$  при  $p<0,05$ ) (див.додаток 3).

Отже, «Матері з позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю» об'єднали учасниць із меншими ризиками для порушень психічного здоров'я та психологічного благополуччя, яке пов'язане із низьким рівнем схем та часток [5, 24, 25, 26, 37, 39, 40].

Подальший кореляційний аналіз шкал самоствалення та дисфункційних схем і часток кластеру «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю» показав невелику кількість кореляційних зв'язків

(див. додаток М). Виявлено лише чотири кореляційних зв'язки середньої сили, відображені на рис. 3.6.

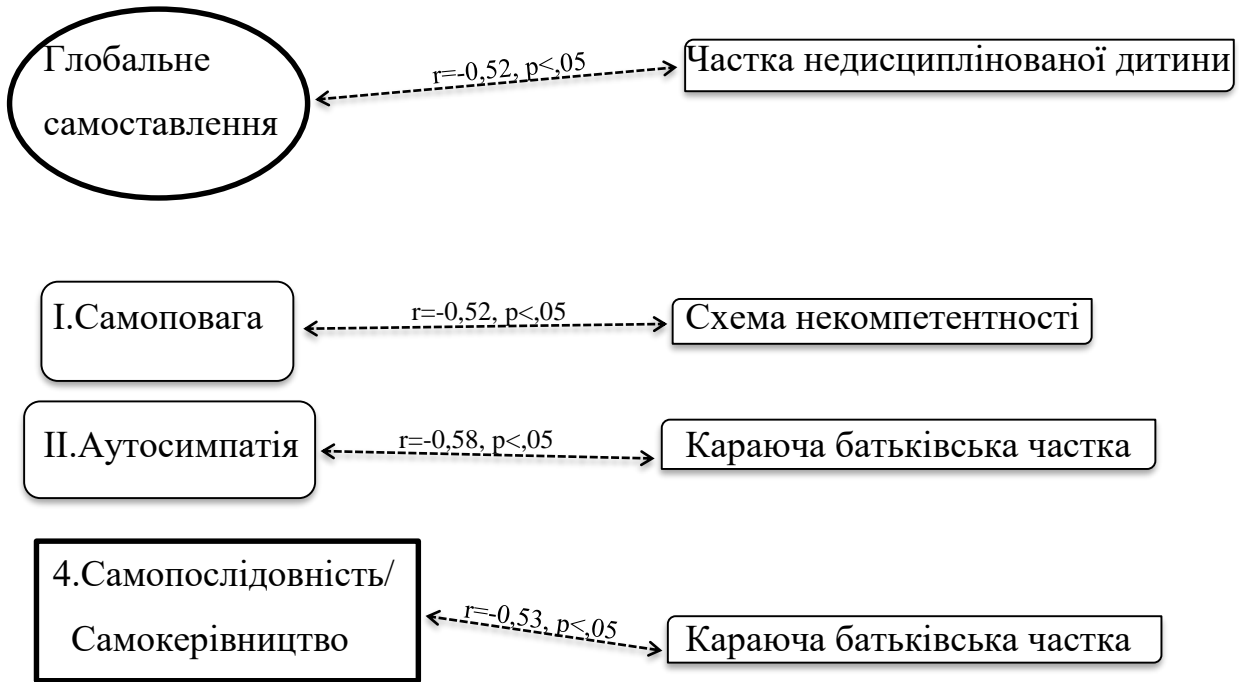


Рисунок 3.6. Кореляційні зв'язки у кластері «Матері із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю»

Вищий рівень глобального самоствавлення у матерів третього кластеру відповідає меншому рівню частки недисциплінованої дитини ( $r=-0,52, p<0,05$ ) (див. додаток М). Тобто мати із вищим самоствавленням краще контролює свою поведінку і бажання, вмє краще планувати. Цей висновок цілком відповідає твердженням Бандури про зв'язок доброго сприйняття себе та здатність до зваженої діяльності, завдяки передчуттю доброго результату [3].

Вищий рівень самоповаги у «Матерів і позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю» має обернену кореляцію із схемою некомпетентності ( $r=-0,52, p<0,05$ ). Це перегукується із попереднім висновком і ще раз підтверджує важливість самоповаги для відчуття власної компетентності.

Вищий рівень аутосимпатії пов'язаний із менш вираженою караючою батьківською часткою у матерів третього кластеру ( $r=-0,58$ ,  $p<0,05$ ). Це підтверджується інформацією з нашої теоретичної частини, адже караючабатьківська частка пов'язана із надмірною вимогливістю та критичністю до себе, а це суперечить виникненню аутосимпатії. Аутосимпатія це насамперед емоційно тепле прийняття себе.

Караюча батьківська частка також виявилася протилежною до балів за шкалою 4.Самопослідовність/самокерівництво ( $r=-0,53$ ,  $p<0,05$ ). Це цікавий кореляційний зв'язок, оскільки він стверджує, що здатність дотримуватися поставлених перед собою завдань є вищою, коли вимогливий батьківський голос, який погрожує, є менш вираженим. І це ще раз доводить некорисність критично-осуджуючої позиції для відповідального саокерівництва.

Найменша кількість і найнижча вираженість кореляційних зв'язків між шкалами самоствавлення та дисфункційними схемами і частками у «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю» свідчить про недовго сформованість дисфункційних схем і часток у представниць цього кластеру. Отже маємо ще одне підтвердження вищого рівня психічного здоров'я і благополуччя матерів із третього кластеру.

Підсумовуючи можемо стверджувати, що «Матері із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю» є кластером із найвищими показниками по самоствавленню. Їхнє самоствавлення є гармонійним та вирізняється доброзичливістю до себе на рівні глобального самоствавлення, емоційного та поведінкового прийняття себе. Рівень схем та дисфункційних часток при цьому у третьому кластері є таким самим як і у «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, що менше прагнуть до інтеграції». Тобто поведінкова складова самоствавлення виявляється менш важливою при оцінці дисфункційних схем.



Але для третього кластеру характерна найнижча кількість і сила кореляційних зв'язків між шкалами самоствалення та схемами і частками. Ми пов'язуємо це із недостатньою сформованістю схем у матерів третього кластеру.

Дослідження «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю» підтвердило наші гіпотези про те, що вищий рівень самоствалення пов'язаний із нижчим рівнем вираженості схем та дезадаптивних часток, а також із більш вираженою часткою щасливої дитини та здоровою дорослою часткою.

### **3.3. Практичні рекомендації психологам, які працюють з матерями**

Результати проведеного дослідження можуть стати у нагоді психологам, що надають психологічну підтримку матерям, сім'ям, дітям, жінкам, що планують материнство, та фахівцям сфери громадського здоров'я.

Дослідження дисфункційних схем матерів із різним самостваленням показало, що добре самоствалення пов'язане із нижчим рівнем проявлення дисфункційних схем та дезадаптивних часток. Важливішим при цьому є сприйняття себе на загальному та емоційному рівні. Поведінкова складова самоствалення є похідною від перших двох і мало пов'язана із проявленням схем.

Тож терапевтам варто враховувати, особливо на первинних консультаціях, що жінки, які схильні зневажливо відгукуватися про себе, оцінювати свою особу в цілому негативно, мати негативні упередження щодо ставлення з боку інших, матимуть більш виражені схеми.

Згідно із нашим дослідженням, такі клієнтки складатимуть близько 24 % від вибірки. На основі встановлених особливостей їхніх дисфункційних схем, доцільно працювати насамперед із їхнім відчуттям власної некомпетентності та подолання відчуття своєї дефективності, неправильності. Також вони мають відчутні труднощі із відчуттям покинутості та самотності перед своїми викликами.

Щоб попередити у матерів появу труднощів із психчним здоров'ям, що розвиваються внаслідок активації дисфункційних схем та часток, важливо

працювати з жінками, що знаходяться у групі ризику через низьке самоствлення, на етапі підготовки до материнства та на початкових етапах материнства.

Також корисними є інформаційні кампанії з промоції виявлення потенційних психологічних труднощів, що виникають у матерів із негативним самоствленням та дисфункційними схемами.

### **Висновки до Розділу III**

Отримані під час дослідження дані про самоствлення матерів було піддано кластерному аналізу. Вдалося виокремити три групи матерів із різним самоствленням: 1) «Матері із позитивнішим ставленням до себе, що менше прагнуть до інтеграції», 2) «Матері із негативнішим ставленням, що прагнуть до інтеграції», 3) «Матері із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю».

«Матері із позитивнішим ставленням до себе, що менше прагнуть інтеграції» мають вищий ступінь прийняття себе на загальному та емоційному рівнях, проте у них менше виражену поведінкову складову самоствлення яка полягає у готовності до позитивної діяльності щодо себе. Вони не відрізняються за рівнем вираженості схем і часток із матерями третього кластеру. Проте мають менші бали за більшістю схем та дезадаптивних часток порівняно із другим кластером.

Із нижчим поведінковим прийняттям себе пов'язана більша кількість кореляційних зв'язків між шкалами самоствлення та дисфункційними схемами і частками. Це може говорити про тенденцію до того, що учасниці першого кластеру мають більш сформовані схеми і частки порівняно із учасницями третього кластеру.

«Матері із негативнішим ставленням до себе, що прагнуть інтеграції» є найменш чисельним кластером, для якого характерні нижчий рівень глобального самоствлення та емоційного прийняття себе, але при цьому є вищий рівень

готовності до позитивної діяльності у свій бік. Невисокий рівень та неоднорідна структура самоствавлення пов'язана із вищим рівнем схем і дезадаптивних часток порівняно з іншими двома кластерами. Частка щасливої дитини та здорова доросла частка є найменш виражені у другому кластері.

Всередині кластеру «Матерів із негативнішим ставленням до себе, що прагнуть інтеграції» є найбільша кількість кореляційних зв'язків між шкалами самоствавлення та схемами і частками. Це свідчить про більшу сформованість дисфункційних схем у матерів із другого кластеру. Неодноразово прослідковується зв'язок невисокого самоствавлення із схемами недовіри/скривдження, покинення, дефективності, злиття, покарання. Тобто вцілому матері цього кластеру схильні до невисокої самооцінки, відчуття недостатньої компетентності, несамостійності, самотності. Комбінація таких характеристик має викликати занепокоєння фахівців сфери охорони психічного здоров'я на предмет ризиків порушень психічного здоров'я, а також щодо труднощів у виконанні материнських обов'язків.

«Матері із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю» є кластером із найвищими показниками по самоствавленню. Їхнє самоствавлення є гармонійним та вирізняється доброзичливістю до себе на рівні глобального самоствавлення, емоційного та поведінкового прийняття себе. Рівень схем та дисфункційних часток при цьому у третьому кластері є таким самим як і у «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, що менше прагнуть до інтеграції». Тобто поведінкова складова самоствавлення виявляється менш важливою при оцінці дисфункційних схем.

Але для третього кластеру характерна найнижча кількість і сила кореляційних зв'язків між шкалами самоствавлення та схемами і частками. Ми пов'язуємо це із недостатньою сформованістю схем у матерів третього кластеру.

## ВИСНОВКИ

Для проведення дослідження дисфункційних схем матерів із різним самоставлення ми здійснили теоретичний аналіз понять дисфункційних схем та часток за Джефрі Янгом, поняття самоставлення за Століним, простежили роль цих факторів у житті матерів.

Дисфункційні схеми, за Джефрі Янгом, це закладені у дитинстві та юності шкідливі патерни поведінки, когніцій, емоцій у відповідь на певні обставини. Вони формуються через незадоволення головних емоційних потреб та перешкоджають доброму функціонуванню людини, порушують її психічне благополуччя, стають фактором вразливості до психічних розладів.

Дисфункційні схеми є завуальованими, їх буває складно виявляти і досліджувати. На противагу цьому частки лежать на поверхні і є видимими реакціями людини на подразнення схеми. Частки часто змінюються, перемикаються залежно від життєвого контексту. З ними легше працювати, до них зручно апелювати.

Далі ми дали визначення поняттю самоставлення відповідно до Століна: самоставлення це відношення людини до своєї «Я-концепції». Воно є складним поняттям, що має когнітивний, емоційний та поведінковий виміри. Формується через інтегрування уявлень про себе в різних сферах, ієрархізується відповідно до цінностей особи, є неоднорідним та прагне до самозбереження. Самоставлення модифікується протягом життя особи, є більш гнучким порівняно із дисфункційними схемами.

У контексті материнства самоставлення розкривається зокрема через такі свої складові як впевненість у материнській компетентності, задоволеність материнством, відчуття провини та сорому. Переконання матері у своїй ефективності та задоволеність материнством корелює із кращим виконанням материнських обов'язків, кращою поведінкою і розвитком дітей. Відчуття сорому та провини є предикторами депресії у матерів.

Дисфункційні схеми матерів пов'язані із порушенням психічного благополуччя у жінок, виникненням тривоги та депресії, гіршим виконанням материнських функцій. Дисфункційні схеми матерів негативно впливають на психічне благополуччя та розвиток дітей.

Щоб дослідити дисфункційні схеми матерів із різним самостваленням запропонували матерям заповнити анкету із демографічними даними, опитвальник самоствалення Століна, скорочений опитвальник по схемах Янга (YSQ-S3), скорочений опитвальний по часткам (SMI). В дослідженні взяли участь 78 матерів.

Завдяки кластерному аналізу ми розділили матерів на три групи, залежно від їхнього самоствалення: 1) «Матері із позитивнішим ставленням до себе, що менше прагнуть до інтеграції», 2) «Матері із негативнішим ставленням, що прагнуть до інтеграції», 3) «Матері із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю».

«Матері із позитивнішим ставленням до себе, що менше прагнуть інтеграції» мають вищий ступінь прийняття себе на загальному та емоційному рівнях, проте поведінкова складова самоствалення, яка полягає у готовності до позитивної діяльності щодо себе, виражена менше. Вони не відрізняються за рівнем вираженості схем і часток із матерями третього кластеру. Проте мають менші бали за більшістю схем та дезадаптивних часток порівняно із другим кластером.

Із нижчим поведінковим прийняттям себе пов'язана більша кількість кореляційних зв'язків між шкалами самоствалення та дисфункційними схемами і частками. Це може говорити про тенденцію до того, що учасниці першого кластеру мають більш сформовані схеми і частки порівняно із учасницями третього кластеру.

«Матері із негативнішим ставленням до себе, що прагнуть інтеграції» є найменш чисельним кластером, для якого характерні нижчий рівень глобального самоствалення та емоційного прийняття себе, але при цьому є вищий рівень

готовності до позитивної діяльності у свій бік. Невисокий рівень та неоднорідна структура самоствалення пов'язана із вищим рівнем схем і дезадаптивних часток порівняно з іншими двома кластерами. Частка щасливої дитини та здорова доросла частка є найменш виражені у другому кластері.

Всередині кластеру «Матерів із негативнішим ставленням до себе, що прагнуть інтеграції» є найбільша кількість кореляційних зв'язків між шкалами самоствалення та схемами і частками. Це свідчить про більшу сформованість дисфункційних схем у матерів із другого кластеру. Неодноразово прослідковується зв'язок невисокого самоствалення із схемами недовіри/скривдження, покинення, дефективності, злиття, покарання. Тобто вцілому матері цього кластеру схильні до невисокої самооцінки, відчуття недостатньої компетентності, несамостійності, самотності. Комбінація таких характеристик має викликати занепокоєння фахівців сфери охорони психічного здоров'я на предмет ризиків порушень психічного здоров'я, а також щодо труднощів у виконанні материнських обов'язків.

«Матері із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю» є кластером із найвищими показниками по самостваленню. Їхнє самоствалення є гармонійним та вирізняється доброзичливістю до себе на рівні глобального самоствалення, емоційного та поведінкового прийняття себе. Рівень схем та дисфункційних часток при цьому у третьому кластері є таким самим як і у «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, що менше прагнуть до інтеграції». Тобто поведінкова складова самоствалення виявляється менш важливою при оцінці дисфункційних схем.

Але для третього кластеру характерна найнижча кількість і сила кореляційних зв'язків між шкалами самоствалення та схемами і частками. Ми пов'язуємо це із недостатньою сформованістю схем у матерів третього кластеру.

Наші гіпотези про те, що вищі бали за шкалами самоствалення відповідають нижчому рівню вираженості дисфункційних схем та дезадаптивних часток, та

вищому рівню адаптивних часток підтвердилися частково. Так сталося тому, що ми не врахували складну, ієрархічно влаштовану структуру самоствавлення.

У «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, які менше прагнуть інтеграції» вищий рівень загального самоствавлення та емоційного самоствавлення відповідають нижчому рівню схем і дезадаптивних часток, вищому рівню адаптивних часток. Проте поведінкова складова самоствавлення, яка є нижчою у першому кластері, не пов'язана із вищим балом по схемах і дезадаптивних частках, нижчим балом по адаптивним часткам. Ми не врахували можливість погано інтегрованого самоствавлення, з яким ми маємо справу у першому кластері, і для якого принциповими є значення шкали самоствавлення, які ієрархічно розташовані вище, тоді як поведінкова складова має менший вплив на самоствавлення загалом.

У «Матерів із гіршим ставленням до себе, що прагнуть до інтеграції» маємо справу із загалом нижчим рівнем самоствавлення і відповідно вищим рівнем схем і дезадаптивних часток. Проте за поведінковим виміром, другий кластер має вищий рівень самоствавлення, але це ніяк не поєднується із вищим рівнем дифункційних схем і часток. Знову ж, це пов'язано із більшою значимістю загального самоствавлення та емоційного самоствавлення порівняно із поведінковим виміром.

Дослідження «Матерів із позитивнішим ставленням до себе, що вирізняються інтегрованістю» підтвердило наші гіпотези про те, що вищий рівень самоствавлення пов'язаний із нижчим рівнем вираженості схем та дезадаптивних часток, а також із більш вираженою часткою щасливої дитини та здоровою дорослою часткою.

Підсумком дослідження стало формулювання практичних порад психологам та фахівцям сфери громадського здоров'я про необхідність особливої уваги до жінок, які мають низький рівень самоствавлення. Важливо здійснювати раннє психологічне втручання на перших етапах материнства з метою формувати у матерів відчуття власної компетентності, впевненості та

задоволення материнством. А також організувати інформаційні кампанії з промоції виявлення потенційних психологічних труднощів, що виникають у матерів із негативним самостваленням та дисфункційними схемами.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Azar T.S., Nix R.L., Makin-Byrd K.N. Parenting schemas and the process of change// Journal of Marital and Family Therapy – p.45-48. // Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://search.proquest.com/openview/2623a66adc76f4710b259460cbae6829/1?pq-origsite=gscholar&cbl=47664>
2. Bach, B., Simonsen, E., Christoffersen, P., & Kriston, L. (2017). The Young Schema Questionnaire 3 Short Form (YSQ-S3): Psychometric properties and association with personality disorders in a Danish mixed sample. European Journal of Psychological Assessment, 33(2), 134-143. // Режим доступу: березень 2019 р. <https://psycnet.apa.org/record/2015-29402-001>
3. Bandura A. Self-Efficacy in Changing Societies – New York. 1995. – 351 p.
4. Beck A. Cognitive therapy and the emotional disorders. - New York. 1976.
5. Cámara M, Calvete E. Early maladaptive schemas as moderators of the impact of stressful events on anxiety and depression in university students. J Psychopathol Behav Assess. 2012; 34(1):58-68. //Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10862-011-9261-6>
6. Chojenta C. L., Lucke J. C., Forder P. M., Loxton D. J. Maternal Health Factors as Risks for Postnatal Depression: A Prospective Longitudinal Study //Режим доступу: вересень 2018 р. <http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0147246#sec007>
7. Coleman, P. K. and Karraker, K. H. (2003), Maternal self-efficacy beliefs, competence in parenting, and toddlers' behavior and developmental status. Infant Ment. Health J., 24: 126-148. doi:[10.1002/imhj.10048](https://doi.org/10.1002/imhj.10048) // Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://onlinelibrary.wiley.com/action/showCitFormats?doi=10.1002%2Fimhj.10048>

8. Connell A.M., Goodman S.H. The association between psychopathology in fathers versus mothers and children's internalizing and externalizing behavior problems: a meta-analysis. *Psychological bulletin*. 2002; 128(5):746. //Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12206193>
9. Cuijpers, P., Weitz, E., Karyotaki, E. et al. The effects of psychological treatment of maternal depression on children and parental functioning: a meta-analysis. *Eur Child Adolesc Psychiatry* (2015) 24: 237. – // Режим доступу: вересень 2018 р. <https://doi.org/01.1007/s00787-014-0660-6>
10. Dunford E., Granger C. / Maternal Guilt and Shame: Relationship to Postnatal Depression and Attitudes towards Help-Seeking — 2017. — //Режим доступу: вересень 2018 р. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10826-017-0690-z>
11. Engle P.L. Maternal mental health\_ program and policy implications. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 89(3), 963S–966S \_ 10.3945\_ajcn.2008.26692G //Режим доступу: вересень 2018 р. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19176734>
12. Erdwins C.J., Buffardi L.C., Casper W.J. The Relationship of Women's Role Strain to Social Support, Role Satisfaction, and Self-Efficacy\_. *Family Relations*, 50(3), 230–238 \_ 10.1111\_j.1741-3729.2001.00230.x //Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1741-3729.2001.00230.x>
13. Fard Z.G., Schneider S., Hudson J.L., Habibi M., Pooravari M., Heidari Z.H. Early maladaptive schemas as predictors of child anxiety: the role of child and mother schemas // Режим доступу: листопад 2018 р. <http://journals.sbmu.ac.ir/ijabs/article/view/7564>
14. Field T. Postnatal anxiety prevalence, predictors and effects on development\_ A narrative review. *Infant Behavior and Development*, 51, 24–32 \_ 10.1016\_j.infbeh.2018.02.005 // Режим доступу: вересень 2018 р. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0163638317302357?via%3Dihub>

15. Harrison A.O., Minor J.H. Interrole Conflict, Coping Strategies, and Role Satisfaction Among Single and Married Employed Mothers. *Psychology of Women Quarterly*, 6(3), 354–360 \_ 10.1111\_j.1471-6402.1982.tb00037.x //Режим доступу: березень 2019 р. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1111/j.1471-6402.1982.tb00037.x#>
16. Johnston Ch., J. Mash E.J. A Measure of Parenting Satisfaction and Efficacy, *Journal of Clinical Child Psychology*, 18:2, 167-175, DOI: 10.1207/s15374424jccp1802\_8 // Режим доступу: березень 2019 р. [https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15374424jccp1802\\_8](https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15374424jccp1802_8)
17. Kim J., Cicchetti K.J. A Longitudinal Study of Child Maltreatment, Mother–Child Relationship Quality and Maladjustment: The Role of Self-Esteem and Social Competence *Abnorm Child Psychol* (2004) 32: 341. //Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://doi.org/10.1023/B:JACP.0000030289.17006.5a>
18. Lobbestael J., van Vreeswijk M., Spinhoven P., Arntz A. Reliability and Validity of the Short Schema Mode Inventory (SMI). *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 38(04), 437–458 \_ 10.1017\_S1352465810000226 // Режим доступу: березень 2019 р. <https://www.cambridge.org/core/journals/behavioural-and-cognitive-psychotherapy/article/reliability-and-validity-of-the-short-schema-mode-inventory-smi/4F6A19E8D053558DB2F2F6FDBD2E48CA>
19. Melnick, B., & Hurley, J. R. (1969). Distinctive personality attributes of child-abusing mothers. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33(6), 746-749. //Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://psycnet.apa.org/record/1970-03841-001>
20. Moghadam R., Quchan F.D., Shomia A.Kh. (2018). The Role of Mother's Early Maladaptive Schema in Predicting Early Maladaptive Schemas and Loneliness of Children Aged 8 to 15 Years in Amol City, Iran. *JOURNAL OF CLINICAL AND DIAGNOSTIC RESEARCH*. 12. 10.7860/JCDR/2018/36369.12072. // Режим доступу: жовтень 2018 р.

- <https://www.researchgate.net/publication/327266704> The Role of Mother's Early Maladaptive Schema in Predicting Early Maladaptive Schemas and Loneliness of Children Aged 8 to 15 Years in Amol City Iran
21. Mouton P.Y., Tuma J.M. (1988) Stress, Locus of Control, and Role Satisfaction in Clinic and Control Mothers, *Journal of Clinical Child Psychology*, 17:3, 217-224, DOI: 10.1207/s15374424jccp1703\_4 // Режим доступу: жовтень 2018 р. [https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15374424jccp1703\\_4](https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15374424jccp1703_4)
22. Mulsow M., Caldera Y. M. Pursley M., Reifman A. Multilevel Factors Influencing Maternal Stress During the First Three Years // Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/j.1741-3737.2002.00944.x>
23. Neff K. Self-Compassion and Psychological Well-Being // *Constructivism in the Human Sciences*; Denton Vol. 9, Iss. 2, (2004): 27-38 // Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://search.proquest.com/openview/0db9e7fee1b9b4f7d002beca74739099/1?pq-origsite=gscholar&cbl=29080>
24. Nordahl H. M., Holthe H., Haugum J. A. Early Maladaptive Schemas in Patients with or without Personality Disorders: Does Schema Modification Predict Symptomatic Relief? *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 2005, vol. 12, pp. 142–149. // Режим доступу: вересень 2018 р. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/cpp.430>
25. Pinto-Gouveia J, Castilho P, Galhardo A, Cunha M. Early maladaptive schemas and social phobia. *Cognit Ther Res*. 2006; 30(5):571-84. // Режим доступу: вересень 2018 р. <https://core.ac.uk/download/pdf/19126120.pdf>
26. Rafaeli E., Bernstein D.P., Young J. Schema Therapy: Distinctive Features – 2011 – 184 с.
27. Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes. *American sociological review*, 60 (1), 141-156, doi: 10.2307/2096350 // Режим

доступу: березень 2019 р.

[https://www.researchgate.net/publication/271953721\\_Global\\_Self-Esteem\\_and\\_Specific\\_Self-Esteem\\_Different\\_Concepts\\_Different\\_Outcomes](https://www.researchgate.net/publication/271953721_Global_Self-Esteem_and_Specific_Self-Esteem_Different_Concepts_Different_Outcomes)

28. Sanders, M. R. and Woolley, M. L. (2005), The relationship between maternal self-efficacy and parenting practices: implications for parent training. *Child: Care, Health and Development*, 31: 65-73. doi:[10.1111/j.1365-2214.2005.00487.x](https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2005.00487.x) //Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://onlinelibrary.wiley.com/action/showCitFormats?doi=10.1111%2Fj.1365-2214.2005.00487.x>
29. Schatzman M. Early maladaptive schemas mediating the relationship between perceptions of early parenting and depression and anxiety (2009). *Theses and Dissertations*. 668. //Режим доступу: вересень 2018 р. <https://rdw.rowan.edu/etd/668>
30. Stopa L, Thorne P, Waters A, Preston J. Are the short and long forms of the Young Schema Questionnaire comparable and how well does each version predict psychopathology scores? *J Cogn Psychother*. 2001; 15(3):253-72. //Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://psycnet.apa.org/record/2001-05808-006>
31. Tsivos Z.-L., Calam R., Sanders M. R., Wittkowski A. Interventions for postnatal depression assessing the mother–infant relationship and child developmental outcomes: a systematic review. //Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4412485/>
32. Taylor C. D. J., Harper S. F. Early maladaptive schema, social functioning and distress in psychosis: A preliminary investigation. *Clinical Psychologist*, 2017, vol. 21, pp. 135-142. // Режим доступу: березень 2019 р. [https://www.researchgate.net/publication/271953721\\_Global\\_Self-Esteem\\_and\\_Specific\\_Self-Esteem\\_Different\\_Concepts\\_Different\\_Outcomes](https://www.researchgate.net/publication/271953721_Global_Self-Esteem_and_Specific_Self-Esteem_Different_Concepts_Different_Outcomes)  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/cp.12082>

33. Van Vlierberghe L, Timbremont B, Braet C, Basile B. Parental schemas in youngsters referred for antisocial behaviour problems demonstrating depressive symptoms. *J Forens Psychiatry Psychol.* 2007; 18(4):515-33. //Режим доступу: жовтень 2018 р. [https://www.researchgate.net/publication/229068641\\_Parental\\_schemas\\_in\\_youngsters\\_referred\\_for\\_antisocial\\_behaviour\\_problems\\_demonstrating\\_depressive\\_symptoms](https://www.researchgate.net/publication/229068641_Parental_schemas_in_youngsters_referred_for_antisocial_behaviour_problems_demonstrating_depressive_symptoms)
34. Waller G, Meyer C, Ohanian V. Psychometric properties of the long and short versions of the Young Schema Questionnaire: Core beliefs among bulimic and comparison women. *Cognit ther res.* 2001; 25(2):137-47. //Режим доступу: жовтень 2018 р. <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1026487018110>
35. Wood W. (2000) Attitude Change\_ Persuasion and Social Influence. *Annual Review of Psychology*, 51(1), 539–570 \_ 10.1146\_annurev.psych.51.1.539 [https://www.annualreviews.org/doi/pdf/10.1146\\_annurev.psych.51.1.539](https://www.annualreviews.org/doi/pdf/10.1146_annurev.psych.51.1.539)
36. World Health Organization. (2008). Maternal mental health and child health and development in low and middle income countries : report of the meeting, Geneva, Switzerland, 30 January - 1 February, 2008. World Health Organization. <http://www.who.int/iris/handle/10665/43975>
37. Young, J. E. (1999). *Cognitive Therapy for Personality Disorders: A Schema-Focused Approach*. Sarasota, FL: Professional Resource Exchange. – 3rd ed. – Practitioner's Resource Series, 83 p.
38. Young J.E. *Young schema questionnaire short form*. New York: Cognitive Therapy Center. 1998.
39. Young, J. E., Klosko, J. S., Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press, 436 p.
40. Арнц А., Якоб Г. *Схема-терапія: модель роботи з частками*. – Львів: Свічадо, 2014. – 254 с.
41. Бернс Р. Б. *Я-концепция и воспитание*. — М., 1989. — 169 с.

- 42.Бодалев А.А., Столин В.В., Аванесов В.С. Общая психодиагностика. – СПб.: Изд-во «Речь», 2000. - 440 стр.  
<http://soc.univ.kiev.ua/sites/default/files/library/elopen/bodalev.pdf>
- 43.Борн К. Решение проблемы самооценки или «комплекса неполноценности» // Режим доступа: березень 2019 р.  
[http://tikhonova.com.ua/problema\\_samoocenki.pdf](http://tikhonova.com.ua/problema_samoocenki.pdf)
- 44.Бутузова Л.П. Методики вивчення самосвідомості. – Житомир, 2016.  
//Режим доступа: жовтень 2018 р.  
<https://studfiles.net/preview/5263787/page:39/>
- 45.Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. – Львів: Свічадо, 2014. – 420 с.
- 46.Кігічак-Борщевська А.В. Первинні моделі стосунків у сім'ї як предиктор психічного здоров'я // Львівський клінічний вісник, №1 (9) 2015. – С. 58-60.
- 47.Овчарова Р. В. Психологическое сопровождение родительства. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. - 319 с. //Режим доступа: жовтень 2018 р. [http://psyjournals.ru/files/22751/mpj\\_2001\\_n3\\_Hamitova.pdf](http://psyjournals.ru/files/22751/mpj_2001_n3_Hamitova.pdf)
- 48.Пантिलеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1991. – 101 с.
- 49.Романчук О. Схема-терапія пограничного розладу особистості // НейроNews 2 (37) 2012 //Режим доступа: жовтень 2018 р.  
<https://neuronews.com.ua/ua/issue-article-601/Shema-terapiya-pogranichnogo-rozladu-osobistosti#gsc.tab=0>
- 50.Ротенберг Р.В. «Образ Я» и поведение. — Иерусалим : Манахим, 2000.  
//Режим доступа: жовтень 2018 р.  
<http://www.vsrotenberg.rjews.com//book.htm#.XOTp5sgzaM8>
- 51.Столин В.В., Пантिलеев С.Р. Опросник самоотношения // Практикум по психодиагностике: Психодиагностические материалы. М., 1988. С. 123-130.

52. Столин В.В. Самосознание личности. - М., 1983. - 284 с.



## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### Анкета

Якщо хочете отримати результати опитування, то вкажіть, будь ласка, свою електронну адресу

Скільки Вам років?

Яка у Вас освіта?

- Вища
- Неповна вища
- Середня

Чи працюєте зараз?

- Так
- Ні
- У відпустці по догляду за дитиною

Чи маєте Ви близькі стосунки?

- Одружена
- Мешкаю з коханою людиною
- Зустрічаюся
- Не маю

Якщо маєте стосунки, то як у цих стосунках почуваетесь?

- Цілком задоволена
- В цілому задоволена, проте бувають труднощі
- Хотілося б покращити стосунки
- Незадоволена

Скільки дітей Ви маєте?

Якого віку Ваші діти?

## Додаток Б

### Опитувальних по схемах Дж.Янга, коротка версія, YSQ-S3

Нижче наводяться твердження, які ви могли би використати для опису себе. Будь ласка, прочитайте кожне твердження і оцініть його на основі того, наскільки точно воно відповідає Вам протягом минулого року. Якщо Ви невпевнені щодо найкращого варіанту відповіді, то нехай Ваша відповідь буде ближча до того, що Ви емоційно, аніж раціонально, відчуваєте є більш правдивим.

Кілька пунктів стосуються Ваших відносин з батьками або Ваших романтичних стосунків. Якщо будь-хто з цих людей помер, будь ласка, оцініть ці пункти на основі того, якими були Ваші стосунки, коли ці люди були живі.

Якщо в даний момент у Вас немає партнера (романтичних стосунків), але в минулому вони у Вас були, будь ласка, оцініть відповідні пункти на основі Ваших нещодавніх, найбільш важливих для Вас стосунків.

З поданої нижче шкали виберіть найбільш відповідну оцінку по шкалі від 1 до 6, яка найкраще Вас описує.

1. У мене не було нікого, хто б турбувався про мене, з ким я б міг розділити свій внутрішній світ, хто б щиро цікавився тим, що зі мною відбувається.
2. Я часто «прилипаю» до близьких мені людей тому, що боюся, що вони покинуть мене.
3. Я очікую, що люди використають мене задля власних інтересів.
4. Я ніде «не вписуюся», усюди чуюся чужий, зайвий.
5. Жоден (-на) чоловік/жінка, з якою я хочу бути, не зможе розвивати подальші стосунки і хотіти бути зі мною, якщо дізнається про мої недоліки і вади.
6. Майже нічого з того, що я роблю на роботі (чи в навчанні), я не роблю настільки добре, як інші люди.
7. Я не відчуваю, що здатний (-а) самостійно давати собі раду у повсякденному житті.

8. Я не можу позбутися відчуття, що має трапитись щось погане.
9. Я не був (-ла) в змозі відокремитись від батьків і стати незалежним від них так, як це зробили у свій час інші мої ровесники.
10. Я вважаю, що якщо я роблю те, що хочу, то цим самим просто напрошуюсь на неприємності.
11. Вкінці-кінців, зазвичай, на мене лягає турбота про близьких людей.
12. Я занадто сором'язливий (-а), щоб показувати свої позитивні почуття до інших (напр., прихильність, турботу).
13. Я повинен (-на) бути найкращим (-ою) в тому, що роблю; «друге місце» неприйнятне для мене.
14. Я не можу сприйняти, якщо мені хтось відмовляє у моїх проханнях.
15. Мені важко організувати себе, щоб завершити рутинне або нудне завдання.
16. Наявність грошей та знайомств з важливими людьми надають мені почуття власної важливості.
17. Навіть якщо все йде добре, я думаю, що це тимчасово.
18. Якщо я зроблю помилку або щось прикре станеться через мене, то я тоді повинен бути покараним.
19. У моєму житті немає нікого, хто б дарував мені тепло, підтримку і любов.
20. Я настільки потребую інших людей, що переживаю, що можу їх втратити.
21. Я відчуваю, що не можу втрачати пильність поряд з іншими людьми, інакше вони навмисно зроблять мені боляче.
22. Я абсолютно відрізняюсь від інших людей, я зовсім інший.
23. Жодна людина, яка мені дуже подобається, не залишилася б поруч зі мною, якби пізнала мене справжнього (-ю).
24. Якщо оцінювати мою здатність досягати чогось у житті – то я справді некомпетентний (-а).
25. Я вважаю себе особою, залежною від інших, якщо мова йде про щоденне функціонування.

26. Я відчуваю, що катастрофа (природня, кримінальна, фінансова або медична) може трапитись зі мною чи з кимось з близьких мені людей в будь-який момент.
27. Як мої батьки, так і я, ми маємо тенденцію до того, щоб надмірно перейматися життям та проблемами одні одних.
28. Я думаю, що в мене немає вибору і я змушений (-а) задовольняти бажання інших, інакше вони розізляться на мене або відкинуть мене.
29. Те, що я турбуюсь про інших більше ніж, про себе, говорить, що я справді є добра людина.
30. Мені соромно висловлювати свої почуття до інших.
31. Я намагаюсь робити все якнайкраще; мені замало, щоб було просто “достатньо добре”.
32. Я особливий (-а), і тому на мене не поширюється частина обмежень і заборон, які накладаються на інших людей.
33. Якщо я не можу швидко досягнути мети, то розчаровуюсь і відмовляюсь від неї.
34. Досягнення є більш цінними для мене, якщо їх хтось помічає.
35. Якщо стається щось добре, я хвилююсь, що після цього може статись щось погане.
36. Якщо я не стараюсь з усіх сил, мені слід очікувати невдачі
37. Я не відчував (-ла) у своєму житті, що був (-ла) особливим (-ою) для когось.
38. Я переживаю, що близькі мені люди покинуть мене або відмовляться від мене.
39. Мене обов’язково хтось зрадить, це лиш питання часу.
40. Я не належу до жодної групи; я самотник.
41. Я невартий (-на) любові, поваги та уваги від інших.
42. Інші люди є більш здібними від мене у сфері роботи і досягнень.
43. Мені не вистачає практичних знань та вмінь необхідних для щоденного

життя.

44. Я переживаю, що на мене хтось нападе.
45. Мені та моїм батькам дуже важко приховувати інтимні подробиці одні від одних, не почуваячись при цьому винними або зрадженими.
46. У стосунках я дозволяю іншій особі право приймати остаточне рішення.
47. Я настільки зайнятий (-а) турботою про інших, що майже не маю часу для себе.
48. Мені важко бути вільним (-ою) і спонтанним (-ою) поряд з іншими людьми.
49. Для мене дуже важливо належно виконувати всі свої обов'язки.
50. Я ненавиджу, коли мене обмежують або не дають робити те, що я хочу.
51. Мені важко пожертвувати миттєвим задоволенням задля досягнення довготривалої мети.
52. Я почуваяюсь менш важливим (-ою), якщо не отримую багато уваги від інших.
53. Неможливо бути надмірно ретельним; майже завжди щось піде не так.
54. Якщо я не виконую роботу добре, то повинен (-на) нести відповідальність за наслідки.
55. У мене не було нікого, хто б справді слухав мене, розумів мене або був зацікавлений моїми потребами чи почуттями.
56. Коли хтось, кого я люблю, здавалося би віддаляється від мене, я впадаю у відчай.
57. Я часто маю підозри щодо мотивів інших людей.
58. Я почуваяюсь відчуженим (-ою), «відрізаним» (-ою) від інших людей.
59. Я відчуваю, що я невартий любові (-а).
60. Я не настільки талановитий (-а) в роботі, як інші люди.
61. Я не можу покладатися на власні судження в щоденних ситуаціях.
62. Я переживаю, що можу втратити всі свої гроші і стати дуже бідним або опинитися на вулиці.

63. Я часто відчуваю, що мої батьки визначають моє життя.
64. Я завжди дозволяв (-ла) іншим приймати рішення за мене, тож я і не знаю, чого хочу для себе.
65. Я завжди вислуховую проблеми інших.
66. Я настільки контролюю себе, що люди думають, що я неемоційний (-а) чи нечутливий (-а).
67. Я відчуваю постійний тиск, що маю чогось досягнути і виконувати добре свою роботу.
68. Я вважаю, що не повинен (-на) дотримуватись правил чи норм так, як це роблять інші люди.
69. Я не можу змушувати себе робити речі, які не приносять мені задоволення, навіть якщо я знаю, що це заради мого добра.
70. Якщо я виступаю на засіданні або якщо мене представлено у соціальній ситуації, то для мене важливо отримати схвалення і визнання.
71. Незважаючи на те, як багато я працюю, я боюсь фінансового краху.
72. Не має значення, чому я зробив (-ла) помилку; коли я роблю щось не так, то маю за це заплатити.
73. У моєму житті поряд зі мною переважно не було сильної чи мудрої людини, яка б могла дати мені добру пораду чи підказку, коли я не був (-ла) впевнений (-а), що робити.
74. Інколи я настільки переживаю, що люди покинуть мене, що сам (-а) відкидаю їх першим.
75. Зазвичай я шукаю приховані мотиви у діях людей щодо мене.
76. Я завжди почуваюся поза групою.
77. Я настільки почуваю себе неприйнятним (-ою), що не можу відкритися перед іншими людьми чи дозволити їм краще себе пізнати.
78. Я не настільки розумний (-а), як більшість людей, якщо мова йде про роботу (чи навчання).
79. Я не маю впевненості у своїй здатності вирішувати проблеми щоденного

життя.

80. Я переживаю, що у мене розвивається серйозна хвороба, навіть попри те, що лікарі нічого не виявили при обстеженні.
81. Я часто відчуваю, що не маю відокремленої ідентичності від моїх батьків чи від мого партнера.
82. Для мене є великою трудностю вимагати, щоб мої права поважали, а також, щоб зважали на мої почуття.
83. Інші люди вважають, що я занадто багато роблю для інших, і недостатньо для себе.
84. Люди вважають мене емоційно скутим (-ою).
85. Я не можу так легко звільнити себе від відповідальності або вибачити собі свої помилки.
86. Я вважаю, що те, що можу запропонувати я, є ціннішим від того, що можуть запропонувати інші.
87. Мені рідко вдавалося притримуватись мого рішення.
88. Похвала і компліменти дають мені відчуття власної цінності.
89. Я хвилююсь, що неправильне рішення може призвести до катастрофи.
90. Я погана людина, яка заслуговує на покарання.

## Додаток В

### Опитувальник по частках SMI (Версія 1.1)

**ІНСТРУКЦІЯ:** Нижче наведенні твердження, які особа може використати для опису себе. Будь ласка, оцініть кожне з них, використовуючи подану шкалу, на основі того, як часто загалом Ви вірите у те, про що говориться у твердженнях, або відчуваєте, що це правда.

Частота в загальному:

- 1 = ніколи або майже ніколи
- 2 = рідко
- 3 = час від часу
- 4 = часто
- 5 = більшість часу
- 6 = весь час

1. Я вимагаю поваги до себе і тому я нікому не дозволю вказувати мені, що я маю робити.
2. Я почуваюся любленим (-ою) і прийнятим (ою).
3. Я відмовляю собі у будь-яких приємностях, бо не заслуговую на них.
4. Я почуваюся абсолютно неповноцінним (-ою) і дефективним (-ою).
5. У мене виникає прагнення покарати себе, завдаючи собі болю (наприклад, шляхом нанесення порізів і т.п.).
6. Я почуваюся загубленим (-ою), забутим (-ою).
7. Я дуже суворий (-а) і вимогливий (-а) до себе.
8. Я докладаю великих зусиль, щоб догодити іншим людям та уникнути конфліктів, конфронтації та відкинення.
9. Я не пробачаю собі своїх помилок чи проступків.
10. Я намагаюся по можливості бути в центрі уваги інших.
11. Я дратуюсь, коли люди не виконують те, що я прошу їх зробити.
12. Мені важко контролювати свої імпульси.



13. Якщо я не можу досягти мети, то легко знеохочуюсь і здаюсь.
14. У мене бувають неконтрольовані вибухи гніву.
15. Мої імпульсивні дії чи згоряча висловлені емоції приносять мені неприємності або ранять інших людей.
16. Якщо стається щось погане, то це моя вина.
17. Я почуваюся задоволеним (-ою) і спокійним (-ою).
18. Я часто змінюю свою поведінку і поводжуся так, щоби сподобатися оточуючим мене у даний момент людям.
19. Я відчуваю, що маю близький емоційний зв'язок з окремими людьми.
20. Коли виникають проблеми, я намагаюсь вирішити їх по можливості самостійно.
21. Мені не вистарчає самодисципліни для того, щоб у належний спосіб доводити до кінця розпочаті справи, особливо якщо вони носять рутинний характер і не є надто цікавими та приємними.
22. Якщо я не буду боротися за себе, то мене скривдять або ж моїми потребами просто зігнорують.
23. Якщо ви дозволяєте іншим людям висміювати або залякувати себе, то ви – повний невдаха.
24. Коли я злюся на людей, то можу їх вдарити.
25. Коли я починаю злитися, то часто не можу контролювати себе і втрачаю самовладання.
26. Для мене важливо бути номером «1» (наприклад, найпопулярнішим, найуспішнішим, найбагатшим, найсильнішим).
27. Більшість речей, які важливі іншим людям, мене ніяк не заторкують, я чуюся щодо них відсторонено.
28. Я можу вирішувати більшість проблеми раціонально і при цьому я можу справлятися з емоціями, не втрачаючи об'єктивності.
29. Мене не влаштовує друге місце – я маю бути переможцем!

30. Напад – це найкращий захист.
31. У мене немає почуттів щодо інших людей – мені до всіх доволі байдуже.
32. Я почуваюся відстороненим (-ою) від усього: я не відчуваю контакту з собою, своїми емоціями чи з іншими людьми.
33. Я не можу керувати своїми емоціями і переважно вони визначають мої дії.
34. Я у відчаї.
35. Я дозволяю іншим людям критикувати або принижувати мене.
36. У стосунках я дозволяю іншій особі мати керівну роль.
37. Я почуваюся відстороненим (-ою) від інших людей.
38. Я не задумуюсь над тим, що говорю, і це приносить мені неприємності або рани інших людей.
39. Я інтенсивно працюю або займаюся спортом, щоб не думати про те, що мене засмучує.
40. Мене дратує те, що люди намагаються відібрати у мене свободу і незалежність.
41. Я нічого не відчуваю.
42. Я роблю те, що хочу, незалежно від потреб чи почуттів інших людей.
43. Я не дозволяю собі розслаблятися чи розважатися до того часу, поки не виконаю усе, що повинен (-на) зробити.
44. В злості я можу кидати та нищити речі, що під рукою.
45. Я відчуваю лють по відношенню до інших людей.
46. Я відчуваю, що я маю місце між інших людей, я один з них.
47. У мене всередині є багато гніву, який мені потрібно вилити.
48. Я почуваюся самотнім (-ьою).
49. Мені потрібно робити щось, що мене стимулює, переключає, відволікає, щоб уникнути зіткнення зі своїми почуттями (наприклад, працювати, грати в азартні ігри,

їсти, ходити по магазинах, сексуальна активність чи перегляд телебачення і т.п.).

50. Рівності не існує, тому краще бути вищим над іншими.

51. Коли я злюся, то часто втрачаю контроль над собою і можу погрожувати іншим людям.

52. Я дозволяю, щоб було так, як хочуть інші люди, жертвуючи при цьому часто своїми потребами.

53. Якщо хтось не за мене, тоді він/вона проти мене.

54. Для того, щоб неприємні думки чи відчуття не турбували мене, я постійно себе чимось займаю.

55. Якщо я злюсь на інших – то я погана людина.

56. Я не хочу входити в ближчі стосунки з іншими людьми.

57. Я відчуваю, що моє життя є досить стабільним і безпечним.

58. Я знаю, коли варто висловлювати свої емоції, а коли ні.

59. Я несучу в собі злість на конкретних людей, які колись покинули чи залишили мене. Є хтось, на кого я злий (-а) за те, що він/вона покинув (-ла) мене або відмовився (-лась) від мене.

60. Я не відчуваю емоційного зв'язку з іншими людьми.

61. Я не можу змусити себе робити те, що для мене є неприємним, навіть, якщо я знаю, що це заради мого ж добра.

62. Я порушую правила, а потім про це шкодую.

63. Я почуваюся приниженим (-ою).

64. Я маю довіру до переважної більшості людей.

65. Я спочатку роблю, а потім думаю.

66. Я швидко збуджуюсь і втрачаю інтерес до речей.

67. Навіть, якщо поруч є люди, я почуваюся самотнім (-ьою).

68. Я не дозволяю собі приємності, які є у житті інших людей, бо я поганий (-а) і не заслужив (-ла) їх.

69. Я заявляю про свої потреби і можу домагатися їх задоволення, але не

переходжу при цьому меж потреб інших людей.

70. Я відчуваю особливим (-ою) і кращим (-ою) від інших людей.

71. Мені до всього байдуже; ніщо не має для мене значення.

72. Мене дратує, коли хтось вказує мені, як я маю почуватись або поводитись.

73. Якщо ви не керуєте іншими людьми, тоді вони керуватимуть вами.

74. Я кажу те, що думаю, і дію імпульсивно, не думаючи про наслідки.

75. Я маю бажання висловити окремим людям все, що я думаю про те, як вони до мене ставились у минулому.

76. Я переважно здатний (-а) сам (-а) турбуватися про себе.

77. Я ставлюсь досить критично до інших людей.

78. Я знаходжусь під постійним тиском, щоб треба працювати і досягати успіху.

79. Я намагаюсь не помилятись, інакше я буду докоряти собі.

80. Я заслуговую на покарання.

81. Я можу вчитися, зростати і змінюватися.

82. Я хочу відволіктися від думок та почуттів, які мене засмучують.

83. Я злий (-а) на себе.

84. Я відчуваю беземоційним (-ою).

85. Я повинен (-на) бути найкращим (-ою) у всьому, що роблю.

86. Я жертвую задоволеннями, здоров'ям чи щастям, щоб відповідати вимогам власних стандартів.

87. Я вимогливий (-а) по відношенню до інших людей.

88. Я можу настільки втратити контроль над собою в пориві злості, що можу навіть поранити інших людей.

89. Я сильний і непереможний (-а).

90. Я погана людина.

91. Я відчуваю в безпеці.

92. Я відчуваю, що мене слухають, розуміють і поважають.
93. Я не можу контролювати свої імпульси.
94. У пориві злості я нищу речі.
95. Щоб чути захищено, треба мати владу над іншими людьми.
96. Я залишаюся пасивним (-ою) навіть тоді, коли мені не подобається, як усе відбувається навколо.
97. Мій гнів виходить з-під контролю.
98. Я зневажаю або насміхаюся над іншими людьми.
99. Мені хочеться накинутися чи навіть завдати болю певній особі за те, що вона вчинила зі мною.
100. Я знаю, що існує «вірно» і «невірно», тому намагаюся все робити «вірно», інакше починаю себе критикувати.
101. Я часто почуваюся, ніби я один-одинокий (-а) у цьому світі.
102. Я почуваюся слабким (-ою) і безпомічним (-ою).
103. Я лінивий (-а).
104. Я можу терпіти і миритися з будь-чим, що є в людях, які для мене важливі.
105. У минулому мене зраджували і до мене ставились несправедливо.
106. Я почуваюся покинутим (-ою) або виключеним (-ою).
107. Я принижую інших.
108. Я оптиміст.
109. Я думаю, що правила, за якими живуть більшість людей, не поширюються на мене.
110. Я змушую себе бути більш відповідальним (-ою), ніж більшість людей.
111. Я можу постояти за себе, якщо відчуваю, що мене несправедливо критикують, погано ставляться до мене або використовують.
112. Я не заслуговую на співчуття, якщо зі мною трапляється щось погане.

113. Я відчуваю, що мене ніхто не любить.
114. Я думаю, що загалом я хороша людина.
115. При необхідності, я доводжу до кінця нудні та рутинні завдання, щоб завершити те, що є важливим і цінним.
116. Я спонтанний (-а), веселий (-а) і життєрадісний (-а).
117. Я можу настільки розізлитися, що відчуваю, ніби можу вбити когось.
118. У мене добре відчуття того, ким я є і чого потребую, щоб бути щасливим (-ою).

## Додаток Г

### Опитувальник самоствавення Століна

Перед Вами особистісний опитувальник, який не передбачає правильних і неправильних відповідей. Уважно прочитайте кожне твердження і, у разі згоди з ним – поставте «+»; якщо не погоджуєтесь із запропонованим твердженням – поставте «-».

#### Текст опитувальника.

1. Думаю, що більшість моїх знайомих ставиться до мене з симпатією.
2. Мої слова не так уже й часто розходяться зі справами.
3. Думаю, що багато хто бачить у мені щось схоже з собою.
4. Коли я намагаюся себе оцінити, я, насамперед, бачу свої недоліки.
5. Думаю, що як особистість я можу бути привабливим для інших.
6. Коли я бачу себе очима люблячої мене людини, мене неприємно вражає те, наскільки мій образ далекий від дійсності.
7. Моє «Я» завжди мені цікаве.
8. Я вважаю, що іноді не гріх пожаліти себе.
9. У моєму житті є (чи були) люди, з якими я був дуже близький.
10. Власну повагу мені ще треба заслужити.
11. Бувало, і не раз, що я сам себе страшенно ненавидів.
12. Я цілком довіряю своїм раптовим бажанням.
13. Я сам хотів багато в чому себе переробити.
14. Моє власне «Я» не видається мені чимось вартим уваги.
15. Я щиро хочу, щоб у мене усе було добре в житті.
16. Якщо я і ставлюся до кого-небудь з докором, то насамперед до самого себе.
17. Випадковому знайомому я швидше за все видамся людиною приємною.
18. Частіше я схвалюю свої плани і вчинки.
19. Власні слабості викликають у мене щось схоже на презирство.

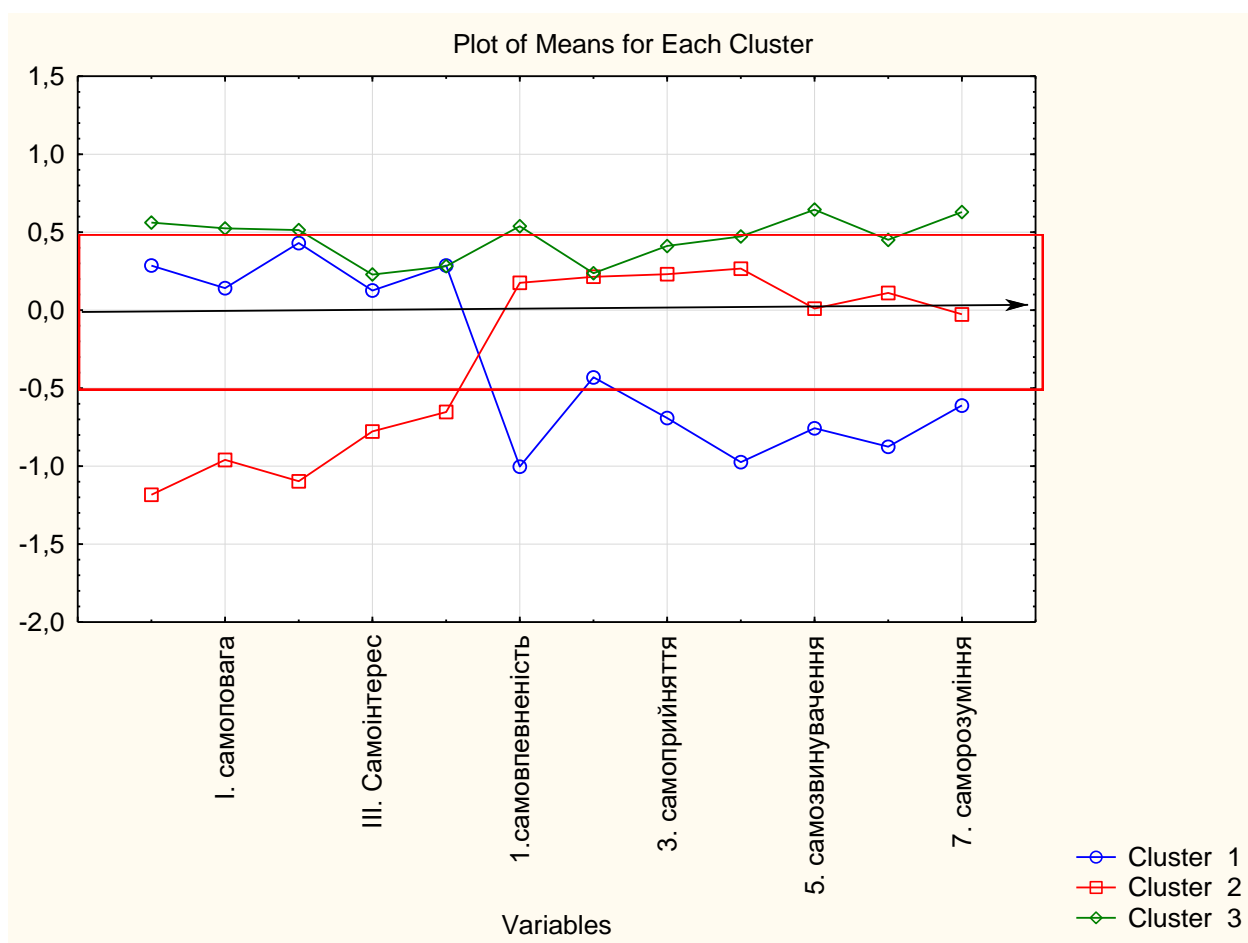
20. Якби я роздвоївся, то мені було б досить цікаво спілкуватися зі своїм двійником.
21. Деякі свої якості я відчуваю як сторонні, чужі мені.
22. Навряд чи хто-небудь зможе відчути свою схожість зі мною.
23. У мене досить здібностей і енергії втілити в життя задумане.
24. Часто я не без сарказму жартую над собою.
25. Найрозумніше, що може зробити людина у своєму житті, – це підкоритися власній долі.
26. Стороння людина з першого погляду знайде в мені багато відразливого.
27. На жаль, якщо я і сказав щось, то це не означає, що саме так і вчиню.
28. Моє ставлення до самого себе можна назвати дружнім.
29. Бути поблажливим до власних слабостей цілком природно.
30. Мені не вдається бути цікавим для коханої людини тривалий час.
31. У глибині душі я б хотів, щоб зі мною сталося щось катастрофічне.
32. Навряд чи я викликаю симпатію у більшості моїх знайомих.
33. Мені буває дуже приємно побачити себе очима люблячої мене людини.
34. Коли у мене виникає яке-небудь бажання, я насамперед запитую себе, чи розумно це.
35. Іноді мені здається, що якби якась мудра людина змогла побачити мене наскрізь, вона б відразу зрозуміла, яка я нікчема.
36. Часом я сам собою захоплююся.
37. Можна сказати, що я ціную себе досить високо.
38. У глибині душі я ніяк не можу повірити, що я справді доросла людина.
39. Без сторонньої допомоги я мало що можу зробити.
40. Іноді я сам себе погано розумію.
41. Мені дуже заважає нестача енергії, волі і цілеспрямованості.
42. Думаю, що інші в цілому оцінюють мене досить високо.
43. У моїй особистості є, напевно, щось таке, що здатне викликати в інших неприязнь до мене.



44. Більшість моїх знайомих не сприймає мене всерйоз.
45. Я досить часто дратуюсь від самого себе.
46. Загалом я можу сказати, що поважаю себе.
47. Навіть мої негативні риси не здаються мені чужими.
48. У цілому, мене влаштовує те, який я є.
49. Навряд чи мене можна любити по-справжньому.
50. Моїм мріям і планам не вистачає реалістичності.
51. Якби моє друге «Я» існувало, то для мене це був би найнудніший партнер по спілкуванню.
52. Думаю, що міг би знайти спільну мову з будь-якою розумною і знаючою людиною.
53. Те, що в мені відбувається, як правило мені зрозуміло.
54. Мої достоїнства загалом переважають мої недоліки.
55. Навряд чи знайдеться багато людей, що звинуватять мене у відсутності совісті.
56. Коли зі мною трапляються неприємності, як правило, я кажу: «Так тобі і треба».
57. Я можу сказати, що в цілому я контролюю свою долю.

## Додаток Д

### Кластерний аналіз шкал самоствалення за методом К-середніх



## Додаток Е

### Дискримінантний аналіз кластерів самоствалення

Classification Matrix (Дані по димлому матері.ста)				
Rows: Observed classifications				
Columns: Predicted classifications				
Group	Percent Correct	G_1:1 p=,29487	G_2:2 p=,26923	G_3:3 p=,43590
G_1:1	95,6522	22	0	1
G_2:2	85,7143	2	18	1
G_3:3	100,0000	0	0	34
Total	94,8718	24	18	36

Discriminant Function Analysis Summary (Дані по димлому матері.ста)						
Step 8, N of vars in model: 8; Grouping: CLUSTER (3 grps)						
Wilks' Lambda: ,13126 approx. F (16,136)=14,961 p<0,0000						
N=78	Wilks' Lambda	Partial Lambda	F-remove (2,68)	p-value	Toler.	1-Toler. (R-Sqr.)
глобальне самоствалення	0,152844	0,858781	5,590994	0,005649	0,496589	0,503411
1.самовпевненість	0,164962	0,795694	8,729974	0,000422	0,886182	0,113818
4. самопослідовність/самокерівництво	0,156218	0,840234	6,464931	0,002689	0,794759	0,205241
5. самозвинувачення	0,138838	0,945413	1,963119	0,148297	0,791054	0,208946
6. самоінтерес	0,138839	0,945404	1,963455	0,148250	0,886223	0,113777
II. Аутосимпатія	0,140735	0,932671	2,454462	0,093489	0,519800	0,480200
3. самоприйняття	0,139117	0,943514	2,035515	0,138496	0,797687	0,202313
7. саморозуміння	0,137762	0,952800	1,684309	0,193222	0,806082	0,193918

## Додаток Ж

### Порівняльний аналіз шкал самоствавлення трьох кластерів

		Scheffe Test; Variable: глобальне самоствавлення Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=18,957	M=12,000	M=20,265
1	{1}		0,000000	0,387724
2	{2}	0,000000		0,000000
3	{3}	0,387724	0,000000	

		Scheffe Test; Variable: I. самоповага (Дані по димг) Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=9,3043	M=5,9524	M=10,471
1	{1}		0,000166	0,233851
2	{2}	0,000166		0,000000
3	{3}	0,233851	0,000000	

		Scheffe Test; Variable: II. Аутосимпатія (Дані по ди) Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=10,261	M=5,8571	M=10,500
1	{1}		0,000000	0,921925
2	{2}	0,000000		0,000000
3	{3}	0,921925	0,000000	

		Scheffe Test; Variable: III. Самоінтерес (Дані по ди) Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=6,6522	M=5,1429	M=6,8235
1	{1}		0,005614	0,914459
2	{2}	0,005614		0,000627
3	{3}	0,914459	0,000627	

		Scheffe Test; Variable: IV. очікуване ставлення від Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=10,478	M=8,7619	M=10,471
1	{1}		0,003818	0,999850
2	{2}	0,003818		0,001584
3	{3}	0,999850	0,001584	

		Scheffe Test; Variable: 1.самовпевненість (Дані по Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=3,2174	M=5,1429	M=5,7353
1	{1}		0,000014	0,000000
2	{2}	0,000014		0,238966
3	{3}	0,000000	0,238966	

		Scheffe Test; Variable: 2. ставлення інших (Дані по Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=5,1739	M=5,8571	M=5,8824
1	{1}		0,059098	0,023435
2	{2}	0,059098		0,995281
3	{3}	0,023435	0,995281	

		Scheffe Test; Variable: 3. самоприйняття (Дані по Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=3,5217	M=4,9048	M=5,1765
1	{1}		0,001173	0,000012
2	{2}	0,001173		0,714634
3	{3}	0,000012	0,714634	

		Scheffe Test; Variable: 4. самопослідовність/самок Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=3,0870	M=4,9048	M=5,2059
1	{1}		0,000007	0,000000
2	{2}	0,000007		0,636718
3	{3}	0,000000	0,636718	

		Scheffe Test; Variable: 5. самозвинувачення (Дані Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,3043	M=3,6667	M=4,7941
1	{1}		0,016851	0,000000
2	{2}	0,016851		0,035404
3	{3}	0,000000	0,035404	

		Scheffe Test; Variable: 6. самоінтерес (Дані по дим Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=4,7391	M=6,0476	M=6,5000
1	{1}		0,001379	0,000001
2	{2}	0,001379		0,366336
3	{3}	0,000001	0,366336	

		Scheffe Test; Variable: 7. саморозуміння (Дані по д Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=3,3043	M=4,0476	M=4,8824
1	{1}		0,067462	0,000002
2	{2}	0,067462		0,019184
3	{3}	0,000002	0,019184	

### Додаток 3

#### Порівняльний аналіз схем та часток у трьох кластерах

		Scheffe Test; Variable: загальний бал по схемах Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=43,348	M=59,324	M=43,188
1	{1}		0,000006	0,998243
2	{2}	0,000006		0,000001
3	{3}	0,998243	0,000001	

		Scheffe Test; Variable: емоц.деприв. (Дані по димл) Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=1,8696	M=2,7143	M=1,7882
1	{1}		0,026594	0,956863
2	{2}	0,026594		0,006371
3	{3}	0,956863	0,006371	

		Scheffe Test; Variable: покинення (Дані по димлом) Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,2087	M=3,3905	M=2,3824
1	{1}		0,000058	0,741316
2	{2}	0,000058		0,000197
3	{3}	0,741316	0,000197	

		Scheffe Test; Variable: недовіри/скривдження (Дані по димл) Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=1,9913	M=2,8000	M=1,9647
1	{1}		0,021750	0,994566
2	{2}	0,021750		0,008492
3	{3}	0,994566	0,008492	

		Scheffe Test; Variable: соціальної ізоляції/відчуження Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,5739	M=3,2476	M=2,2235
1	{1}		0,104670	0,459205
2	{2}	0,104670		0,002817
3	{3}	0,459205	0,002817	

		Scheffe Test; Variable: дефективності (Дані по димл) Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=1,5130	M=2,3524	M=1,4235
1	{1}		0,001758	0,906543
2	{2}	0,001758		0,000140
3	{3}	0,906543	0,000140	

		Scheffe Test; Variable: некомпетентності (Дані по Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,1565	M=3,6857	M=2,2176
1	{1}		0,000017	0,974821
2	{2}	0,000017		0,000007
3	{3}	0,974821	0,000007	

		Scheffe Test; Variable: безпорадності/залежності (, Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=1,7478	M=3,0095	M=1,7176
1	{1}		0,000002	0,989007
2	{2}	0,000002		0,000000
3	{3}	0,989007	0,000000	

		Scheffe Test; Variable: очікув.катастрофи (Дані по Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,2000	M=3,5143	M=2,2647
1	{1}		0,000745	0,976239
2	{2}	0,000745		0,000475
3	{3}	0,976239	0,000475	

		Scheffe Test; Variable: злиття (Дані по димлому м; Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,1043	M=2,8286	M=2,1588
1	{1}		0,040301	0,976577
2	{2}	0,040301		0,038913
3	{3}	0,976577	0,038913	

		Scheffe Test; Variable: підкорення (Дані по димлому Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,4087	M=3,3238	M=2,0235
1	{1}		0,016195	0,385688
2	{2}	0,016195		0,000103
3	{3}	0,385688	0,000103	

		Scheffe Test; Variable: емоц.інгібіції (Дані по димл Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,2522	M=3,2190	M=2,1706
1	{1}		0,008747	0,956069
2	{2}	0,008747		0,001598
3	{3}	0,956069	0,001598	

		Scheffe Test; Variable: недост. самоконтролю/сам Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,6522	M=3,3333	M=2,6235
1	{1}		0,046246	0,992946
2	{2}	0,046246		0,020178
3	{3}	0,992946	0,020178	

		Scheffe Test; Variable: пошуку визнання (Дані по д Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=3,4609	M=4,2571	M=3,4941
1	{1}		0,040015	0,992705
2	{2}	0,040015		0,030729
3	{3}	0,992705	0,030729	

		Scheffe Test; Variable: негативізму/песимізму (Дан Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,6435	M=3,8952	M=2,6647
1	{1}		0,000295	0,996743
2	{2}	0,000295		0,000105
3	{3}	0,996743	0,000105	

		Scheffe Test; Variable: покарання (Дані по димлом Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,3478	M=3,3429	M=2,4471
1	{1}		0,001198	0,912582
2	{2}	0,001198		0,001548
3	{3}	0,912582	0,001548	

		Scheffe Test; Variable: зранена дитина (Дані по ди Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,2826	M=3,1000	M=1,8029
1	{1}		0,012235	0,141014
2	{2}	0,012235		0,000007
3	{3}	0,141014	0,000007	

		Scheffe Test; Variable: зла дитина (Дані по димлом Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,5478	M=3,3333	M=2,5176
1	{1}		0,005973	0,989931
2	{2}	0,005973		0,001636
3	{3}	0,989931	0,001636	

		Scheffe Test; Variable: розлючена дитина (Дані по Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=1,8502	M=2,3915	M=1,8333
1	{1}		0,071315	0,996669
2	{2}	0,071315		0,037183
3	{3}	0,996669	0,037183	

		Scheffe Test; Variable: щаслива дитина (Дані по д Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=4,1174	M=3,2381	M=4,2471
1	{1}		0,000648	0,802714
2	{2}	0,000648		0,000019
3	{3}	0,802714	0,000019	



		Scheffe Test; Variable: поступливо-покірна частка Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,7516	M=3,4082	M=2,6681
1	{1}		0,012655	0,910720
2	{2}	0,012655		0,001683
3	{3}	0,910720	0,001683	

		Scheffe Test; Variable: відсторонено-захисна (Дані) Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,3382	M=2,5079	M=1,9248
1	{1}		0,728684	0,101911
2	{2}	0,728684		0,015130
3	{3}	0,101911	0,015130	

		Scheffe Test; Variable: відсторонено-самозаспокоєна частка Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=2,8913	M=3,3690	M=2,7206
1	{1}		0,223182	0,783956
2	{2}	0,223182		0,041009
3	{3}	0,783956	0,041009	

		Scheffe Test; Variable: караюча батьківська частка Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=1,7565	M=2,7095	M=1,7500
1	{1}		0,000268	0,999462
2	{2}	0,000268		0,000064
3	{3}	0,999462	0,000064	

		Scheffe Test; Variable: здорова доросла частка (Дані) Marked differences are significant at $p < ,05000$		
CLUSTER		{1}	{2}	{3}
		M=4,4652	M=3,4429	M=4,4382
1	{1}		0,000000	0,982544
2	{2}	0,000000		0,000000
3	{3}	0,982544	0,000000	

## Додаток К

### Кореляційний аналіз шкал самоствавлення та схем і часток 1 кластеру

Variable	Correlations (Кластер1.sta)												
	Marked correlations are significant at $p < .05000$ N=21 (Casewise deletion of missing data)												
	глобальне самоствавлення	I. самоповага	II. Аутосимпатія	III. Самоінтерес	IV. очікування	1.самоствавлення інших	2.	3.	4.	5.	6.	7.	
загальний бал по схемах	-0,564410	-0,615169	-0,502386	-0,017152	-0,102363	-0,288386	-0,168436	-0,321323	0,034804	0,003285	-0,104388	-0,119592	
емоц деприв.	-0,330440	-0,364211	-0,408941	-0,142359	0,128767	-0,115418	-0,143002	-0,427393	-0,178015	-0,341303	-0,181961	-0,326308	
покинення	-0,008182	-0,102483	0,037944	0,370444	-0,163663	-0,042283	-0,070271	-0,256085	0,164302	0,212875	-0,078056	0,233033	
недовіри/скривдження	-0,130159	-0,025896	-0,250796	0,224084	-0,231663	-0,157913	0,157617	-0,282704	-0,371841	0,060141	0,027338	-0,206169	
соціальної ізоляції/відчуження	-0,158558	-0,275950	-0,248777	0,073622	0,153907	-0,299646	0,125556	-0,426926	0,074225	-0,124685	0,069362	0,053004	
дефективності	-0,199626	-0,290726	-0,254983	0,129934	0,027322	-0,213861	0,126476	-0,235861	-0,043231	0,139512	-0,098506	-0,018138	
некомпетентності	-0,670769	-0,669269	-0,637600	-0,396615	0,033550	-0,393714	-0,243028	-0,228393	0,157339	-0,307488	0,041163	-0,368519	
безпорадності/залежності	-0,318030	-0,315576	-0,295155	-0,137937	-0,051208	-0,257484	-0,343917	-0,314670	0,600483	0,248075	0,032088	0,179331	
очікув.катастрофи	-0,286005	-0,329580	-0,147259	0,173056	-0,242752	-0,167471	-0,313172	-0,466910	0,171993	0,218513	-0,094485	0,019138	
злиття	-0,018924	-0,173760	-0,005559	-0,028267	0,216908	-0,012456	0,281305	0,142156	0,001403	0,164253	0,070533	-0,029553	
підкорення	-0,278953	-0,334748	-0,314581	-0,165850	0,119762	-0,294666	-0,037180	-0,024378	0,310325	0,136611	0,104957	0,065052	
самопожертви	-0,302316	-0,421954	-0,237348	-0,213851	0,126996	-0,191856	-0,074612	-0,416333	-0,112771	-0,230642	-0,152441	-0,274010	
емоц інгібіції	-0,168438	-0,126230	-0,149411	-0,072539	0,048810	0,099126	-0,101149	0,070990	0,322678	0,503880	0,045967	0,255492	
надвисоких стандартів	-0,447225	-0,454576	-0,333037	-0,026012	0,022861	0,045114	-0,273236	-0,139339	-0,236295	-0,065475	-0,314316	-0,126157	
особливого статусу	-0,276204	-0,140859	-0,195969	0,335108	-0,369056	0,106162	-0,162282	0,067788	-0,263157	0,307085	-0,300913	-0,084723	
недост. самоконтролю/самодиспошуку визнання	-0,644248	-0,709758	-0,560425	-0,248049	-0,126307	-0,389005	-0,180292	-0,123448	0,196531	-0,246094	-0,086103	-0,142251	
негативізму/песимізму	-0,639627	-0,683122	-0,448952	0,019736	-0,421926	-0,341096	-0,201558	-0,044932	0,004606	-0,292112	0,004097	-0,112850	
покарання	-0,470174	-0,496007	-0,345277	0,008325	-0,197172	-0,331742	-0,262985	-0,440363	-0,037881	0,044982	-0,019872	-0,178500	
зранена дитина	-0,297599	-0,278762	-0,332324	0,081555	-0,060974	-0,051772	0,157324	0,113769	-0,247144	-0,114428	-0,105804	0,064767	
зла дитина	-0,495124	-0,578851	-0,511462	-0,017621	-0,009486	-0,442973	-0,200834	-0,306779	-0,125623	-0,185050	-0,385520	-0,239298	
розлючена дитина	-0,233842	-0,320639	-0,245954	0,034200	0,173476	-0,165098	0,090003	-0,236928	-0,156161	0,192368	-0,111262	-0,182154	
імпульсивна дитина	0,103092	-0,015035	0,146374	0,147676	-0,056234	-0,163115	-0,097958	-0,500461	-0,151530	0,220882	-0,171748	-0,045393	
недисциплінована дитина	-0,609113	-0,638858	-0,486787	-0,166796	-0,271447	-0,522187	-0,456556	-0,531160	-0,107491	-0,224693	-0,403591	-0,329229	
щаслива дитина	-0,519224	-0,518903	-0,426996	-0,370724	-0,149497	-0,448796	-0,175451	-0,115036	0,361340	-0,294744	-0,037538	-0,056549	
поступливо-покірна частка	0,345003	0,364522	0,413717	0,314569	-0,157655	0,185920	0,324211	0,498988	0,017086	0,121048	0,293269	0,364388	
відсторонено-записна	-0,332683	-0,384621	-0,306566	0,048319	0,067217	-0,192313	0,017742	0,016722	0,045292	0,045917	-0,028173	-0,044625	
відсторонено-самозаспокоююча	-0,348507	-0,412330	-0,365251	-0,019994	0,090504	-0,190492	0,118800	-0,367252	-0,275698	-0,124102	-0,084654	-0,409629	
самозвеличуюча	-0,652739	-0,706723	-0,602945	-0,142559	0,090495	-0,302070	-0,362601	-0,344908	-0,070222	0,065167	-0,469692	-0,429559	
аресивно-нападаюча	-0,226122	-0,178170	-0,037739	0,193117	-0,233660	0,190110	-0,185461	-0,051013	0,017313	0,126431	-0,203876	0,194300	
караюча батьківська частка	-0,329699	-0,308815	-0,230533	0,182415	-0,116357	-0,128392	-0,108761	-0,108377	-0,054132	0,154205	-0,209841	0,051813	
вимоглива батьківська частка	-0,341631	-0,392086	-0,321470	0,186272	-0,002681	-0,260721	-0,138350	-0,146738	-0,104020	0,004388	-0,337542	-0,178434	
вимоглива батьківська частка	-0,255566	-0,329419	-0,166454	0,008968	0,331346	0,094615	-0,012489	0,052954	0,018787	0,038068	-0,066423	-0,103068	
здорово доросла частка	0,353370	0,428964	0,285070	0,484440	0,097486	0,215557	0,319551	0,157643	-0,334563	0,144480	-0,061086	-0,213034	

## Додаток Л

### Кореляційний аналіз шкал самоствавлення та схем і часток 2 кластеру

Variable	Correlations (Кластер2.sta)												
	Marked correlations are significant at $p < ,05000$ N=25 (Casewise deletion of missing data)												
	глобальн е самостав лення	I. самопов ага	II. Аутосим патія	III. Самоінте рес	IV. очікуване ставленн я від інших	1.самовп евненість	2. ставленн я інших	3. самоприй няття	4. самопосл ідовність/ самокері вництво	5. самозви нувачен ня	6. самоінте рес	7. самороз уміння	
загальний бал по схемах	<b>-0,570256</b>	<b>-0,542401</b>	-0,195107	-0,022146	<b>-0,656432</b>	0,079346	-0,054137	0,174501	-0,145178	<b>0,437135</b>	-0,140060	0,294587	
емоц деприв.	-0,392932	-0,317529	-0,251496	-0,029371	<b>-0,483970</b>	0,166007	-0,032992	0,300550	-0,160394	<b>0,450106</b>	0,108377	0,283709	
покинення	-0,306689	-0,234189	-0,152097	0,147841	<b>-0,561474</b>	0,201321	0,065649	0,382976	0,086407	<b>0,691859</b>	0,038863	<b>0,508358</b>	
недовіри/скривдження	<b>-0,510533</b>	<b>-0,472682</b>	-0,202085	-0,193241	<b>-0,588015</b>	-0,066690	-0,149025	0,164732	-0,156756	0,306529	-0,164944	0,196047	
соціальної ізоляції/відчужені	-0,328357	-0,182810	0,016697	-0,063452	<b>-0,498461</b>	-0,195320	-0,046993	0,070616	-0,255362	0,151870	-0,300772	-0,067730	
дефективності	<b>-0,559056</b>	-0,381842	-0,205188	-0,124330	<b>-0,647456</b>	0,151329	-0,019264	0,174140	-0,184434	0,311097	-0,006292	0,025000	
некомпетентності	<b>-0,654023</b>	<b>-0,525669</b>	-0,348266	-0,242371	-0,342096	-0,226006	-0,259269	-0,005966	-0,231581	0,119005	-0,176735	-0,098396	
безпорадності/залежності	<b>-0,418291</b>	-0,349103	-0,276948	0,097814	<b>-0,421039</b>	0,249592	0,098015	0,107112	-0,231638	0,363971	-0,216178	0,189559	
очікув.катастрофи	<b>-0,399504</b>	-0,337145	-0,141020	0,084081	<b>-0,496795</b>	0,070718	-0,122620	0,113544	-0,005926	0,320351	-0,078014	0,261315	
злиття	<b>-0,527864</b>	<b>-0,686011</b>	-0,083292	0,064581	<b>-0,556174</b>	0,015355	-0,124425	-0,047279	-0,125579	0,359634	-0,096372	0,272052	
підкорення	<b>-0,397319</b>	<b>-0,523882</b>	0,000615	-0,014098	<b>-0,527203</b>	0,184447	0,175472	0,005252	0,016488	<b>0,415166</b>	-0,192508	0,277723	
самопожертви	-0,324188	<b>-0,586098</b>	-0,004127	0,302547	-0,352211	0,006178	-0,071109	0,132012	-0,248921	0,356592	-0,154876	0,223187	
емоц інгібіції	-0,383774	-0,095899	-0,171317	-0,097610	<b>-0,469368</b>	0,164153	0,123151	0,115471	-0,018041	0,261491	-0,158421	0,067029	
надвисоких стандартів	-0,288993	-0,049942	-0,207996	0,049448	<b>-0,571867</b>	0,280424	0,069966	-0,027711	-0,140347	0,282440	-0,088068	0,213209	
особливого статусу	0,200568	-0,101557	0,138422	0,180331	0,157083	-0,013784	-0,275792	0,381698	0,096386	0,080635	0,198069	<b>0,452106</b>	
недост. самоконтролю/самс-	-0,166981	<b>-0,467155</b>	0,178917	-0,311299	0,101506	-0,150710	-0,113416	0,061454	0,170232	-0,054000	0,066111	0,105444	
пошуку визнання	0,223920	-0,065260	0,263084	-0,027145	0,236597	0,035673	-0,045361	-0,224525	0,133015	-0,126181	0,123683	0,209559	
негативізму/песимізму	<b>-0,463202</b>	<b>-0,475526</b>	-0,280700	0,034617	<b>-0,426491</b>	0,014996	-0,059324	0,208099	-0,041878	0,371337	-0,159378	0,305417	
покарання	<b>-0,545057</b>	-0,238717	-0,383115	-0,084442	<b>-0,629808</b>	-0,043218	0,060158	0,075694	-0,260356	0,093084	-0,212276	0,055110	
зранена дитина	<b>-0,513704</b>	<b>-0,399307</b>	-0,143308	-0,156561	<b>-0,649757</b>	0,000086	-0,076344	0,177059	-0,238090	0,353650	-0,120969	0,105121	
зла дитина	-0,385448	-0,176659	<b>0,501828</b>	0,067250	-0,273461	0,031983	0,011327	0,213220	-0,115427	0,181459	-0,049051	0,029672	
розлючена дитина	-0,326955	-0,227382	-0,325774	0,088972	-0,192620	-0,199467	-0,253724	0,097507	-0,014135	0,035169	0,118290	-0,018677	
імпульсивна дитина	-0,363106	<b>-0,474934</b>	-0,105432	-0,239953	-0,240461	-0,174881	<b>-0,449387</b>	0,073460	0,054683	-0,150813	-0,025251	0,109483	
недисциплінована дитина	-0,231166	<b>-0,439740</b>	-0,055906	-0,291188	0,166112	-0,134182	-0,222262	0,019302	0,155943	-0,197983	0,038257	0,023000	
щаслива дитина	<b>0,398911</b>	0,278946	0,216841	0,257219	<b>0,461504</b>	-0,046309	-0,029049	-0,112689	0,255474	-0,136070	0,212387	-0,156767	
поступливо-покірна частка	<b>-0,547063</b>	<b>-0,516662</b>	0,011490	-0,231011	<b>-0,627527</b>	0,035177	0,275496	-0,185632	0,000983	0,197555	-0,297286	0,053883	
відсторонено-захисна	<b>-0,498425</b>	<b>-0,419143</b>	-0,124697	-0,140919	<b>-0,548410</b>	-0,063708	-0,021960	-0,225919	-0,159359	0,022222	-0,393498	0,071169	
відсторонено-самозаспококс	-0,359235	0,010541	-0,253115	<b>-0,400801</b>	<b>-0,411635</b>	-0,054765	0,307311	-0,153111	<b>-0,517663</b>	-0,027384	-0,373592	-0,345708	
самозвеличуюча	0,275092	-0,190581	0,177299	0,111856	0,215450	-0,014609	-0,369823	0,312425	-0,008568	0,137792	0,242886	0,246376	
аресивно-нападаюча	0,127362	-0,124245	0,100413	0,064107	0,207958	-0,098406	-0,069098	0,322836	0,078323	0,042819	-0,023393	0,328034	
караюча батьківська частка	<b>-0,618127</b>	-0,165740	<b>0,582516</b>	-0,208242	<b>-0,596299</b>	0,143807	0,113077	0,082734	-0,182100	0,064590	-0,043160	-0,088727	
вимоглива батьківська частк	-0,179793	0,043507	-0,165318	0,005720	-0,384393	-0,009387	-0,038231	-0,078576	-0,255614	0,000574	-0,344990	-0,012929	
здорова доросла частка	0,270879	0,289039	0,242416	0,354902	0,061415	<b>-0,401473</b>	0,064467	-0,173967	-0,315979	0,060975	<b>-0,437354</b>	-0,300685	

## Додаток М

### Кореляційний аналіз шкал самоствавлення та схем і часток 3 кластеру

Variable	Correlations (Кластер3.sta)												
	Marked correlations are significant at $p < ,05000$ N=35 (Casewise deletion of missing data)												
	глобальн е самостав лення	I. самопов ага	II. Аутосимп атія	III. Самоінте рес	IV. оцікуване ставленн я від інших	1.самоп евненість	2. ставленн я інших	3. самопри няття	4. самопос лдовніст ь/самоке рівництв о	5. самозвин увачення	6. самоінте рес	7. самороз уміння	
загальний бал по схемах	-0,460863	-0,471783	-0,357421	-0,099792	-0,258420	-0,114457	-0,314034	-0,054931	-0,067214	0,155977	-0,132436	0,172201	
емоц деприв.	-0,366956	-0,400603	-0,305997	0,024267	-0,242599	0,010076	-0,357667	0,124445	-0,242069	-0,044316	-0,246222	0,142118	
покинення	-0,100057	0,031588	-0,206597	0,186448	-0,031238	-0,228791	-0,176928	-0,305653	0,032629	0,092829	-0,120626	0,142135	
недовіри/скривдження	-0,177718	-0,151786	-0,327596	0,197184	-0,032583	-0,102802	-0,089348	0,106738	-0,139431	-0,026088	-0,121194	0,160575	
соціальної ізоляції/відчужен дефективності	-0,178842	-0,292776	-0,043719	-0,338949	-0,178540	-0,071382	-0,221754	-0,087144	0,006085	0,226381	0,067332	0,006020	
некомпетентності	-0,253301	0,316824	-0,365860	-0,025810	-0,218048	0,266532	-0,089004	-0,028428	-0,315819	-0,055802	-0,071334	0,134574	
некомпетентності	-0,462172	-0,515991	-0,122069	-0,283258	-0,118008	-0,124022	-0,144191	0,047210	-0,019472	0,017291	0,207258	0,105785	
безпорадності/залежності	0,075423	0,044222	0,127574	0,030253	-0,116978	-0,218179	-0,126288	0,129079	0,002936	-0,137821	0,120195	0,047930	
оцікув.катастрофи	-0,179387	-0,043536	-0,311378	-0,100251	-0,147273	-0,206688	-0,080458	-0,083650	-0,109687	0,145145	-0,051136	0,087241	
злиття	-0,192314	-0,258500	-0,066554	0,083363	-0,428231	0,218413	-0,163810	0,002711	-0,154895	0,210855	-0,401075	0,172023	
підкорення	-0,345878	-0,400360	-0,235782	-0,119372	-0,220805	0,186961	-0,115804	0,049318	-0,122374	0,085628	-0,275542	0,146133	
самопожертви	-0,175674	-0,347095	-0,086811	0,080335	0,185668	0,050924	-0,206133	0,174919	0,139474	0,321570	-0,162514	0,277318	
емоц інгібіції	-0,306136	-0,420469	-0,111708	-0,311383	-0,049663	-0,011700	-0,374270	-0,097292	-0,006661	-0,101056	0,030713	0,047056	
надвисоких стандартів	-0,332648	-0,242973	-0,227942	-0,268066	-0,065146	-0,147919	0,004973	-0,254166	-0,005781	0,171045	-0,340808	0,002622	
особливого статусу	-0,162341	-0,170412	-0,107639	-0,044427	-0,329022	-0,130365	-0,134101	0,027340	-0,221380	-0,000731	0,114958	0,096004	
недост. самоконтролю/само пошуку визнання	-0,241066	-0,272701	-0,041915	0,174178	-0,296742	-0,330059	-0,316210	-0,037497	0,182680	-0,054570	0,073887	0,245529	
пошуку визнання	-0,191463	-0,227235	-0,084732	0,073676	-0,161274	-0,073756	-0,174466	-0,179500	0,185737	0,226910	-0,053753	0,145315	
негативізму/песимізму	-0,313669	-0,188617	-0,306130	-0,083091	-0,142571	-0,115007	-0,165720	-0,107947	0,120266	0,171675	-0,006207	0,076728	
покарання	-0,264085	-0,091567	-0,459865	-0,021787	0,042547	0,031703	0,063269	0,108620	-0,194201	-0,015195	-0,020699	0,025013	
зранена дитина	-0,296307	-0,310484	-0,377515	0,119939	-0,334215	-0,155617	-0,426808	-0,174978	-0,275725	-0,113624	-0,120305	0,156100	
зла дитина	-0,245664	-0,302890	-0,430620	0,205411	-0,122149	0,020463	-0,131013	-0,018807	-0,236989	0,047798	-0,113133	0,273812	
розлючена дитина	-0,229028	-0,184390	-0,164923	-0,119031	-0,337055	0,000624	-0,192001	-0,083977	-0,149722	-0,082678	-0,021350	0,228098	
імпульсивна дитина	-0,460479	-0,379687	-0,348537	-0,016252	-0,258719	-0,126069	-0,141463	0,128409	-0,096237	0,090663	-0,059546	0,463167	
недисциплінована дитина	-0,519760	-0,479304	-0,280978	0,095969	-0,312585	-0,351701	-0,225667	0,044609	0,030546	-0,064684	-0,049672	0,396381	
щаслива дитина	0,245158	0,340097	0,266390	0,150679	0,194329	-0,160454	0,167447	-0,061712	0,403628	-0,027223	-0,016345	0,022632	
поступливо-покійна частка	-0,265710	-0,320250	-0,335962	0,213700	-0,055817	0,003845	-0,043860	-0,002374	-0,319508	-0,053704	-0,282656	0,347185	
відсторонено-захисна	-0,192246	-0,279255	-0,312208	-0,016612	-0,249149	0,079630	-0,134532	0,065563	-0,357094	-0,092200	-0,038280	0,092847	
відсторонено-самозаспокою самозвеличуюча	-0,322850	-0,300214	-0,035879	-0,078764	-0,151251	0,099207	-0,230155	0,157527	0,132173	0,386402	-0,226873	0,254192	
самозвеличуюча	-0,199223	0,006522	-0,250419	0,016082	-0,336547	-0,072228	0,015575	-0,015439	-0,067267	-0,139717	-0,209828	0,102340	
аресивно-нападаюча	-0,335428	-0,226949	-0,453640	0,081789	-0,253099	-0,088301	-0,152327	-0,025166	-0,227436	-0,076700	-0,047493	0,141207	
караюча батьківська частка	-0,292261	-0,196430	-0,583440	0,012158	-0,096874	0,021658	0,030960	0,108615	-0,526395	-0,136619	-0,064970	0,049092	
вимоглива батьківська частк	-0,279091	-0,115573	-0,371688	-0,074484	-0,307350	0,008499	-0,124370	-0,273713	-0,148535	-0,085383	-0,435706	-0,000266	
здорова доросла частка	0,190394	0,261452	0,132302	0,017061	0,204760	-0,237143	0,178045	-0,268231	0,378563	-0,034779	-0,060721	0,064914	