

**МІНІСТЕРСТВО ФІНАНСІВ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ПОДАТКОВИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**Центр післядипломної освіти та заочного (дистанційного)
навчання**

Кафедра психології, педагогіки та соціології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

**на тему: Особистісна детермінація моделей поведінки в ситуаціях когнітивного
дисонансу**

Здобувача вищої освіти
другого(магістерського) рівня
ПСМз-21-1 групи,
спеціальності 053 «Психологія»
ОПП «Психологія. Психологія
бізнесу»

О.А. Черноног



Науковий керівник

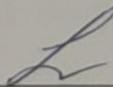
М.О. Сова
д. пед. н., професор

Гарант освітньо-
професійної програми

Л.В. Романюк
д.психол.н., професор

Допущено до захисту за рішенням кафедри психоло-
гії, педагогіки та соціології
протокол від «8» листопада 2022 р. № 5

Завідувач кафедри



І.О. Пстухова, кандидат
педагогічних наук, до-
цент

Ірпінь – 2023

Реєстрація № 16 10.02.23 [підпис] О.А. Демченко
(дата) (підпис відповідальної особи)

Результати перевірки до захисту 08.11.2022 [підпис]
(до захисту, на (підпис) (дата)
доопрацювання)

Результат захисту 80 14.02.23 [підпис]
(оцінка) (дата) (підпис)

Голова комісії: [підпис] Т.А. Ткачук
(підпис) (ініціали, ПІБ)

Члени комісії: [підпис] Л.В. Романюк
(підпис) (ініціали, ПІБ)

[підпис] І.О. Петухова
(підпис) (ініціали, ПІБ)

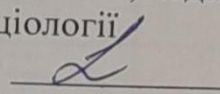
[підпис] М.Ю. Заушнікова
(підпис) (ініціали, ПІБ)

**МІНІСТЕРСТВО ФІНАНСІВ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ПОДАТКОВИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Центр післядипломної освіти та заочного (дистанційного) навчання
Кафедра психології, педагогіки та соціології
Спеціальність 053 «Психологія»
Освітньо-професійна програма «Психологія. Психологія бізнесу»

Затверджую:

Завідувач кафедри
психології, педагогіки та
соціології

 I.O. Петухова

Завдання на кваліфікаційну роботу
здобувачу вищої освіти

Черноног Ольга Алліковна

(прізвище, ім'я, по батькові)

Тема кваліфікаційної роботи: **Особистісна детермінація моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу**

Затверджена наказом ректора від 30. 11. 2021 № 1656

Термін подачі закінченої роботи: 10.02.2023

Мета роботи: полягає у визначенні особливостей базових психологічних структур стратегій життєдіяльності особистості, що перебуває в умовах ситуації внутрішнього когнітивного дисонансу та виявлення способів оптимізації таких стратегій, що можуть зробити прогноз гіпотези дослідження.

Об'єкт дослідження: поведінка особистості в ситуаціях когнітивного дисонансу

Предмет дослідження: особистісна детермінація моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу.

База дослідження підприємство «Lion Shipping Group LLC».

1. Вихідні дані до роботи: аналіз організації «Lion Shipping Group LLC».
2. Перелік графічного матеріалу – 11 таблиць, 4 додатки

3. Календарний план виконання роботи

№ п/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	
		За планом	Фактично
1	2	3	4
1.	Вибір теми, вивчення літературних джерел та складання плану роботи	23.02.2022	23.02.2022
2.	Підготовка першого розділу роботи та подання її керівнику	09.03.2022	09.02.2022
3.	Підготовка другого розділу роботи та подання її керівнику	14.05.2022	14.05.2022
4.	Підготовка третього розділу роботи та подання її керівнику	31.08.2022	31.08.2022
5.	Доопрацювання роботи з урахуванням зауважень керівника	28.09.2022	28.09.2022
6.	Отримання відгуку керівника роботи	10.10.2022	10.10.2022
7.	Попередній захист роботи	13.12.2022	13.12.2022
8.	Отримання відгуку з підприємства (зовнішньої рецензії)	20.12.2022	20.12.2022
9.	Допуск роботи зав. кафедри до захисту	08.11.022	08.11.2022
10.	Захист роботи	14.02.2023	14.02.2023

1. Дата видачі завдання «05» січня 2022

2. Керівник кваліфікаційної роботи М.О. Сова

3. Керівник освітньо-професійної програми *Л* Л.В. Романюк

4. Завдання до виконання отримав
здобувач вищої освіти _____ О.А. Черноног

АНОТАЦІЯ

Особистісна детермінація моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу

Мета роботи полягає у визначенні особливостей базових психологічних структур стратегій життєдіяльності особистості, що перебуває в умовах ситуації внутрішнього когнітивного дисонансу та виявлення шляхів і способів оптимізації таких стратегій, що можуть зробити прогноз гіпотези дослідження.

Завданнями роботи є:

- 1 Здійснити теоретичний аналіз досліджень когнітивного дисонансу у вітчизняній та зарубіжній психології, з'ясувати поняття "когнітивний дисонанс".
2. Визначити продуктивність ситуаційного та суб'єктивного підходів у дослідженні поведінки особистості в ситуаціях когнітивного дисонансу.
3. Емпірично обґрунтувати суб'єктивну детермінанту вибору стратегії поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу.
4. Описати методику дослідження вибору стратегії поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу та корекційну програму, спрямовану на зміну непродуктивних патернів поведінки при вирішенні суперечливого когнітивного завдання.

Об'єктом дослідження є «Поведінка особистості в ситуаціях когнітивного дисонансу»

Предмет дослідження є «Особистісна детермінація моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу».

Базою дослідження виступає підприємство «Lion Shipping Group LLC»

За результатами дослідження сформульовані рівні тривожності особистості обох груп респондентів: низький, помірний та високий.

1. Особистості з низьким та помірним рівнем тривожності в ситуаціях когнітивного дисонансу вибирають конструктивну модель поведінки, направленої на пошук варіантів усунення дисонансу між особистісними когнітивними елементами.

Патернами поведінки таких рівнів виступають:

додаткові питання до оточення, пошук правильних відповідей розв'язання задач. Якщо суб'єктивні патерни поведінки особистості приводять до позитивного результату редукції когнітивного дисонансу, то активність і продуктивність підвищується, а якщо ні, то активність і продуктивність когнітивної діяльності різко знижується. Однак, частина респондентів з низьким рівнем тривожності мають тенденцію вибору патернів деструктивної моделі поведінки, пов'язаних з проявом агресії стосовно до важких ситуацій.

2. Респондентів з домінантною уникаючою моделлю поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу та низьким рівнем тривожності не виявлено.

3. У особистостей з помірним рівнем ситуаційної та особистісної тривожності в ситуаціях когнітивного дисонансу домінантною є конструктивна модель поведінки, направлена на пошук шляхів усунення дисонансу між когнітивними елементами. Для таких особистостей характерно активний пошук когнітивних елементів, за допомогою яких новий когнітивний елемент вбудовується у систему знань та практичного досвіду суб'єкта.

4. У особистостей з високим рівнем тривожності в ситуаціях когнітивного дисонансу виявлена домінантна деструктивна та уникаюча моделі поведінки. Якщо патерни поведінки деструктивної моделі характеризуються невдоволенням та демонстративністю, то патерни уникливої моделі поведінки будуть усунуті від пізнавальної діяльності мовчанням, пошуком причин уникнення, тому продуктивність пізнавальної діяльності буде низькою. Взаємодія з такими суб'єктами завжди складна, бо вони прагнуть уникнення.

Практична значущість дослідження.

Отримані результати можуть бути використані на тренінгових заняттях у програмах, спрямованих на особистісне зростання респондентів внаслідок зниження тривожності та підвищення самооцінки, що сприятиме зміні моделі поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу.

Ключові слова: когнітивний дисонанс, рівні тривожності, моделі поведінки.

Кваліфікаційна робота містить 79 сторінки, 11 таблиць, список використаних джерел із 34 найменувань, 4 додатки.

ANNOUNCEMENT

Personal determination of behavioral patterns in situations of cognitive dissonance

The purpose of the work is to determine the features of the basic psychological structures of the strategies of life of a person who is in a situation of internal cognitive dissonance and to identify ways and means of optimizing such strategies that can make a prediction of the research hypothesis.

The objectives of the work are:

1. To analyze the theoretical analysis of cognitive dissonance research in domestic and foreign psychology, to clarify the concept of "cognitive dissonance".
2. To determine the productivity of situational and subjective approaches in the study of personality behavior in situations of cognitive dissonance.
3. Empirically substantiate the subjective determinant of the choice of behavioral strategy in situations of cognitive dissonance.

2. 4. To describe the methodology of studying the choice of behavioral strategy in situations of cognitive dissonance and the correctional program aimed at changing unproductive patterns of behavior when solving a contradictory cognitive task. The subject of research is "Personality behavior in situations of cognitive dissonance" The object of research is "Personal determination of behavior patterns in situations of cognitive dissonance".

3. The base of the research is the company "Lion Shipping Group LLC" According to the results of the study, the levels of personality anxiety of both groups of respondents were formulated: low, moderate and high.

1. Individuals with low and moderate levels of anxiety in situations of cognitive dissonance choose a constructive model of behavior aimed at finding options to eliminate the dissonance between personal cognitive elements. Patterns of behavior of such levels are: additional questions to the father, search for the right answers in solving problems. If the subjective patterns of personal behavior lead to a positive result of reducing cognitive dissonance, the activity and productivity

4. increases, and if not, the activity and productivity of cognitive activity decreases sharply. However, some respondents with a low level of anxiety tend to choose patterns of destructive behavior associated with the manifestation of aggression in relation to difficult situations.

5. No respondents with a dominant avoidant pattern of behavior in situations of cognitive dissonance and low anxiety were found.

6. In individuals with a moderate level of situational and personal anxiety in situations of cognitive dissonance, the dominant model of behavior is constructive, aimed at finding ways to eliminate the dissonance between cognitive elements. Such individuals are characterized by an active search for cognitive elements, with the help of which a new cognitive element is embedded in the system of knowledge and practical experience of the subject.

7. In individuals with a high level of anxiety in situations of cognitive dissonance, the dominant destructive and avoidant behavior patterns are revealed. If the behavior patterns of the destructive model are characterized by dissatisfaction and demonstrativeness, the patterns of the avoidant behavior model will be eliminated from cognitive activity by silence, search for reasons for avoidance, so the productivity of cognitive activity will be low. Interaction with such subjects is always difficult because they seek avoidance.

The obtained results can be used in training sessions in programs aimed at personal growth of respondents as a result of reducing anxiety and increasing self-esteem, will help to change the model of behavior in situations of cognitive dissonance.

Keywords: cognitive dissonance, anxiety levels, behavioral patterns.

ЗМІСТ

ВСТУП	12
РОЗДІЛ 1. ПОВЕДІНКА ОСОБИСТОСТІ В СИТУАЦІЯХ КОГНІТИВНОГО ДИСОНАНСУ ЯК ПРЕДМЕТ НАУКОВО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....	20
1.1. Ситуаційний підхід до дослідження поведінки особистості в психологічній науці.....	20
1.2. Ретроспективе дослідження ситуацій когнітивного дисонансу у вітчизняній та зарубіжній психології.....	25
1.3. Суб'єктивні предиктори моделей поведінки особистості в ситуаціях когнітивного дисонансу.....	30
<i>Висновки до першої глави.....</i>	<i>37</i>
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИБОРУ СУБ'ЄКТИВНИХ МОДЕЛЕЙ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ В СИТУАЦІЯХ КОГНІТИВНОГО ДИСОНАНСУ	40
2.1. Організація емпіричного дослідження особистісної детермінації моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу.....	40
2.2. Психологічні особливості прояву особистісних характеристик особистості.....	44
<i>Висновки до другої глави.....</i>	<i>51</i>
РОЗДІЛ 3. ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАЦІЇ ПРОЯВУ МОДЕЛІ ПОВЕДІНКИ В СИТУАЦІЯХ КОГНІТИВНОГО ДИСОНАНСУ.....	54
3.1. Особливості вибору моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу.....	54
3.2. Результати дослідження.....	58
<i>Висновки до третьої глави.....</i>	<i>64</i>
ВИСНОВКИ.....	63
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	67
ДОДАТКИ.....	70

ВСТУП

Актуальність теми. Актуальність проблеми дослідження набуває особливого значення у період вторгнення російських військ на територію України. Умови суспільного життя, що весь час динамічно змінюються, вимагають від людини вміння орієнтуватися в просторі власної життєдіяльності у стані війни. Стає очевидним, що коли особа потрапляє в ситуацію «невизначеності», то стає нездатною не тільки прийняти те оптимальне рішення та виробити стратегію життєдіяльності, але й взагалі усвідомити складові самої ситуації війни, їх динаміку, перебіг і можливі варіанти виходу зі скрутних особистісних ситуацій. Наслідком цього є стан коли особистість знаходиться у скрутній когнітивній ситуації, де необхідно адекватно оцінювати та реагувати на повідомлення, що надходять від різних соціальних груп, включаючи й органи влади.

І. Валлерстайн, Б. Гіддінк стверджують, що: «невизначеність», шляхом соціологічного розуміння соціальних змін в умовах війни як біфуркаційних, що створюють реальність як множинну - вимагає від людини або непередбачуваних рольових «перемикань», або повної відмови від орієнтації на фіксовані рольові моделі поведінки [1].

А. Тешфел стверджує, що центральною проблемою соціальної психології є проблема відносин між людиною й соціальними змінами середовища, які містять у собі принцип «невизначеності», оскільки вибір у ситуації, що кожного дня змінюється, не може бути остаточним і незмінним. У наслідок цього, особистість виявляється у складній когнітивній ситуації, коли необхідно адекватно реагувати на повідомлення, що виходять від різних соціальних груп, включаючи органи влади. Події сьогодення показують, як складні когнітивні конструктори можуть призвести до неадекватної поведінки особистості. Така поведінка людини призводить до станів, коли вона дедалі частіше потрапляє у ситуації когнітивного дисонансу і не завжди здатна знайти правильне розв'язання проблеми [3].

Іншим аспектом, що актуалізує цю тему дослідження, виступає дефіцит колективного ефективного спілкування на підприємстві в умовах війни. Це викликає невпевненість та тривожність у складних когнітивних ситуаціях взаємодії, що

призводить до зниження самоконтролю. Наслідком зниження самоконтролю виступає непродуктивна модель поведінки особистості, особливо у ситуаціях когнітивного дисонансу. Уникнення розв'язання проблеми в складній когнітивній ситуації або деструктивне її вирішення призводить до незадовільних результатів у житті та чинить негативний вплив на інші сфери життєдіяльності людини. Психологічні проблеми у ситуаціях когнітивного дисонансу виходять на перший план, коли організація особистістю власного життєвого простору, а саме застосування психологічних стратегій своєї життєдіяльності, носить деструктивне рішення. Від успішності розв'язання цього питання залежить психологічне здоров'я особистості, її життєва позиція, добробут життя [27].

Ще одним визначальним фактором актуальності цього дослідження є висхідна конкуренція на ринку праці. Професійний конкурсний відбір, незалежно від сфери діяльності, частіше вимагає від претендента якостей: креативності, організованості, вміння ефективно приймати рішення. На ринку праці більш затребуваними є спеціалісти, які здатні швидко та адекватно реагувати у скрутних ситуаціях і орієнтовані на продуктивні моделі поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу.

Таким чином, проблема суб'єктного вибору моделей поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу у суспільстві, має особливе значення, обумовлене станом середовища. Цей аспект проблематики нині не є достатньо розробленим у психології, що зумовило вибір теми магістерського дослідження: «Особистісна детермінація моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу». Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить, що у вітчизняній та зарубіжній психології достатньо робіт з приводу аналізу основних моделей поведінки особистості у ситуаціях когнітивного дисонансу. Дослідники у своїх роботах зазначають, що неадекватні моделі поведінки у подібних ситуаціях не тільки не сприяють розв'язанню проблеми, а й негативно впливають на стан здоров'я людини на психоемоційному рівні, призводячи до психосоматичних розладів. Разом з тим, однією із важливих державних задач сьогодення – є збереження людського здоров'я в ситуації війни. Незалежно від ситуації, тільки здорова особистість успішно реалізує

свої соціальні ролі, вносить свій професійний та громадянський внесок у розвиток суспільства, постійно вдосконалює себе та гармонізує свій внутрішній та зовнішній світ [20].

Аналіз теоретичних досліджень у сфері проблем вибору детермінованої моделі поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу, виявив спірні питання та замало вивчені аспекти цієї проблеми. Головними питаннями цієї проблеми – є теоретичні питання, методологія та прикладні методики дослідження. Не достатньо вивчена проблема суб'єктивної детермінації моделі поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу. Потребують наукового осмислення факти генези когнітивного дисонансу та предиктори вибору детермінованої стратегії поведінки особистості у подібних ситуаціях [7].

Більшість дослідників зазнає той факт, що самі ситуації когнітивного дисонансу виникають при неузгодженні схем сприйняття і перероблення цієї інформації із зовнішнього оточення та методів уявлення її іншими (Г.А. Берулава, С.А. Печерська, Т.Я. Решетова ін.). Якщо така ситуація зберігається тривалий час, це призводить до психологічного дискомфорту, стимулюючи тривожні розлади особистості та підвищення адаптаційних можливостей організму суб'єкта. Замало вивченим залишається питання: «які суб'єктивні характеристики зумовлюють вибір раціональних чи ірраціональних патернів поведінки особистості у ситуаціях когнітивного дисонансу?» [4].

Ряд досліджень науковців присвячений вивченню ситуації невизначеності особистості у ситуації когнітивного дисонансу (О.К. Тихоміров, Т.В. Корнілова, Д. Дернер ін.). Теоретичний аналіз дослідження проблеми показав, що у сучасній психології більше досліджуються особливості поведінки людини у різних важких життєвих ситуаціях. Але поведінка особистості у ситуації когнітивного дисонансу залишається недостатньо дослідженою, хоча кожна людина стикається з цією проблемою кожного дня. Наприклад, процес опановування новими навичками та знаннями, коли людина повинна засвоїти та вбудувати їх в особистісну систему знань та практичного життєвого досвіду. Вибір стратегії поведінки у ситуації когнітивного дисонансу передбачає різні варіанти, наприклад, успішне просування в

освоєнні нового, підкріплюючи самоповагу та підвищення самооцінки, або внутрішня протидія всьому новому, що не дозволяє опанувати новими знаннями, тим самим знижує рівень самооцінки та впевненості у собі [5].

Виходячи з аналізу дослідження наукової психології, можна констатувати визначені протидіючі між:

- теоретико-методологічними положеннями ситуаційного і суб'єктивного підходів та недостатністю досліджень особистісної обумовленості ситуацій когнітивного дисонансу, яка дозволяє людині сприяти процесу пізнавальної активності;
- доцільністю досліджень раціонального функціонування людини у різних сферах її життєдіяльності та досліджень різних аспектів пізнавальної її активності саме у ситуаціях когнітивного дисонансу;
- недостатність наукових знань особливостей поведінки людини у ситуаціях когнітивного дисонансу, що викликає емоційну напругу та дискомфорт і затребуваністю методів та підходів, спрямованих на досягнення аутентичності особистості. Дані протидії актуалізують необхідність дослідження поведінки особистості у ситуаціях когнітивного дисонансу у пошуку нових стратегій подолання ірраціональних моделей поведінки при виконанні важких когнітивних завдань.

Таким чином, тема магістерського дослідження обумовлена як соціальною, так і науковою актуальністю проблеми. Вивчення її закономірностей має не тільки теоретичне, але й практичне значення, оскільки може бути використане для створення технологій, які сприятимуть побудові оптимальних стратегій поведінки особи в ситуаціях когнітивного дисонансу як складових в організації її життєдіяльності, побудови особистістю власного життя та вибудовування життєвого шляху тощо. Це відповідає потребам сьогодення.

Об'єкт дослідження – поведінка особистості в ситуаціях когнітивного дисонансу

Предмет дослідження – особистісна детермінація моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу.

Мета дослідження полягає у визначенні особливостей базових психологічних структур стратегій життєдіяльності особистості, що перебуває в умовах ситуації внутрішнього когнітивного дисонансу та виявлення способів оптимізації таких стратегій, що можуть зробити прогноз гіпотези дослідження.

Гіпотеза дослідження: передбачається, що предикторами вибору стратегії поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу можуть виступати такі суб'єктні характеристики особистості як самооцінка, самоводсконалення, тривожність, невизначеність, фрустрація та локус особистісного контролю. Виникнення дисонансу, породжує психологічний дискомфорт (внутрішньоособистісний конфлікт) і буде мотивувати особистість до спроб зменшити ступінь дисонансу та по можливості досягти консонансу. Прагнення до його зменшення дозволить особистості уникати інформації та ситуацій, які можуть привести до посилення психологічного дискомфорту.

Згідно з метою, об'єкту, предмету дослідження та гіпотезам було поставлено такі **завдання:**

1. Проаналізувати теоретичний аналіз досліджень когнітивного дисонансу у вітчизняній та закордонній психології, з'ясувати поняття «когнітивний дисонанс».
2. Визначити продуктивність ситуаційного та суб'єктивного підходів у дослідженні поведінки особистості в ситуаціях когнітивного дисонансу.
3. Емпірично обґрунтувати суб'єктивну детермінанту вибору стратегії поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу.
4. Описати методику дослідження вибору стратегії поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу та корекційну програму, спрямовану на зміну непродуктивних патернів поведінки при вирішенні суперечливого когнітивного завдання.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань та доказів висунутих гіпотез у магістерській роботі, було використано ряд методів:

- теоретичний аналіз наукових джерел; емпіричні методи (спостереження, опитування, тестування).

В рамках емпіричного дослідження використані методики Ч.Д. Спілбергера-Ю.Л. Ханіна «Шкала самооцінки рівня тривожності», методика «Локус контролю» Дж. Роттера в модифікації Е.Г. Ксенофонтової; опитувальник «Індивідуальні вподобання патернів поведінки в ситуації когнітивного дисонансу» (автор Д.У. Ханалієва) за методикою Дж. Амірхана адаптованої Н.А. Сиротою і В. М. Ялтонським «Індикатор копінг-стратегій»; методика діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейн в модифікації А.М. Прихожан, тест: «Вербальна діагностика оцінки особистості самої себе».

Новизна дослідження полягає в тому, що вперше:

- конкретизовано визначене поняття «ситуації когнітивного дисонансу». У магістерському дослідженні таке поняття розуміється як напружений інтелектуально-емоційний стан особистості, детермінований сукупністю її суб'єктивних характеристик, які забезпечують вибір індивідуальної стратегії поведінки, спрямованої на прийняття рішення для зниження психоемоційної напруги;
- виявлено стратегії поведінки, що домінують у ситуаціях когнітивного дисонансу серед працівників підприємства;
- встановлено, що такі суб'єктні характеристики як самооцінка, локус контролю та тривожність у ситуаціях когнітивного дисонансу завжди виступають предикторами вибору поведінки, що належать до конструктивної, деструктивної та уникливої стратегій;
- визначено, що деструктивну стратегію поведінки вибирають суб'єкти з високим рівнем тривожності у ситуації когнітивного дисонансу, разом з тим конструктивну стратегію поведінки вибирають суб'єкти з низьким та помірним рівнем тривожності. Особистості з неадекватно завищеною самооцінкою у ситуації когнітивного дисонансу вдаються до деструктивної стратегії поведінки, тоді як особистості з неадекватно заниженою стратегією поведінки вибирають стратегію уникнення. Чим вище рівень адекватної самооцінки при помірному рівні тривожності, тим вище пізнавальна активність особистості, яка спрямована на

подолання ситуації когнітивного дисонансу через пошук різних варіантів узгодження когнітивних елементів;

- виявлено, що в осіб з високим рівнем тривожності неадекватно завищеною самооцінкою екстернальним локусом контролю у ситуації когнітивного дисонансу домінує деструктивна стратегія поведінки, що знижує пізнавальну активність особистості та не може сприяти усуненню дисонантним відносинам між когнітивними елементами структури особистості. У суб'єктів з високим рівнем тривожності та неадекватно заниженою самооцінкою екстернальним локусом контролю у ситуації когнітивного дисонансу домінує униклива стратегія поведінки, що знижує пізнавальну активність та ініціює ухилення розв'язання проблеми.

Теоретичне значення дослідження дозволяє зробити висновок, що на сьогодні можна спостерігати декілька підходів до різних ситуацій і поведінки людини в них, які не виключають, а скоріше доповнюють один одного. Один підхід реалізується в рамках теорії соціального навчання та вивчає реальну поведінку людини у даній ситуації, другий полягає в описі ситуації самою особистістю, в якій передає свій опит проживання даної ситуації. Інший підхід у дослідженні впливу ситуації на поведінку людини, полягає в тому, що він може бути реалізованим тільки завдяки вивченню поведінки та дій індивіда у природних ситуаціях з використанням збору емпіричних даних в інтерпретації учасників ситуації та матеріалів від сторонніх спостерігачів та дослідників.

Практична значущість дослідження полягає у виявленні домінантної стратегії поведінки у ситуації когнітивного дисонансу в різних вікових групах працівників підприємства і можуть слугувати у майбутньому для розроблення програм корекції деструктивних моделей поведінки працівників підприємства. Результати, отримані під час дослідження можна використати при розробці спеціальних курсів, викладанні психологічних дисциплін.

Базою дослідження було підприємство «Lion Shipping Group LLC», задіяно 80 досліджуваних.

Апробація роботи: результати дослідження здобули апробацію на Міжнародному податковому конгресі (Ірпінь, 2022), обговорювались на засіданні кафедри психології, педагогіки та соціології Державного податкового університету.

Структура кваліфікаційної роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та додатків. Основний зміст роботи викладено на 55 сторінках. Загальний обсяг роботи 79 сторінки. Список літератури містить 34 наукових джерел. Робота містить 11 таблиць, 4 додатки.

РОЗДІЛ 1.

ПОВЕДІНКА ОСОБИСТОСТІ В СИТУАЦІЯХ КОГНІТИВНОГО ДИСОНАНСУ ЯК ПРЕДМЕТ НАУКОВО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

1.1. Ситуаційний підхід до дослідження поведінки особистості в психологічній науці

З 20 -тих років XX століття у психологічній науці починається розробка проблеми ситуаційного підходу, яка базується на принципах ситуаційного і контекстуальних впливів на поведінку людини та принцип суб'єктивної інтерпретації ситуації. У соціальній психології та психології особистості популярність набув науковий підхід, який пояснював причинну обумовленість поведінки особистості через її суб'єктні фактори. К. Левін та У. Томас вперше торкаються проблеми “людина-середовище” де позначаються методологічні засади ситуаційного підходу. К. Левін ставить питання відносно співвідношення об'єктивного та суб'єктивного, внутрішнього та зовнішнього світу людини [6].

Підхід фактичного дослідження поведінкових реакцій індивіда, де «зовнішні» ситуативні фактори набувають «внутрішній» суб'єктивний характер, дозволяють автору при інтерпретації поведінки, розв'язувати проблему розбіжності «зовнішнього» та «внутрішнього». Завдяки К. Левіну всіма признаним є уявлення: «поведінка детермінується не ситуацією, описаною об'єктивно, а ситуацією у її переживанні самою людиною, те, як ця ситуація для неї існує».

У. Томас (видатний американський соціолог) ввів термін «визначення ситуації» де вказує на можливість адекватного розуміння ситуації, ґрунтуючись на суб'єктивному ставленні до неї самої людини. Автор вказує, що саме вчинок передуює стадії розгляду, коли людина обмірковує дану ситуацію і таку стадію він назвав «визначення ситуації». Саме вона визначає не тільки майбутні вчинки, але й загалом його спосіб життя, оскільки ланцюжок таких визначень його і формує.

Л.С. Виготський запроваджує термін «соціальна ситуація розвитку». Згодом автор вводить поняття «переживання середовища» і визначає його як внутрішнє ставлення людини до конкретного моменту насправді. Таке внутрішнє ставлення

виконує провідну роль особливо у дитячому розвитку, оскільки це середовище детермінує розвиток дитини через переживання середовища та зберігає значимість і у дорослому житті [8].

З 70-80 років XX століття у психологічній науці починається другий етап розвитку ситуаційного підходу у психології. У цей час отримали широку популярність твори У. Мішела, Л. Росса, Р. Нісбетта, Д. Магнуссона, які ґрунтувались на ідеях К. Левіна та У. Томаса.

Праця У. Мішела присвячена особистісній психодіагностиці в основі ідеї якої вчені повинні вийти за рамки традиційного підходу персонологічних досліджень [59].

Наукова робота Л. Росса і Р. Нісбетта опублікована наприкінці 80-х років “Людина та ситуація” стала справжнім викликом ситуаційного підходу до психологічної науки свого часу. З погляду Н.В. Гришиної робота Л. Росса і Р. Нісбетта аргументовано вказує на відсутність будь-якої можливості у прогнозуванні поведінки особистості ґрунтуючись виключно на особистісних особливостях властивих людині та даних про її поведінку в інших ситуаціях [14].

Л. Росс і Р. Нісбетт у своїй науковій праці запропонували три основних принципи, які повинні застосовуватися щодо поведінки особистості:

- принцип сильної детермінації поведінки людиною соціальної ситуації;
- принцип суб'єктної інтерпретації ситуації;
- принцип існування напружених індивідуальної та колективної систем.

Принцип сильної детермінації поведінки людиною соціальної ситуації базується на постулаті того, що соціальний контекст ситуації активізує до життя сили, які своєю чергою здатні стимулювати чи обмежувати поведінку людини. У цьому принципі існує поняття «канальних факторів». Канал «на вході» передбачає отримання нової інформації, а «на виході» пропонує ясно виражені наміри її використання у вигляді плану дії задля досягнення результату.

Принцип суб'єктної інтерпретації ситуації вказує на важливість особистісного суб'єктивного значення для індивіда. Щодо тієї, що стимулює ситуації та на неї

діє. Щоб прогнозувати поведінку конкретної людини, треба враховувати її розуміння самої ситуації та актуальну особистісну інтерпретацію.

Принцип існування напружених індивідуальної та колективної систем і принцип суб'єктної інтерпретації ситуації разом були розкриті в контексті того, що індивідуальна психіка та колективні освіти (малі соціальні групи, нації) повинні піддаватися аналізу як системам, які перебувають у стані напруги. Людина у своїй поведінці детермінована величезною кількістю одномоментно паралельних фактів, тому розгляд конкретної ситуації вимагає прийняття та визнання цього положення. В даній ситуації одночасно існують ті факти, що мають характер силових полів, у яких кожна окрема частина даного поля залежить від інших частин цього поля. Можна укласти висновок, що, відповідно, одні частини силового поля здатні підкріплювати інших та протистояти третім. Тому поведінка людини опосередкована досягненням рівноваги протиборчих сил [9].

Ф. Перлз надає великого значення кордонам життєвого простору людини. Дослідження «его-кордонів» показало, що уявлення індивіда про свої «его-кордони» є стійким, всередині них присутні любов, довіра, співпраця, а за їх межами, навпаки, підозра, тривога, ворожість. Якщо людина не може бути самою собою, або їй не дозволяють цього, тоді її «его-кордони» щоразу звужуються і це спричиняє патологію. Ригідність призводить до того, що людина змушена пристосовуватися до навколишнього середовища за допомогою свого характеру. В цьому випадку формується жорсткий патерни [29].

До другого етапу розвитку ситуаційного підходу відносять роботи Б.Ф. Ломова в яких автор вказав на основні аспекти особистості у ситуації: індивідуально-психологічні та особистісні властивості, система внутрішніх спонукань та особистісні діяльні характеристики. Основними виступають саме причинні відносини [19].

Третій етап розвитку ситуаційного підходу, позначений проблемою ситуацій та аналізу емпіричних підходів до розуміння цього феномену. Психологічна наука, розробляючи теорію ситуацій, реалізує цілісний підхід до вивчення життєвого шляху людини з усім його розмаїттям. Стратегії взаємодії із ситуаціями,

виконують роль механізму регулювання поведінки людини, обумовлюючи його адаптивні можливості організму та виступають «індикатором» ціннісних і сенсо-життєвих орієнтацій особистості [22.].

Є.А.Сергієнко зазначає, що регулятивна функція постає як контроль поведінки (суб'єктно-системний підхід), включаючи когнітивний контроль, емоційне регулювання та контроль дій. Головною відмінністю саморегуляції від контролю поведінки є те, що контроль поведінки має спонтанність і мимовільність [14].

Аналіз проблеми саморегуляції показав, що окрім механізму саморегуляції на життєдіяльність людини впливає і процес самоорганізації, а рівновага системи детермінована процесами саморегуляції.

При вирішенні практичних та профілактичних завдань корекції та реабілітації, психологам складно визначити спільну категоризацію важких соціальних та професійних ситуацій, їх стресогенність і можливі способи адаптації до них. Найбільш вивченими та розробленими у цьому плані є ситуації стресу [13].

Вперше концепція стресу у психології була представлена канадським фізіологом Г. Сельє, яка виходила з положення вроджених механізмів підтримки організму – адаптації (стану внутрішньої рівноваги функціонування всіх систем організму). Він показав, що у відповідь на дію подразників різної причини (*механічних, фізичних, хімічних, біологічних і психічних*) в організмі виникають стереотипні зміни. Комплекс цих змін отримав назву загальний адаптаційний синдром. Проявом адаптації на рівні цілісного організму є покращення функціонування нервових і гуморальних регуляторних механізмів. Головною ознакою адаптованої системи є економічність функціонування всього організму, тобто раціональне використання енергії свого організму.

А важливим показником адаптаційної перебудови всього організму є підвищення його захисних властивостей і здатність швидко мобілізувати імунну систему. В наш час адаптація визначається певним діапазоном *кількісних* змін організму, які надалі призводять до *якісних* змін функціонального пристосування організму на певний подразник. Інтегральним показником здоров'я людини є її

адаптованість до ситуації. *Адаптаційні реакції* організму оцінюються насамперед, за функціональними показниками системи кровообігу [19].

У роботах видатних вітчизняних вчених як: Н.М. Амосова, Г.Л. Апанасенко, І.А. Аршавського, які запропонували визначати «*кількість здоров'я*» резервами організму - це знайшло підтвердження. Резервами організму є максимальна продуктивність органів і систем при збереженні якісної межі функцій у відповідь на дію стресу. Успішність адаптації залежить від ефективності пристосувальних реакцій, сили й інтенсивності впливу і, природно, від резервів здоров'я організму на момент початку процесу адаптації. Оскільки організм небезмежний, то його виснаження може привести до захворювань і навіть до смерті [17].

Більшість наукових досліджень, присвячених вивченню стресових ситуацій, відбудовувалися на основі теоретичних та експериментальних досліджень Г. Сельє оскільки вони увібрали все те, що включають поняття – тривога, фрустрація, напружений стан, емоційний стрес, дистрес, конфліктна ситуація, конфлікт. Вони відкрили можливість встановлення зв'язків між фізіологічними та психічними явищами [16].

Таким чином, аналіз літератури дозволяє зробити висновок, що сьогодні можна спостерігати декілька підходів до різних ситуацій і поведінки людини в них, які не виключають, а скоріше доповнюють один одного. Один підхід реалізується в рамках теорії соціального навчання та вивчає реальну поведінку людини у даній ситуації, другий полягає в описі ситуації самою особистістю, в якій передає свій опит проживання даної ситуації. Інший підхід у дослідженні впливу ситуації на поведінку людини, полягає в тому, що він може бути реалізованим тільки завдяки вивченню поведінки та дій індивіда у природних ситуаціях з використанням збору емпіричних даних в інтерпретації учасників ситуації та матеріалів від сторонніх спостерігачів та дослідників.

1.2. Ретроспективе дослідження ситуацій когнітивного дисонансу у вітчизняній та зарубіжній психології

Теорія когнітивного дисонансу є однією з послідовних теорій про зміну позицій, яка стверджує, що особистість поводить ся таким чином, щоб була змога максимізувати внутрішню послідовність її когнітивної системи.

У 1930 році К. Левін досліджував як схильності особистості можуть бути змінені її членством у групі, яка досягає рішення, і як така людина може дотримуватися такого рішення, ігноруючи пізнішу інформацію, що конфліктує з цим. Учень Левіна, видатний американський психолог Л.Фестінгер провів цю лінію дослідження далі, розвинувши свою теорію когнітивного дисонансу, яка набула свого поширення в 50-х роках ХХ століття. Крім теорії когнітивного дисонансу Л. Фестінгера, існує також теорія балансу Гайдера, а також відповідні теорії Осгуда і Танненбаума.

Проте теорія когнітивного дисонансу як окреме спрямування була найбільш впливовою протягом десятиліть. Один із найпривабливіших аспектів цієї теорії полягає в тому, що вона пропонує протилежні – інтуїтивні гіпотези, які часто підтверджувалися. Зерном теорії є ствердження про те, що два когнітивних елементи (думки, спрямування, вірування), перебувають у дисонансному відношенні, якщо одна із сторін впливає послідовно за іншою.

Когнітивний дисонанс це – внутрішній психічний конфлікт, що виникає при зіткненні у свідомості індивіда суперечливих знань, ідей, переконань або поведінкових установок стосовно деякого об'єкта чи явища, за якого з існування одного елемента виникає заперечення іншого. У зв'язку з цим конфліктний стан індивіда характеризується відчуттям неповноти життя. Ця теорія характеризує способи усування чи згладжування цих розбіжностей і описує те, як це робить людина в типових ситуаціях, а це і є одним з важливих напрямів у соціальній психології [13].

Оскільки дисонанс є психологічно некомфортним, його існування мотивуватиме особистість редукувати його і досягти гармонії (консонансу). Далі, якщо дисонанс існує, особистість буде активно уникати ситуацій та інформацій,

які здатні породжувати дисонанс. Теорія когнітивного дисонансу піддавалася критиці за неясність, незрозумілість, невизначеність термінології тощо. Цю теорію доцільніше розглядати більш як проблематичну, ніж стверджувальну.

Методологія експериментів для доказу цієї теорії також критикувалася за штучність, можливість різночитання та сумнівну зовнішню валідність, ігнорування індивідуальних особливостей. У своїй основній праці «Теорія когнітивного дисонансу» Фестінгер формулює її вихідні положення таким чином, що основна ідея теорії полягає в тому, що людський організм прагне встановити внутрішню гармонію, послідовність, узгодженість між своїми думками, здібностями, знаннями й цінностями. Тобто живий організм має потяг, спрямований на узгодженість усередині своєї пізнавальної діяльності. Щоб досконало оперувати цим поняттям («узгодженість»), Фестінгер тлумачить пізнавальну діяльність як таку, що розкладається на елементи, або, зрештою, як сукупність таких елементів. Існує три способи, з допомогою яких особистість може усунути когнітивний дисонанс: змінити власну поведінку; змінити когніції для досягнення їхньої узгодженості; додати нові когнітивні елементи [14].

Когнітивний дисонанс є свого роду внутрішньо особистісним конфліктом, але отримав свій розвиток в рамках когнітивної психології. У вітчизняній психологічній школі когнітивний дисонанс вивчався у межах поняття внутрішньо особистісного конфлікту, а термін «когнітивний дисонанс» вживався зрідка. Проблема внутрішньо особистісних конфліктів розкрита в працях як закордонних, так і вітчизняних науковців, серед них З. Фрейд, А. Маслоу, К. Хорні, В. Франкл, К. Роджерс, К. Левін, О. Леонтьєв, В. Мерлін, Н. Чепелєва, Г. Ложкін, Т. Левченко, Н. Пов'якель, І. Ващенко, М. Пірен, О. Чала. У сучасній науці проблематика внутрішньо особистісного конфлікту залишається дискусійною. Зокрема, в закордонній психології науковці K. Dixon-Gordon, S. Bernecker, K. Christensen внутрішньо особистісні конфлікти трактують як важливість процесів регулювання міжособистісних емоцій у внутрішньо особистісному й соціальному функціонуванні. У психологічній літературі поняття внутрішньо особистісного

конфлікту ототожнюється з поняттями внутрішні, особистісні, інтерсуб'єктивні, інтерперсональні конфлікти.

Проблема внутрішньо особистісного конфлікту в наукових дослідженнях розглядається з урахуванням розуміння особистості, яка складається в рамках тієї чи іншої теоретичної концепції особистості: інтрапсихічної, ситуативної та когнітивної:

- Інтрапсихічні (психодинамічні) концепції спираються на біопсихічну основу індивіда й представлені в теоріях З. Фрейда, К. Юнга, А. Адлера, Е. Фромма, К. Хорні й інших. Згідно з теорією З. Фрейда, людина конфліктна за своєю природою. За Фрейдом, ця боротьба проявляється в амбівалентності людських почуттів, їх суперечливості, постійному протиборстві. У цьому, він вважає, і є сутність внутрішньоособистісного конфлікту.

- Погляди Б. Скінера, Н. Міллера, Дж. Долларда виходять із ситуативної концепції, провідною думкою якої є розуміння конфлікту як реакції на ситуацію, як збіг обставин, що склалися. Прихильник біхевіоризму Беррес Фредерік Скінер вважає, що внутрішньоособистісний конфлікт – це як погана звичка, яка зародилася під час помилкового виховання. А необіхевіористи Ніл Елгар Мілер і Джон Доллард такий вид конфлікту розглядають як фрустрацію особистості. Як пізнавальний феномен особистості трактують внутрішньоособистісний конфлікт представники когнітивної концепції, а саме Карл Роджерс, Абрагам Маслоу, Курт Левін, Віктор Франкл. У своїй роботі Курт Левін зазначає, що підставою для виникнення таких конфліктів є не внутрішні процеси самої психіки, а аналіз проблем, що виникають у життєвій ситуації індивіда. Предметом його уваги є конфлікти, що виникають у результаті боротьби мотивів, одночасної актуалізації суперечливих чи несумісних мотивів. Опис внутрішньо особистісного конфлікту, що належить К. Левіну, вважається класичним. Він розглядав внутрішній конфлікт як «одночасний вплив на індивіда протилежно спрямованих сил рівної величини й значущих для індивіда».

- Іншу позицію мав К. Роджерс і його послідовники, які вважали фундаментальним компонентом структури особистості Я-концепцію – уявлення

особистості про саму себе, образ власного «Я», який формується в процесі взаємодії із соціумом. «На основі Я-концепції відбувається саморегуляція поведінки людини, процес її взаємодії з навколишнім середовищем, і дуже часто в індивіда виникають ситуації, коли відбувається розбіжність між «Я» ідеальним та Я-концепцією. Між ними простежується психологічна неузгодженість у сприйнятті себе. У таких ситуаціях дисонансом між ними є внутрішньо особистісний конфлікт, який призводить до психічних розладів, психосоматичних ускладнень» [15].

Прихильники теорії А. Маслоу розглядають внутрішньо особистісний конфлікт через мотиваційну структуру особистості, яка складає низку ієрархічно побудованих потреб. Самоактуалізація є найвищою потребою згідно з пірамідою А. Маслоу, а отже, «самореалізація та самовизначення є важливими критеріями для особистості. Адже реалізація своїх здібностей, талантів, бажання стати тим, ким прагнеш, не завжди й не кожному вдається, а тому цей вакуум між домаганнями, бажаннями й реальними результатами й лежить в основі багатьох внутрішньо особистісних конфліктів» [21].

Ерік Еріксон у своїй праці про внутрішньо особистісні конфлікти зазначає, що вони пов'язані з кризами, які переживає особистість протягом свого життя. Він трактує: «кожна особистісна й соціальна криза є своєрідним викликом, що приводить індивіда до особистісного росту й подолання життєвих перешкод», а знання та вміння того, як особистість долає життєві труднощі, формує «єдиний ключ до розуміння її життя». А тому успішно пройти всі етапи криз практично вдається не кожному, а отже, кожна особистість має передумови до виникнення внутрішньо особистісних конфліктів, і важливим є не уникнення цих конфліктів, а їхнє конструктивне розв'язання [11].

Більш оптимістична позиція щодо внутрішньо особистісних конфліктів в О. Леонтьєва. Він вважає, що вони є важливою складовою частиною структури особистості, яка розвивається. Адже впродовж життя в людини є провідні цілі й мотиви, які можуть змінюватися з процесом формування та становлення особистості, й вони не є сталими, а мають тенденцію змінюватися. А тому

конфлікт цілей, мотивів, інтересів є цілком нормальним явищем упродовж життя, але за тієї умови, якщо він має конструктивний характер [18].

Значний внесок у розгляд і вивчення внутрішньо особистісних конфліктів зробили вітчизняні науковці, зокрема О. Лурія, В. Мерлін, Ф. Василюк. Так, Олександр Лурія трактує внутрішньо особистісний конфлікт як зіткнення двох сильних, але протилежно спрямованих тенденцій.

Вольф Мерлін розглядає конфлікт як результат гострого незадоволення глибоких актуальних мотивів і відносин особистості. Федір Василюк – як зіткнення двох внутрішніх спонукань, зображених у свідомості у вигляді самостійних протилежних цінностей.

На думку видатних психологів Б.В. Зейгарник, Б.С. Братусь внутрішньоособистісний конфлікт – це розбіжності між потенційними можливостями людини (його ідеальне Я) та ситуативною обмеженістю (реальним Я) де також простежується мотиваційна функція цього конфлікту. Спостерігаючи розбіжність між конкуруючими «ідеальним Я» та «реальним Я» особистість прагне скоротити ці відмінності й тому прагне досягти свого “ідеального Я”. Таким чином ми знову бачимо подібність у розумінні внутрішньо особистісного конфлікту та когнітивного дисонансу [23].

Вивчаючи типологію особистості, науковці внутрішньо особистісний конфлікт розглядають як рушійну силу, яка призводить до розвитку, забезпечує індивіду «рух» та соціалізацію у суспільстві. Вчені розглядають цей «рух» як комплекс розбіжностей між об'єктивним та суб'єктивним, який «мотивує» особистість на рух уперед після вирішення цієї суперечності. Можна надати характеристику конкретного типу особистості залежно від того, якими рушійними силами підтримується розвиток конкретного типу особистості та через подолання яких неузгоджених елементів воно здійснюється [16].

До виникнення внутрішньо особистісного конфлікту можна віднести зовнішні та внутрішні причини. Внутрішні причини обумовлені тим, яке місце займає особистість у групі чи організації, суспільстві загалом. Внутрішні причини пов'язані з розбіжністю структури особистості з ціннісно-сисловою та

мотиваційною сферами, з неузгодженням суперечливості різних мотивів, цінностей та смислів. Можна сказати, що теорія Л. Фестінгера «когнітивного дисонансу» зародилась у часи бівехіоризму і внесла значний розвиток у психологічну науку та дозволила по-іншому поглянути на процеси, які раніше пояснювалися тільки з позицій поведінкових теорій [10].

Аналіз різноманітних поглядів і підходів закордонних і вітчизняних науковців дає нам розуміння багатоаспектності дефініції поняття «внутрішньо особистісний конфлікт». А отже, нами трактується внутрішньо особистісний конфлікт як гостре, негативне переживання, яке викликане боротьбою внутрішніх структур (характеристик) особистості, що є протилежними, й характеризується переживаннями двоякості почуттів і затягнутою боротьбою мотивів, інтересів, які відбивають суперечливі зв'язки із соціальним середовищем і затримують прийняття рішень. Треба відзначити вітчизняні дослідження, звернені до проблеми «когнітивного дисонансу», в яких переважно вчені намагалися пояснити суть даної психологічної освіти, причини їх джерел, які викликають ці стани дискомфорту, що переживає особистість опинившись у такій ситуації.

1.3. Суб'єктивні предиктори моделей поведінки особистості в ситуаціях когнітивного дисонансу

У сучасному суспільстві нашої країни сьогодні, коли йде війна, особистість відчуває посилений психологічний та соціальний дискомфорт, що стимулює проведення досліджень, спрямованих на встановлення причин та джерел підвищеної тривожності як небажаного явища ситуації. Підвищена тривожність особистості є не тільки причиною дискомфорту, але й виступає основним фактором, який провокує нервово-психічні розлади, що значним чином впливає на порушення якості життя та функціонування в наш час. Особистості з депресивним, панічним, соціально-тривожним, obsесивно-компульсивним розладом та ПТСР мають суттєві відмінності за цими показниками ніж в середньому по популяції. Погіршення якості життя, спричинені цими розладами часом перевищують шкоду від хронічних захворювань (Rapaport, Clary, Fayyad,

Endicott, 2005). Науковці у своїх дослідженнях вважають, що проблема когнітивного дисонансу в наукових дослідженнях розглядається з урахуванням розуміння особистості, яка складається в рамках тієї чи іншої теоретичної концепції особистості: інтрапсихічної, ситуативної та когнітивної.

Так, тривожність вивчалася в працях Г. Айзенка, Р. Кеттелла з розгляду індивідуально-типологічних характеристик. З. Фрейд, Ч. Спілберг розглядали тривогу як несприятливий за своїм емоційним забарвленням стан. Г. Сельє, Ю. Александровський, О. Захаров, А. Співаковська тривожність аналізували як обов'язкову фазу загального адаптаційного синдрому. Л. Божович, І. Дубровіна, Б. Кочубей дотримуються позиції соціальної зумовленості тривожності. Л.О. Китаєв-Смик, А. Прихожан, Є., Г.М. Бевз розглядали поведінку людини, як особистісно зумовлену та ситуативну тривожність.

Позиції вивчення тривожності є різними, але тривожність розглядається як емоційний стан особистості, який чинить негативний вплив на психіку людини. У загальному розумінні тривожність є негативним переживанням людини і характеризується специфічним відчуттям неприємного, відповідними соматичними реакціями та усвідомленням цього переживання. Більшість психологів-дослідників сходяться на думці, що тривожність проявляється як ситуативне явище і як особистісна характеристика. Тому тривожність необхідно розглядати з урахуванням динаміки цього перехідного стану, у зв'язку з віковими особливостями та факторами її детермінованості. (Цумарева Н.В.) Тривога – відповідь нашого мозку на ситуацію небезпеки, подразник, якого наш організм намагається активно уникнути. Ця мозкова відповідь – базова емоція, яка присутня з раннього дитинства та має прояви різної інтенсивності (Beesdo, Knapp, Pine, 2009). Тривога несе скоріше адаптивну функцію спрямовану на уникнення небезпеки, а не є типово патологічним переживанням. Одною з усталених психологічних концепцій вважають те, що тривога стає дезадаптивним переживанням, коли починає заважати нормальному функціонуванню особистості, наприклад, стимулюючи поведінку уникання, або виникає надмірно часто (Rivas-Vazquez, 2004). Головною характеристикою тривожного стану стає ситуативна

відтворюваність і здатність у ситуації високої значущості та повторюваності ставати стійкою особистісною властивістю. Тому відчуття тривоги трансформується в патологічну тривожність і характеризується інтенсивними переживаннями, пов'язаними з суб'єктивним дистресом та іншими психологічними розладами. У виникненні цього розладу беруть участь всілякі чинники, наприклад, демографічні чинники як стать (тривожні розлади розвиваються у жінок вдвічі частіше ніж у чоловіків). Стать, як чинник ризику незначний в дитинстві та стає суттєвішим в дорослому віці. Освіта: тривожні розлади частіше зустрічаються серед людей з нижчим рівнем освіти (Beesdo et al., 2009). Фінансовий стан: існує прямий зв'язок між низьким рівнем доходу та розвитком тривожних розладів. Патофізіологічні чинники: сімейна генетика - якщо хоча б один з батьків мав певний тривожний розлад, ризик виникнення у дитини також зростає. Він збільшується прогресивно, якщо від розладу страждали обоє батьків.

Психофізіологічні чинники: тривожні розлади можна розглядати в контексті індивідуальних відмінностей функціонування нервової системи. Наразі досі немає однозначної відповіді якою мірою нейробіологічні фактори тривоги корелюють з тривожними розладами. Темперамент та особистісні характеристики: темперамент та особистісні вразливості, як невротизм, тривожність як індивідуальна характеристика або схильність до поведінки гальмування чи уникнення є збиральними конструктами, які відіграють важливу роль у формуванні тривожних розладів.

У результаті низки досліджень також встановлено, що поведінка уникнення досвіду є основним елементом у підтримці тривоги, тривожності та пов'язаних з нею проблем (Хейс, 2011). Часто така поведінка розглядається в контексті труднощів з емоційною регуляцією та бажанням не зустрічатись зі складними чи неприємними переживаннями. З огляду на це, психологічна гнучкість виступає релевантним визначником тривожності особистості та потенційній ефективності психотерапевтичних інтервенцій, оскільки концептуалізується як протилежність поведінки уникнення досвіду. Зокрема, за одним із визначень психологічна

гнучкість – це здатність повною мірою контактувати з теперішнім моментом і думками та почуттями, які він містить, без зайвого захисту, і, залежно від контексту ситуації, зберігати або змінювати поведінку для досягнення цілей і цінностей».

Отже, можна зробити висновок, що психологічна гнучкість прямо пропорційно пов'язана з психологічним щастям та характеризується відкритим і гнучким контактом як із власним внутрішнім світом, так і зовнішнім середовищем.

Чіслені форми психопатології концептуалізуються в умови зниження психологічної гнучкості, яка проявляється надлишком дезадаптивних реакцій та патернів поведінки. Чинники середовища є стиль батьківства: найбільшу роль в розвитку тривожних розладів відіграє поведінка батьків. Окрім того, вплив в контексті соціального научіння має копіювання тривожної поведінки батьків або використовувані ними стратегії уникання.

Травми дитинства: більшість наявних досліджень демонструють пряму залежність між травмами дитинства (втрата батьків, розлучення, фізичне та сексуальне насилля) практично з усіма психічними розладами, включаючи тривожні життєві події: найбільший ризик розвитку тривожних розладів чинять такі життєві події в дорослому віці як сепарація з батьками чи смерть одного з них, а також смерть людини з близького оточення (Бисдо., 2009, Вітхен, 2000) [12].

У контексті наукового дослідження зазначимо, що досвід війни також належить до життєвих подій, що можуть спричинити збільшення рівня тривожності та потенційно розвитку тривожних розладів. Але відносно невелика кількість досліджень присвячена тривожності в часі війни. Велика частина з них зосереджена на досвіді вимушено переміщених осіб, зокрема в країни Західної Європи та лише деякі звертають увагу на актуальні переживання людей, що залишаються в країні в період війни. Переважно ці дослідження зосереджені на ПТСР, та показують, що з часом частота та вираженість симптомів цього розладу – зменшуються.

У результаті досліджень було визначено два поняття, пов'язаних з тривожністю особистості: тривожність як стан особистості (свідомо сприймає відчуття загрози, пов'язане зі збудженням нервової системи) та тривожність як властивість особистості (набута поведінка диспозиції, яка стимулює реагувати станом тривожності). В такому розумінні тривожність характеризується станом переживань, що не відповідають силі самої загрози. Особистісна тривожність виступає базовою властивістю особистості яка формується з дитинства та проявляється ситуативно, виявляється у надмірному стані занепокоєння та емоційної напруги на ситуацію різної небезпеки. Ситуативна тривожність – це поведінка що не пов'язана з наявністю особистісної тривожності та проявляється в окремих ситуаціях. Вона здатна трансформуватися в особистісну, за впливу несприятливих обставин і згодом ставати базовою властивістю особистості [30].

У зарубіжній психології основна увага дослідників була зосереджена на зв'язку тривожності й діяльності, де одночасно виявлявся вплив тривожності на психічне здоров'я, безпеку, результативність дій індивіда, чия діяльність пов'язана з високим ступенем ризику та стресами. Це слугувало розробці тестів, що досліджують виразність тривожності як властивості чи стану особистості. Найбільш популярними методиками практичних психологів є: шкала самооцінки особистісної тривожності (загальний рівень тривожності та страху) Дж.А. Тейлор, шкала самооцінки ситуативної тривожності (виявлення рівня тривожності у діяльності) С. Д. Спілбергер, шкала самооцінки рівня особистісної тривожності направлена на самооцінку психічних станів, фрустрації, агресивності та ригідності та інші.

Ю.Л. Ханіним була розроблена теорія оптимального збудження, заснована на тому, що у кожного суб'єкта існує своя власна «зона оптимального функціонування» (ефективність діяльності буде найбільш продуктивною, коли рівень збудження варіюється в межах «зони оптимального функціонування»). Автор стверджує, що досягнення оптимального рівня «корисної» тривожності в межах ± 4 балів від показника ситуативної тривожності, діагностованою за шкалою S.D. Spilberger, індивіду можна надавати психологічну допомогу. Якщо

особистість схильна відчувати тривожний стан у різних життєвих ситуаціях, то тривожність виступає як властивість особистості, суб'єктивно оцінюється нею як загрозна для його безпеки. Такий феномен формується завдяки накопиченню негативного досвіду у переживанні стану тривоги та характеризується інтенсивністю, частотою і тривалістю переживання тривоги в часі. Надмірна тривожність виступає симптомом психологічного нещастя і веде до спотворень у розвитку дезадаптації та невротизації [33].

Л.С. Виготський та Л.І. Божович розглядають тривожність як “афективний стан переживання” де основу у структурі таких переживань становлять усвідомлені потреби особистості. Силу і глибину афективних переживань буде визначати значимість потреби для індивіда [8].

У дослідженнях А.М. Прихожан було виявлено, що найвищий відсоток тривожних станів спостерігається у підлітковому віці. Тривога як стійка характеристика має вплив на особистісний розвиток суб'єкта. Автор виділяє за критерієм усвідомленості, відкриту та приховану тривожність. Прихована тривожність є неусвідомленою, виражається у надмірному зовнішньому спокої, але помітна за характерними поведінковими проявами – ходіння по кімнаті, похитування, постукування пальцями, ногою тощо). Відкрита тривожність усвідомлена, виразно проявляється у поведінці та діяльності індивіда. Особистість використовує маніпуляції стосовно оточення, свідомо збільшує симптоми стану тривоги для отримання «умовної вигоди».

Фактором, що впливає на вибір моделі поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу є самооцінка особистості. Самооцінка – це психологічно особистісне утворення свідомості людини, яке надає їй можливість оцінити свої фізичний та духовний стани, активність, власні можливості, свою спрямованість, суспільну значущість, свої відносини із зовнішнім світом, іншими людьми та соціальними групами до яких належить людина. Це та особистісна цінність, значущість, якої надає собі людина взагалі або окремим сторонам своєї особистості, своїй діяльності та поведінки у суспільстві. Самооцінка – це психологічно особистісне утворення свідомості людини, яке надає їй можливість оцінити свої фізичний та

духовний стани, активність, власні можливості, свою спрямованість, суспільну значущість, свої відносини із зовнішнім світом, іншими людьми та соціальними групами до яких належить людина. Це та особистісна цінність, значущість, якої надає собі людина взагалі або окремим сторонам своєї особистості, своїй діяльності та поведінки у суспільстві. Самооцінка є важливою рисою кожної особливості й регулятором її поведінки. Вона *характеризується*: динамічністю, поступовим розвитком у процесі життя та першим проявом в дошкільному віці (все починається з дитинства).

Саме самооцінка виконує *захисну* функцію (яка забезпечує нам стабільність і відносну незалежність кожного із нас), *регуляторну* (пріоритетом якої є вирішення завдань особистісного вибору) та *розвивальну* (забезпечує поштовх до розвитку особистості) функції особистості. У закордонній та вітчизняній психології у структурі психології заведено виділяти когнітивний і емоційний компоненти, а третій – поведінковий, автори зазначають, що його доцільно вважати похідним від перших двох, оскільки він співвідноситься з регулятивними функціями.

Рівень розвитку когнітивного компонента самооцінки, обумовлений рівнем розвитку гностичних здібностей особистості, обсягом та знань про себе. Емоційний компонент відбиває міру задоволеності своїми вчинками та діями, результатами досягнення своїх цілей [2].

Аналіз літератури дозволяє виділити параметри та характеристики самооцінки:

- за рівнем – висока середня та низька;
- за реальною ситуацією – адекватна, неадекватна;
- згідно особливостей структури – конфліктна, без конфліктна;
- за тимчасовою віднесеністю – прогностичну, актуальну, ретроспективну.

При високій або низькій самооцінці включаються функції психологічного захисту, які сприяють вибудові взаємодії емоційних бар'єрів, що блокують адекватне сприйняття впливів зовнішнього середовища.

«Локус контролю» є однією з визначальних характеристик психічної активності особистості. Цей термін «локус контролю» введений в соціальну

психологію Д. Роттером, дослідження якого показали як індивідуально-психологічна характеристика локус контролю є досить стійкою і слабо піддається змінам. В експериментальному дослідженні було виявлено, що індивіди з внутрішнім локусом контролю мають адекватну самооцінку у них не буває безпричинної тривоги та почуття провини, вони можуть постояти за себе та поступово вирішують завдання. Між інтернальним та екстернальним локусом контролю рухливість кордонів залежить від поведінкового потенціалу особистості. Кожна людина має свій особистісний потенціал – це власний набір дій та реакцій, що сформувалися за її життя. Людина використовує поведінкові дії властиві типу ситуації, залежно від власного очікування результату. Підкріплення залежить від очікування, але підкріплення пов'язане з мотивацією. Своєю чергою очікування тісно пов'язані з пізнавальними процесами особистості, тому поведінковий потенціал завжди має формулу: очікування + цінність підкріплення [18].

Пізніше у дослідженнях було виявлено, що більшості особистостям властиві інтернальність і екстернальність локусу контролю. Р. Ло робить висновок, що переважання одного локус контролю над іншим опосередковано соціальним навчанням індивіда. К. Уоллстон розробив тривимірну шкалу, де екстернальний локус автор розділив на дві шкали – приписування локусу контролю іншим людям, або приписування локусу долі. В цьому дослідженні було виявлено, що локус контролю дуже сильно зумовлений конкретною ситуацією. О. Ранк відзначає, що поведінка людини залежить від її здатності диференціювати ситуації на підвладні власному контролю та непідвладні, які він не може змінити.

С. Харрис, звернув увагу на важливість уміння людини передбачити результат, виходячи не тільки з персонального контролю ситуації а й з обліку умов зовнішньої ситуації. Важливим тут є: впевненість у досягненні результату, на першому плані особистісна відповідальність за те, коли намічена мета буде досягнута за допомогою власних зусиль та своїх активних дій.

Є особи з домінантними інтернальним та екстернальним локусом контролю, які різняться, насамперед: за засобом інтерпретації ситуацій; за засобом

отримання інформації; за механізмом каузального пояснення самої ситуації. Індивіди з домінантним інтернальним локусом контролю віддають перевагу обізнаності ситуації й загалом проблемі та велику відповідальність. Індивіди з домінантним екстернальним локусом контролю уникають ситуаційних та емоційно пофарбованих пояснень поведінки. При вивченні гендерних відмінностей було встановлено, що жінки більшою мірою, особливо за віком, схильні посилатися на долю, випадок для пояснення своїх успіхів і невдач. А чоловіки вважають посилатися на діяльність, яка потребує навичок та майстерності.

Висновок до першого розділу:

Аналіз наукової літератури дозволяє визначити, що у наукових підходах досліджень в ситуаціях когнітивного дисонансу, спостерігається різноманітна кількість у вивченні різних ситуацій та поведінки людини в них, які не виключають один одного, а навпаки скоріше доповнюють. Один із підходів реалізується в рамках теорії навчання, де ситуація завдається ззовні та вивчається реальна поведінка людини у цих ситуаціях. Другий – шлях опису ситуації самим суб'єктом, що передає власний досвід проживання своєї ситуації. Обидва підходи піддаються критиці: *перший* – сприйняття ситуації з позиції дослідників-спостерігачів та самих учасників може мати суттєві відмінності; *другий* – здатність суб'єкта до повного та глибокого відображення ситуації може бути оснований не на фактах, а інтерпретаційним, спотвореним за різних причин.

Наступний підхід у дослідженні впливу ситуації на поведінку людини реалізується при вивченні поведінки та дій суб'єкта в природних ситуаціях з використанням збору емпіричного матеріалу в інтерпретації учасників ситуації та матеріалів спостерігачів і дослідників. У цьому підході дуже багато залежить від створення коректної процедури встановлення взаємозв'язків між зміненою ситуацією та поведінкою учасників ситуації. Можна сказати, що теорія когнітивного дисонансу розроблена Фестінгером, надихнула дослідників на десятиліття. Його теорія поставила під сумнів теорію підкріплення, показавши,

що люди не тільки діють, а ще й думають та обґрунтовують свої дії. Це було викликом психоаналітичній теорії – поняттю катарсису агресії. Теорія когнітивного дисонансу запропонувала, що агресія у людини не зменшиться, якщо вона випустить її ззовні, навпаки, людина завжди буде намагатись найти виправдання своїй ворожості, що може привести ще до більшої агресії.

З середини 1970-х у вітчизняній психології більшого значення набули когнітивні підходи. Аналіз вітчизняної наукової літератури показав, що феномен когнітивного дисонансу розглядався як внутрішньо особистісний конфлікт, де людина відчуває дискомфорт і негативне переживання яке виникає при зіткненні двох проти залежних тенденцій свідомості особистості і мотивує людину на усунення цієї суперечності. Вітчизняні дослідження когнітивного дисонансу намагалися пояснити суть даної психологічної освіти, причини та джерела виникнення, стан переживання дискомфорту у ситуації. Але недостатньо розроблено питання виходу з цього стану. Мало приділено уваги до проблем стратегій та моделей поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу, обумовленості або детермінованості цих стратегій. Питання детермінованості поведінки особистості у ситуаціях когнітивного дисонансу пояснюється виразністю таких складових особистості як самооцінка, саморегуляція, самовдосконалення, активність та тривожність.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИБОРУ СУБ'ЄКТИВНИХ МОДЕЛЕЙ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ В СИТУАЦІЯХ КОГНІТИВНОГО ДИСОНАНСУ

2.1. Організація емпіричного дослідження особистісної детермінації моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу

Емпіричне дослідження особистісних характеристик як чинників поведінки людини у ситуаціях когнітивного дисонансу проводилося на базі підприємства «Lion Shipping Group LLC». У дослідженні було залучено 80 осіб.

Аналіз наукової літератури першої глави дозволяє визначити, що у наукових підходах досліджень в ситуаціях когнітивного дисонансу, спостерігається система сформованих патернів поведінки, яка дозволяє виявити домінуючі моделі поведінки особистості, які яскраво вона показує в ситуаціях де виникають труднощі у досягненні поставленої мети. Ситуація когнітивного дисонансу у пізнавальній активності особистості і є саме такою ситуацією [26].

Пізнавальна активність людини обумовлена розумінням предметно-сміслового змісту пізнаваного, взаємодією пізнавальних та індивідуальних змінних та не обмежена лише свідомо поставленою метою у будь-якому виді її діяльності. Ми розглянули:

- під час виконання творчих завдань зафіксовано безперервність взаємопереходів між особистісними компонентами мисленнєвої та процесуальної діяльності.
- значимість емоційно-вольової сфери людини у когнітивному функціонуванні, встановлена залежність емоційного інтелекту від рівня сформованості процесів аналізу, синтезу, узагальнення, креативності розумового пошуку вирішення;
- залежність особистісного розвитку від рівня сформованості теоретичного мислення;
- виникнення когнітивного дисонансу, обумовленого неузгодженістю технологією пред'явлення нової інформації та відданим суб'єкту стилем отримання та перероблення інформації, що призводить до негативного відношення у пізнавальній діяльності та може супроводжуватися зростанням тривожності та

агресивності до зовнішнього оточення, суттєво гальмуючи розвиток особистості у саморозвитку.

Тест Ч.Д. Спілбергера - Ю.Л. Ханіна «Шкала самооцінки рівня тривожності» (дивись додаток А) використовувався для розв'язання задачі виявлення рівня тривожності, обумовленого поведінкою особистості в ситуації когнітивного дисонансу. Методика діагностує особистісну і ситуативну тривожність. В експерименті встановлено, що дуже велика реактивна тривожність, обумовлена типом ситуації, викликає порушення уваги, координації рухів і є основою розвитку особистісної тривоги. Їй притаманні такі симптоми як напруга, занепокоєння, негативні емоційні переживання, невроз. Надалі це призводить до високого рівня тривожності, тому такі стани називають ситуативними. У станах високої тривожності людини схильна сприймати більшу частину ситуацій, як загрозливі, тому реагує станом тривоги. Дуже високий рівень тривожності прямо корелює з наявністю невротичного конфлікту, з невротичними та емоційними зривами та врешті-решт психосоматичними захворюваннями.

Шкала самооцінки тривожності має дві частини за якими окремо оцінюється реактивна тривожність (РТ), (висловлювання 1-20) та особистісна тривожність (ЛТ) (висловлювання 21-40).

Показники підраховують за формулами:

$$РТ = Z - G + 35, \text{ де}$$

Z – сума закреслених цифр по пунктам шкали 3,4,6,7,9,12,13,14,17,18;

G – сума останніх закреслених цифр шкали 1,2,5,8,10,11,15,16,19,20.

$$ЛТ = Z - G + 35, \text{ де}$$

Z – сума закреслених цифр по пунктам шкали 22,23,24,25,28,29,31,32,34,35,37,38,40;

G – сума останніх закреслених цифр шкали 21,26,27,30,33,36,39.

Інтерпретація результатів:

до 30 – низька тривожність

31-40 – помірна тривожність

46 і більше – висока тривожність.

У ситуації когнітивного дисонансу «Локус контролю» особистості була використана методика Дж. Роттера в модифікації Е.Г. Ксенофонтової (Додаток Б). Методика направлена на виявлення переважній спрямованості локусу контролю особистості: екстернальну чи інтернальну.

Ситуація когнітивного дисонансу – це конкретна ситуація де бачимо:

- складний процес когнітивного мислення;
- міжособистісні зв'язки та відношення;
- інтерпретація конкретної ситуації в контексті картини світу;
- своїх колишніх і справжніх знань та життєвого досвіду.

Поведінка в ситуації когнітивного дисонансу виконує регуляторну функцію та виявляється у пошуку додаткової інформації, узгодження нової інформації з наявною або ігнорує нову. Модель поведінки як цілісний образ характеризується невербальним спілкуванням (міміка, жести, положення тулуба і просторі) а також мовними конструкторами. Одночасно це є відображенням суб'єкта до ситуації та постійною реакцією на певний тип ситуації. Модель поведінки у ситуації буде порушуватися, коли окремі елементи поведінки почнуть суперечити один одному. Врахована одна модель поведінки у різних ситуаціях, яка може втілюватись у житті різними патернами поведінки, але вона завжди буде впізнаною, бо є відображенням позиції суб'єкта щодо реальної ситуації. Ситуація когнітивного дисонансу демонструє домінантну модель поведінки суб'єкта.

Конструктивна модель характеризується подоланням труднощів у пізнавальному пошуку. Які сприяють доброзичливому ставленню до оточення, особливо до дисонантного джерела інформації. У ході пошуку необхідних додаткових знань є витримка та само володіння при невдалих спробах пошуку.

Деструктивна модель поведінки у ситуації когнітивного дисонансу характеризується використанням патернів поведінки, що включають захисні механізми особистості через підвищену тривожність і підвищену самооцінку.

Патерни поведінки, які використовує об'єкт, призводять до особистісної диспозиції ігнорування інформації, викликаючи когнітивний дисонанс, відкритим запереченням, приниженням значення ситуації для досягнення мети. Симптомами

деструктивної моделі поведінки є: підозра, недовіра, негативна оцінка оточення, перехід на особистісні недоліки особистості, що збільшує глибину когнітивного дисонансу, емоційному дискомфорту та напрузі. *Униклива модель поведінки* у ситуації когнітивного дисонансу спрямована на уникнення та догляду від рішення ситуації, що збільшує глибину когнітивного дисонансу не тільки в окремій ситуації, а й у цілому виді діяльності. Симптомами уникливої моделі поведінки є: пасивність, схильність до уникнення обговорення проблеми, непослідовність оцінки та суджень, прагнення під будь-яким приводом піти.

Стратегія розв'язання проблем – це активна поведінкова стратегія використання всіх особистісних ресурсів у пошуку можливих ефективних способів розв'язання проблем.

Стратегія пошуку соціальної підтримки – це активна поведінкова стратегія ефективного розв'язання проблеми пошуку допомоги у сім'ї, друзів, суспільства. *Стратегія уникнення* — це поведінкова стратегія уникнення контактів та відхід від вирішення проблеми. Вона одна із провідних поведінкових стратегій у формуванні дезадаптивної, псевдовладної стратегії поведінки. Використовує таку стратегію поведінки людина у якій недостатньо розвинені особистісно-середовищні копінг-ресурси та навички активного розв'язання проблем. Особистість використовує пасивні способи уникнення: відхід у хворобу, залежність від алкоголю, наркотиків, навіть суїцид.

Ситуації когнітивного дисонансу вивчалися у процесі вивчення англійської мови досліджуваними обох груп. За допомогою опитувальника «Індивідуальні вподобання патернів поведінки в ситуації когнітивного дисонансу» (автор Д.У. Ханалієва) були виявлені патерни поведінки в ситуації когнітивного дисонансу, які виникали в процесі вивчення іноземної мови. Опитувальник дозволяє виявити домінуючу модель поведінки: конструктивну, деструктивну та уникливу (Додаток Г).

2.2. Психологічні особливості прояву особистісних характеристик особистості

Дослідження суб'єктивних передумов особистості (тривога, самооцінка, локус контролю) вибору моделі поведінки в ситуації когнітивного дисонансу було здійснено на виборі двох вікових груп. Загальна кількість 160 досліджуваних, розділені за віком (молодша та середня) на дві групи порівню.

Першу групу досліджуваних становили працівники молодшого віку, у другу групу входили респонденти середнього віку.

На першому етапі дослідження виявлено особливості прояву тривожності у групах молодшого та середнього віку респондентів дослідження. Рівень реактивної (ситуативної) і особистісної тривоги визначався по тесту Ч.Д. Спілберга-Ю.Л. Ханіна «Шкала самооцінки рівня тривожності». Результат дослідження рівня реактивної тривожності та особистісної тривожності по обох віковим групам (молодшого та середнього віку) представлені у таблиці 2.1.

Група респондентів	Рівень тривожності	Рівень тривожності	Рівень тривожності
	низький	помірний	високий
	РТ / ОТ	РТ / ОТ	РТ / ОТ
Уся вибірка	35,0% / 30,8%	33,3% / 49,1%	31,6% / 20,0%
Молодша гр.	31,7% / 33,3%	43,3% / 45,0%	25,0% / 21,7%
Середня гр.	37,5% / 28,4%	23,4% / 53,3%	39,1% / 18,3%

Таблиця 2.1. Вираженість ситуативних і особистісних тривожностей різних вікових груп

Аналіз результатів дослідження рівня тривожності особистості показав, що у групі респондентів молодшого віку низький рівень реактивної (ситуативної) тривожності виявлено у 31,7%; помірний рівень реактивної тривожності виявлено у 43,3% респондентів, високий рівень характерний для 25% респондентів. Рівень особистісної тривожності в даній групі респондентів трохи нижче (низький та помірний 33,3% і 45,0% відповідно, високий 21,7%).

У групі респондентів середнього віку рівень низької реактивної (ситуативної) тривожності виявлено у 37,5%, помірний рівень реактивної тривожності виявлено

у 23,4%, високий у 39,1%. таким чином, рівень особистісної тривожності в даній групі респондентів представлений: низький – 28,4%, помірний – 53,3%, високий – 18,3%.

Дані результати вказують на те, що у середній віковій групі респондентів, рівень реактивної ситуативної тривожності набагато високий порівняно з рівнем особистісної тривожності. Це може бути пов'язане з тим, що старше покоління з урахуванням віку в силу свого життєвого досвіду стає більш стійкими до переживань життєвих ситуацій і менш стійкими по відношенню до ситуативних труднощів в певних видах пізнавальної активності.

Результати вибіркового опитування показали, що респонденти з високими показниками ситуативної тривожності зіштовхуючись з трудною інтелектуальною задачею, відчують напругу, дискомфорт, скутість та збентеження. Невирішені задачі викликають емоційну напругу, що є причиною вегетативних реакцій нервової системи. Респонденти з високими показниками особистісної тривожності відрізняються ще більшими показниками поведінкових реакцій на тяжку когнітивну задачу. У них наявність розладів вегетативної нервової системи позначені симптомами: головний біль, частота пульсу, серцебиття, страхи, запаморочення. Респонденти з помірною тривожністю, відмічають у себе при зустрічі з тяжкою ситуацією, деяку напругу, труднощі у виборі адекватних методів у розв'язанні задачі та скутість.

Головною рисою працівників з низьким рівнем тривожності є свобода їхніх дій у розв'язанні задач, впевненість у правильності своїх методів та прийнятті рішень розв'язання когнітивних проблем. Зосередженість на проблемі та наполегливість в досягненні результату. Досліджуванні з цієї групи відзначали, що їм подобаються тяжкі задачі, часто беруться самі за розв'язання когнітивних задач, бо розв'язання задач дозволяє розвивати свої когнітивні здібності.

Порівняльний аналіз рівня ситуативної та особистісної тривожності в обох групах респондентів показав, що відсоток респондентів з високим рівнем ситуативної тривожності у групі середнього віку (37,5% проти 28, 4%), разом із тим як у групі молодшого віку респондентів з високим рівнем особистісної

тривоги високий (31,7% проти 33,3%). Розподіл виразності ситуативної й особистісної тривоги у працівників різних вікових груп обумовлено, мабуть соціально-психологічними та індивідуальними особливостями. У працівників молодшого віку більш присутня особистісна тривожність, обумовлена недостатнім життєвим досвідом, знаннями, одночасно у працівників інших вікових груп домінує ситуативна. Така тривожність виникає коли особистість не в змозі повною мірою усвідомити та реалізувати необхідні ресурси організму для розв'язання задачі. Ще одним фактором є усвідомлення опинитись некомпетентним на очах інших, недостатньо грамотним (низька самооцінка).

Для виявлення вірогідних відмінностей між високим і низьким рівнями проявів ситуативної та особистісної тривожності в обох групах проведено t-критерій Стьюдента. Результати порівняльного аналізу представлені в таблицях 2.2 і 2.3.

Рівень ситуативної тривожності	Різниця	t-критерій	p-рівень
високий / низький 28 / 4	27	8,72	p < ,001
Рівень особистісної тривожності	Різниця	t-критерій	p-рівень
високий / низький 46 / 29	17	5,19	p < ,001

Таблиця 2.2 Порівняльний аналіз середніх значень високого та низького рівнів ситуативної та особистісної тривожності працівників молодшої вікової групи

Рівень ситуативної тривожності	Різниця	t-критерій	p-рівень
високий / низький 49 / 25	24	7,69	p < ,001
Рівень особистісної тривожності			
високий / низький 47 / 26	21	6,34	p < ,001

Таблиця 2.3. Порівняльний аналіз середніх значень високого та низького рівнів

ситуативної та особистісної тривожності працівників середньої вікової групи

Дані таблиці показують, що між високим і низьким рівнем ситуативної та особистісної тривожності працівників молодшого віку є статистично вагомі розбіжності. Респонденти з низьким рівнем ситуативної та особистісної тривожності в поведінці, діяльності та спілкуванні не відчують особових труднощів міжособистісного спілкування, мають високий інтерес до нових не знайомих видів робіт. Вважають, що справляться з будь-якими когнітивними ситуаціями. Проявляють ініціативу та велику включеність у роботу. Не бояться за якість виконаної роботи.

Досліджувані з високим рівнем ситуативної та особистісної тривожності, навпаки, відчують страх перед новою і не знайомою роботою. Більш орієнтовані на невдачу. Песимістично налаштовані до інновацій. В складних ситуаціях налаштовані на невдачу. Прагнуть на самоту, мають невелике коло спілкування. В поведінці сором'язливі.

У групі середнього віку також зафіксовані статистично вагомі відмінності між різними рівнями тривожності. Дані таблиці показують, що як у ситуативній, так і особистісній тривожності між високим і низьким рівнем зафіксовані статистично значимі відмінності. Якісні характеристики прояву різних рівнів тривожності вже представлені в таблицях 2.2 і 2.3. Таким чином на першому етапі емпіричного дослідження були виділені респонденти різних вікових груп з високим та низьким рівнями ситуативної та особистісної тривожності.

На наступному етапі емпіричного дослідження виявляли різні параметри *самооцінки* в указаних вікових групах. Було використано класифікацію по параметру її висоти у співвідношенні з реальною успішністю. Досліджувалась адекватна (висока і середня) і неадекватна (завищена і занижена) самооцінка.

У дослідженні була використана методика Дембо-Рубінштейн у модифікації А.М. Прихожан та тест «Вербальна діагностика оцінки особистості самої себе»: Таблиця 2.4.

Групи респондентів	Адекватна	Неадекватна
	висока / середня	завищена / занижена
По всій виборці	12,5% / 30,8%	21,7% / 35,0%
молодша група	11,6% / 23,4%	23,4% / 41,6%
середня група	13,3% / 38,3%	20,0% / 28,4%

Таблиця 2.4. Розподіл респондентів у відсотковому відношенні по показникам самооцінки

Результати дослідження таблиці 4, показують, що адекватна самооцінка виявлена тільки у 43,3% досліджуваних, із яких 12,5% мають високу адекватну самооцінку. Це вказує на те, що такі респонденти мають реалістичну оцінку своїх якостей та недоліків, самоповагу, чуття власної гідності, високий рівень домагань, що сприяє особистісному розвитку. Такі особистості прагнуть до вдосконалення та досягнення важких цілей.

Дані таблиці показують, що 30,8% респондентів мають адекватну помірну самооцінку. Їм характерна реальна оцінка своїх можливостей та здібностей, але мають помірний рівень домагань у життєво важливих сферах. Особистості з помірним рівнем домагань стабільно й успішно розв'язують задачі середнього рівня складності. Але не бажають перейти до вищого рівня розв'язання життєвих задач. Результати невербального опитування свідчать про те, що респонденти з адекватно високою самооцінкою прагнуть до розвитку свого особистісного потенціалу, беруться за тяжкі задачі, прагнуть до пізнання різних сфер життєдіяльності, працюють, допитливі. Ставлять реальні цілі й прагнуть повною мірою їх досягти. В поведінці та спілкуванні активні, легко їдуть на контакт із незнайомими людьми, прагнуть не доходити до конфліктів у спілкуванні.

Досліджувані з помірною адекватною самооцінкою не ставлять перед собою амбіційних задач. Вони орієнтовані на свої здібності та можливості. Не прагнуть до експериментів, найчастіше оптимістичні й впевнені в собі.

Достатньо високий відсоток респондентів (56,7%) має неадекватну самооцінку, із них (21,7%) дуже завищену. Вони переоцінюють свої можливості

та здібності, беруться за непосильні завдання і часто зазнають невдач. 35,0% респондентів мають занижену самооцінку, яка характеризується невпевненістю в собі, у своїх здібностях та можливостях. Вибирають для себе легкі та прості цілі. Установка на уникання життєвих неприємностей.

При опитуванні було встановлено, що респонденти з завищеною самооцінкою в діяльності не спроможні адекватно оцінити важкість задач, не можуть співвідносити свої здібності, знання й уміння зі своєю кваліфікацією. Переоцінюють себе та недооцінюють інших. Часто цілі остаються не досягненими. У спілкуванні зарозумілі, не емпатичні до емоцій та проблем оточення.

Досліджувані з заниженою самооцінкою навпаки, не дооцінюють свої можливості та здібності. Вибирають для себе найпростіші розв'язання своїх проблем. Орієнтуються на незначний результат. Не ініціативні, охоче виконують звичну для них роботу. У спілкуванні обмежене коло, мало комунікабельні, скромні, сором'язливі.

Порівняльний аналіз дослідження самооцінки по групах респондентів показав, що кількість респондентів з адекватною самооцінкою переважає у другій віковій групі (51,6% проти 35,0%), причому в обох групах відсоток респондентів з середньою адекватною самооцінкою вище, ніж з високою адекватною самооцінкою. Респондентів з неадекватною самооцінкою більше у першій віковій групі (67% проти 48,4%), з неадекватно завищеною самооцінкою у першій та другій групах приблизно однаково (23,4% і 20,0%). Однак з неадекватно заниженою самооцінкою у молодшій віковій групі набагато більше (41,6% проти 28,4%).

Для виявлення вірогідних відмінностей між високим і низьким рівнями самооцінки працівників двох вікових груп був проведений *порівняльний аналіз t-критерій* Стьюдента табл. 2.5.

Рівень самооцінки	Різниця	t-критерій	p-рівень

молодшої гр.			
високий / низький 78% / 33%	45.00%	11,32%	p < ,001
середньої гр.	Різниця	t-критерій	p-рівень
високий / низький 68% / 42%	26%	10,53%	p < ,001

Таблиця 2.5. Порівняльний аналіз середніх значень високого та низького рівнів самооцінки

Результати аналізу вказують на вагомі статистичні розходження на високому рівні вірогідності, незалежно від віку.

По данім таблиці бачимо, що найбільші відмінності середніх значень показників самооцінки зафіксовано у групі молодшого віку. В цій групі більше респондентів з неадекватно високою, або низькою самооцінкою. Стійкість і адекватність самооцінки даної групи залежить від віку респондентів, де самооцінка зазнає певне ставлення.

Локус контролю респондентів було досліджено по методиці Дж. Роттера в модифікації Е.Г. Ксенофонтової. Метою цієї методики є виявлення домінуючої спрямованості локус контролю – інтернальну або екстернальну. Переважний локус контролю проявляється в когнітивних репрезентаціях особистості, його життєдіяльності, пізнавальній активності. Особистості з інтернальним локусом контролю достатньо впевнені у собі. Їм притаманна переконаність у тому, що успіхи та невдачі закономірні й зв'язані з компетентністю особистості та її ціле направленістю. Вибирають послідовний шлях розвитку своїх здібностей та навичок, націлені на послідовне досягнення результату.

Особистості з екстернальним локусом контролю вибирають зовнішнє – захисну поведінку. Вони вважають, що невдачі є результатом випадкових збігів. Вибір патернів поведінки з інтернальним і екстернальним локусом контролю в

ситуації когнітивного дисонансу буде розрізнятися. Результати дослідження локусу контролю представлені у таблиці 2.6.

Групи респондентів	Локус контролю Екстернальний	Локус контролю Інтернальний
По всій виборці	48,4%	51,6%
молодша група	53,4%	46,6%
середня група	43,4%	56,6%

Таблиця 2.6. Виразність показників локусу контролю у молодшій та середній групах

Аналіз результатів таблиці 6 показав, що у загальній виборці 48,4% респондентів мають екстернальний локус контролю, а 51,6% - інтернальний. Порівняльний аналіз дослідження груп за віком показав, що у молодшій за віком групі домінує екстернальний локус контролю (53,4% проти 46,6%), а в середній віковій групі домінує інтернальний локус контролю (56,6% проти 43,4%). Домінування інтернального локусу контролю у середній віковій групі досліджуваних говорить про те, що за віком особистість має більш життєвий досвід, покладаються на себе. Респонденти молодшої вікової групи не мають життєвого досвіду, покладаються на обставини, або на інших людей.

Порівняльний аналіз середніх значень інтернального та екстернального локусів контролю дивитись у таблиці 2.7.

Локус контролю молодша група	Різниця	t-критерій	p-рівень
Інтерн. / Екстерн. 17 / 21	4	2,65	$p < ,05$
Локус контролю середня група	Різниця	t-критерій	p-рівень
Інтерн. / Екстерн.	7	3,76	$p < ,01$

Таблиця 2.7. Порівняльний аналіз середніх значень інтернального і екстернального локусів контролю

Результати порівняльного аналізу показують на те, що у різних вікових групах отримані статистичні значимі відмінності показників інтернального та екстернального локусів контролю. У молодшій групі за віком більше виражений екстернальний локус контролю, а у середній групі за віком домінує інтернальний. Виявлені суб'єктивні предиктори вибору поведінки в ситуації когнітивного дисонансу є основою для подальшого дослідження щодо встановлення їх взаємозв'язку з різними стратегіями вибору поведінки в тяжких когнітивних ситуаціях.

Висновки до другого розділу:

Емпіричне дослідження суб'єктивних предикторів дозволяє виявити різний рівень їх проявів у дослідженні. У дослідженні тривожності було встановлено, що в обох вікових групах респондентів (біля 30%) домінує високий рівень тривожності, що може бути бар'єром у досягненні результатів когнітивної діяльності особистості. Однак, значна частина вибірки в обох вікових групах має помірний та середній рівень тривожності. Це означає, що респонденти мають особистісний вибір конструктивних моделей поведінки у ситуації когнітивного дисонансу.

У дослідженнях самооцінки виявлено, що респонденти молодшої вікової групи більше мають неадекватну самооцінку. Цей показник переважає кількість досліджуваних з адекватною самооцінкою більше ніж у два рази. Такі результати значно відрізняються від показників середньої вікової групи, де адекватна та неадекватна самооцінка має практично рівний показник.

Результати дослідження локус контролю аналізу вибірки показали, що у результатах молодшої вікової групи – домінує екстернальний локус контролю, зумовленого недостатнім життєвим досвідом молодих людей та меншою соціальною відповідальністю. Досліджувані середнього вікового рівня мають

протилежні результати й демонструють більшість інтернальний локус контролю. Вони більше беруть на себе відповідальність у соціумі. Більш раціональні у плануванні своїх перспектив. Таким чином, у даній главі дослідження проаналізовані основні предиктори вибору моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу.

РОЗДІЛ 3. ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАЦІЇ ПРОЯВУ МОДЕЛІ ПОВЕДІНКИ В СИТУАЦІЯХ КОГНІТИВНОГО ДИСОНАНСУ

3.1. Особливості вибору моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу

Вперше термін «когнітивний дисонанс» був вивчений американським психологом Леоном Фестінгером. Термін «когнітивний дисонанс» використовують для опису дискомфорту через те, що переконання особистості перечають власній або чужій поведінці. Виникає почуття психологічного дискомфорту, при якому людина прагне змінити свою точку зору, переконання або поведінку, щоб знизити неприємні відчуття і відновити внутрішню гармонію. Безліч прикладів когнітивного дисонансу – це ситуації, коли ми виправдовуємо чи знаходимо логічне пояснення своїм помилкам або шкідливим звичкам. Іноді «когнітивний дисонанс» допомагає встановити нам позитивні моделі поведінки або змінити особливості свого характеру чи минулі звички, які заважали особистості рухатись вперед.

Ситуації когнітивного дисонансу вивчались у процесі вивчення іноземної мови досліджуваними обох груп. За допомогою опитувальника «Індивідуальні вподобання патернів поведінки в ситуації когнітивного дисонансу» за методикою Дж. Амірхана адаптованої Н.А. Сиротою і В. М. Ялтонським «Індикатор копінг-стратегій» (автор Д.У. Ханалієва) були виявлені патерни поведінки в ситуації когнітивного дисонансу, які виникали в процесі вивчення іноземної мови. Опитувальник дозволяє виявити переважну модель поведінки: конструктивну, деструктивну та уникливу. Експертна оцінка була отримана на кожного респондента. Узагальнені результати дослідження домінуючої моделі поведінки у ситуації когнітивного дисонансу представлені двома групами досліджуваних у таблиці 3.1.

Групи респондентів	Моделі поведінки	Моделі поведінки	Моделі поведінки
	конструктивна	деструктивна	уникаюча

По всій виборці	48,3%	21,7%	30,0%
молодша група	43,4%	25,0%	31,6%
середня група	53,3%	18,3%	28, 4%

Таблиця 3.1. Розподіл респондентів залежно від домінуючої моделі поведінки в ситуації когнітивного дисонансу

Аналіз результатів дослідження переважної моделі поведінки в ситуації когнітивного дисонансу показав, що домінантні патерни конструктивної поведінки спостерігаються у 48,3% респондентів, у 21,7% деструктивні патерни поведінки, для 30,0% респондентів характерна униклива домінантна модель поведінки. Порівняльний аналіз результатів дослідження груп за віком, показав, що обидві групи респондентів з домінантними патернами конструктивної моделі поведінки в ситуації когнітивного дисонансу вище (43,4% та 53,3%) ніж із деструктивної (25,0% і 18,3%) та уникливої (31,6% та 28, 4%) моделями поведінки. Але сукупність деструктивної та уникливої моделей поведінки, які є непродуктивними виявлено достатньо високий відсоток респондентів обох груп, близький до 50,0%. В молодшій групі 56,6% та середній групі 46,7%.

Респонденти з домінантними патернами конструктивної моделі поведінки в ситуації когнітивного дисонансу активно здійснюють пошук необхідної інформації у вирішенні важкого інтелектуального завдання, прагнуть аналізувати наявні дані. Розглядають альтернативні підходи для вирішення важких завдань.

В окремих ситуаціях звертаються за допомогою. Звертаються до додаткових джерел інформації. Зафіксовану нову інформацію використовують часто у діяльності, виражена пізнавальна активність, позитивна ініціатива. Відзначається виражена працездатність, оптимізм.

Додаткові результати дослідження респондентів за допомогою методики Дж. Амірхана призначені для діагностики вагомих копінг-стратегій особистості показали 84% досліджуваний вибирають в якості базисної моделі поведінки стратегію розв'язання проблем. Їх відрізняє продуманий та ретельно зважений підхід у розв'язанні виникаючих труднощів. Вони роблять це поетапно,

обмірковуючи кожний крок. Часто уникають суспільство інших людей під час тяжких життєвих ситуацій, зосереджуючись тільки на розв'язанні тяжкої задачі.

Невелика частина респондентів з конструктивною моделлю поведінки в ситуації когнітивного дисонансу 16% вибирають стратегію пошуку соціальної підтримки при розв'язанні тяжкої задачі. Такі респонденти схильні ділитися переживаннями зі своєю проблемою з іншими людьми. Здатні і самі допомогти іншим. При виборі альтернативних варіантів розв'язання задач схильні обговорювати з оточуючими правильність свого вибору та дієвість переважаючого способу розв'язання проблеми. У цю групу входять емпатійні (прихильні іншим) респонденти. На відміну від іншої групи вони керуються емоційно-раціональним підходом.

Респонденти з домінантною деструктивною моделлю поведінки в ситуації когнітивного дисонансу, як правило завжди використовують всі способи, які тільки знають. Не диференціюють свої знання та навички з точки зору конкретної ситуації. Для них головне щось робити і не важливо вірно це чи ні. Іноді звинувачують у своїх проблемах своє оточення. У розв'язанні проблеми концентрація діяльності направлена на можливість отримати вже готову інформацію для вирішення завдання. Дуже легко використовують чужу інформацію з оточення як підказку, списують у когось або звертаються до електронної мережі для отримання інформації у готовому вигляді. В окремих випадках зовсім відмовляються виконувати замовлення, демонструють негативні емоції, роздратовані. При виникненні когнітивного дисонансу у поведінці присутні імпульсивність та емоційна лабільність. Насамперед, такі респонденти хочуть тільки вийти зі складної ситуації будь-якими методами, тому їхня діяльність у вирішенні складних ситуацій наповнена всіма можливостями, що тільки приходять на розум.

У дослідженні даної групи респондентів за допомогою методики Дж. Амірхана, встановлено, що 67% досліджуваних у скрутних життєвих ситуаціях звертаються до стратегій пошуку соціальної підтримки, 19% орієнтовані на стратегію уникнення розв'язання проблем і тільки 14% орієнтовані на стратегію розв'язання проблем. Орієнтація на стратегію уникнення вирішення проблем і

звернення до оточення більшою мірою відповідає деструктивним схемам поведінки. Респонденти дослідження у першому випадку зовсім не хочуть розв'язувати складні проблеми, прагнуть її уникнення та витісняють їх зі свідомості. При цьому вони готові отримати неприємні зауваження і скоріше вийти з травмівної ситуації. У другому випадку вони схильні перекладати відповідальність за результати розв'язання проблеми на інших колег, що теж є деструктивною поведінкою.

Респонденти з уникливою поведінкою мають слабкий тип вищої нервової діяльності. Вони не можуть тривалий час знаходитись у напруженому стані, тому намагаються звільнитися від напруги – ігнорування даної ситуації, на посилення життєвих труднощів. Такі досліджувані направляють свою енергію не на розв'язання задачі, а на пошук аргументованого виправдання неможливості розв'язання проблеми, виниклого когнітивного дисонансу.

Результати, отримані за методикою Дж. Амірхана, показали, що 96% респондентів підтвердили уникливу модель поведінки та тільки 4% вибрали стратегію пошуку соціальної підтримки.

Таким чином, на даному етапі дослідження у респондентів за даною методикою виявлені основні стратегії поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу. Дані цього дослідження вказують на те, що у складній когнітивній ситуації, при виникненні труднощів робітники підприємства змушені вдаватися до різних поведінкових реакцій та способам їх вирішення. Найбільше досліджувані демонструють конструктивні способи розв'язання поставленої задачі, або деструктивні моделі поведінки такі, що пропонують альтернативні варіанти розв'язання проблеми, які не мають позитивного рішення.

Наступний етап дослідження – це встановлення взаємозв'язку особистісних характеристик та моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу.

3.2. Результати дослідження

Первинний аналіз результатів дослідження дозволяє сформулювати робочу гіпотезу про те, що домінантна модель поведінки респондентів в ситуаціях когнітивного дисонансу опосередкована змістовним наповненням їх особистісних характеристик. Вірогідність результатів дослідження гіпотези була перевірена за допомогою коефіцієнта точково-біссеріальної (r_{pb}) кореляції по Пірсону. Значення r_{pb} (коефіцієнта) варіює від -1 до +1, який використовують для аналізу відношення двох перемінних, одна з яких вимірюється по дихотомічній (X) шкалі відношень, а друга по інтервальній (Y), або порядковій. У нашій роботі першою перемінною будуть виступати особистісні характеристики працівників: тривожність, самооцінка та локус-контроль. Другою перемінною буде наявність або відсутність як домінантних моделей поведінки (при наявності - 1, при відсутності - 0). Значення r_{pb} варіюють від -1 до +1. Розрахунки виконуються за формулою:

де,

x_1 — середнє по X зі значенням 1 по Y;

x_0 — середнє по X зі значенням 0 по Y;

S_x — стандартне відхилення всіх значень по X;

n_1 — число об'єктів з 1 по Y;

n_0 — число об'єктів з 0 по Y, тобто. $n = n_1 + n_0$.

Результати співвідношення характеристик ситуативної й особистісної тривожності з моделями поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу, статистично оброблені за методом коефіцієнта точково-біссеріальної кореляції по Пірсону представлені в таблиці 3.2.

Група	Особиста тривожність	Моделі повед. Конструктивна	Моделі повед. Деструктивна	Моделі повед. Унікаюча
молодший вік	низький рівень	0,364	0,126 0,214	0,024 0,024

	помірний	0,494	0,414	0,436
	рівень високий	-		
	рівень			
Середній вік	низький рівень	0,464	0,024	-
	помірний	0,466	0,067	0,028
	рівень високий	-	0,484	0,364
	рівень			

Таблиця 3.2. Кореляції змістовних характеристик особистої тривожності з домінантними моделями поведінки в ситуації когнітивного дисонансу

У результаті проведених обчислень встановлено, що домінантною конструктивною моделлю поведінки найбільші значення були отримані з показниками помірного рівня особистої тривожності ($r_{pb} = 0,494; 0,466$) і з низьким рівнем особистої тривожності ($r_{pb} = 0,364; 0,464$). Така залежність вказує на те, що робітники підприємства в ситуаціях когнітивного дисонансу при виборі конструктивної моделі поведінки відрізняються низьким або помірним рівнями особистої тривожності.

У респондентів з домінантними деструктивними моделями поведінки найбільші значення були отримані з показниками високого рівня тривожності ($r_{pb} = 0,484; 0,414$) і помірно високого рівня тривожності ($r_{pb} = 0,214; 0,067$).

При домінантній уникливій моделі поведінки найбільші значення були отримані з показниками високого рівня тривожності ($r_{pb} = 0,436; 0,386$), на рівні тенденцій наднизькими показниками помірного рівня тривожності ($r_{pb} = 0,024; 0,028$) і низького рівня тривожності ($r_{pb} = 0,024$).

Статистичні значущі залежності різних моделей поведінки та суб'єктивних характеристик на статистично значеному рівні свідчать про те, що працівникам з деструктивною та уникливою стратегією поведінки характерна наявність високого і помірно високого рівня тривожності. Реципієнти з конструктивною моделлю поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу мають низький рівень особистої тривожності. Тривожність, мабуть, виступає фактором, який перешкоджає

варіативності поведінки або не дозволяє повністю проявити людині увесь когнітивний потенціал для швидкого розв'язання проблеми.

У таблиці 3.3. представлені результати кореляції змістовних характеристик самооцінки особистості з домінантними моделями поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу.

Група	Адекватність та рівень самооцін.	Моделі повед. Конструктивна	Моделі повед. Деструктивна	Моделі повед. Унікаюча
Молодший вік	Ад. Висока	0,483	0,168	0,114
	Ад. Помірна	0,435	0,064	0,024
	Неад. Завищена	-	0,461	0,224
	Неад. Занижена	-	0,427	0,486
Середній вік	Ад. Висока	0,391	-	-
	Ад. Помірна	0,425	0,067	0,024
	Неад. Завищена	-	0,441	0,208
	Неад. Занижена	-	0,417	0,496

Таблиця 3.3. Кореляція характеристик рівня та адекватності самооцінки з домінантними моделями поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу

Результати показали: для домінантної конструктивної моделі поведінки найбільші показники кореляції були у реципієнтів з адекватно високою самооцінкою ($r_{pb} = 0,483; 0,391$) та з адекватно помірною самооцінкою ($r_{pb} = 0,435; 0,425$). Зв'язок з показниками неадекватно високої та неадекватно низької самооцінкою відсутній.

Домінантна деструктивна модель має найбільші показники з неадекватно завищеною самооцінкою ($r_{pb} = 0,461; 0,441$). Трохи нижчими показниками виявилися показники кореляції з неадекватно заниженою ($r_{pb} = 0,427; 0,417$), найнижчими були показники з адекватно високою самооцінкою ($r_{pb} = 0,168$) та адекватно помірною самооцінкою ($r_{pb} = 0,064; 0,067$).

Для домінуючої уникливої моделі поведінки найбільші показники кореляції з неадекватно заниженою самооцінкою ($r_{pb} = 0,486; 0,496$), далі з неадекватно завищеною ($r_{pb} = 0,224; 0,208$), з показниками адекватно високою самооцінкою ($r_{pb} = 0,114$), з адекватно помірною самооцінкою ($r_{pb} = 0,024; 0,024$).

Аналіз даних таблиці 3.3. вказує на: конструктивні моделі поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу направлені на розв'язання проблеми, характерні для реципієнтів з високою адекватною самооцінкою. Респонденти з неадекватно завищеною та заниженою самооцінкою вибирають деструктивну та ухиляючі моделі поведінки.

Результати співвідношення домінантних моделей поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу з локусом контролю особистості представлені у таблиці 3.4.

Група	Локус контролю	Моделі повед.	Моделі повед.	Моделі повед.
		Конструктивна	Деструктивна	Уникаюча
Молодший вік	Інтернальний	0,303	0,168	0,203
	Екстернальний	0,169	0,315	0,315
Середній вік	Інтернальний	0,315	0,168	0,122
	Екстернальний	0,208	0,323	0,312

Таблиця 3.4. Кореляція локусів контролю з домінантними моделями поведінки в ситуації когнітивного дисонансу

Аналіз результатів таблиці показав, що найбільші показники кореляції домінантої конструктивної моделі поведінки є з інтернальним локусом контролю ($r_{pb} = 0,303; 0,315$), нижчі показники кореляції з екстернальним локусом контролю ($r_{pb} = 0,169; 0,208$), для домінантної деструктивної моделі поведінки найбільші показники кореляції отримані з показниками екстернальним локусом контролю ($r_{pb} = 0,315; 0,323$), нижче показники кореляції з інтернальним локусом контролю ($r_{pb} = 0,168; 0,168$).

Для домінуючої уникливої моделі поведінки найбільші показники кореляції з екстернальним локусом контролю ($r_{pb} = 0,315; 0,312$), нижче показники кореляції з інтернальним локусом контролю ($r_{pb} = 0,203; 0,122$).

Таким чином, дані дослідження свідчать: інтернальний локус контролю сприяє вибору конструктивної моделі поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу. Респонденти з інтернальним локусом контролю орієнтовані на себе, на свій когнітивний і особистісний потенціал, який реалізують у своїй поведінці. У респондентів, орієнтованих на деструктивну та уникливу моделі поведінки діагностують екстернальний локус контролю. Вони орієнтовані на оточення, соціальну ситуацію та обставини, звертаються за допомогою або ігнорують ситуацію.

Висновки до третього розділу:

Комплексний аналіз досліджуваних перемінних дозволяє зробити висновки:

1. В дослідженні рівня тривожності особистості обох груп респондентів визначено великий відсоток (30%) має високий рівень тривожності, що є бар'єром досягнення продуктивності пізнавальної активності. У молодшій віковій групі вище особистісна тривожність, а у середній віковій групі вище ситуативна тривожність. Когнітивний дисонанс при високому рівні тривожності запускає механізми захисту, що не дозволяє засвоювати суть досліджуваного матеріалу, таким чином знижує професійний розвиток особистості. Встановлено, що для особистостей з низьким та помірним рівнем тривожності в ситуаціях когнітивного дисонансу характерний вибір конструктивної моделі поведінки, направленої на пошук варіантів усунення дисонансу між особистісними когнітивними елементами за допомогою таких патернів поведінки, як додаткові питання до оточення, пошук правильних відповідей розв'язання задач. Якщо використані патерни поведінки приводять до позитивного результату редукції когнітивного дисонансу, то активність і продуктивність підвищується. Та, якщо суб'єктивні патерни поведінки особистості не приводять до вирішення когнітивного дисонансу, то активність і продуктивність когнітивної діяльності різко

знижується [36]. Однак, одна третя частина респондентів з низьким рівнем тривожності в ситуаціях когнітивного дисонансу мають тенденцію вибору патернів деструктивної моделі поведінки, пов'язаних з проявом агресії по відношенню до важких ситуацій. Часто вербальна агресія направлена на оточення або на себе. Але респондентів з домінантною уникливою моделлю поведінки в ситуаціях когнітивного дисонансу та низьким рівнем тривожності не виявлено.

У особистостей з помірним рівнем ситуаційної та особистісної тривожності в ситуаціях когнітивного дисонансу домінантною є конструктивна модель поведінки, направлена на пошук шляхів усунення дисонансу між когнітивними елементами. Для таких особистостей характерно активний пошук когнітивних елементів, за допомогою яких новий когнітивний елемент вбудовується у систему знань та практичного досвіду суб'єкта.

У осіб із високим рівнем тривожності в ситуаціях когнітивного дисонансу виявлена домінантна деструктивна та униклива моделі поведінки. Якщо патерни поведінки деструктивної моделі характеризуються невдоволенням та демонстративністю, то патерни уникливої моделі поведінки будуть усунуті від пізнавальної діяльності мовчанням, пошуком причин уникнення, тому продуктивність пізнавальної діяльності буде низькою. Взаємодія з такими суб'єктами завжди складна бо вони прагнуть уникнення.

ВИСНОВКИ

Аналіз теоретичних основ дослідження особистості у сучасній психології в контексті ситуаційного та суб'єктно-буттєвого підходів проведення емпіричного дослідження особистісних передумов вибору моделей поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу дозволяють сформулювати наступні висновки:

1. Аналіз наукової літератури дозволяє визначити, що у наукових підходах досліджень в ситуаціях когнітивного дисонансу спостерігається їх різноманітність у вивченні різних ситуацій та поведінки людини, які не виключають один одного, а навпаки, скоріше доповнюють. Людина у своїй поведінці детермінована величезною кількістю одномоментно наявних фактів, тому розгляд конкретної ситуації вимагає прийняття та визнання цього положення. В конкретній ситуації одночасно існують ті факти, що мають характер силових полів, у яких кожна окрема частина даного поля залежить від інших частин цього поля. Можна укласти висновок, що, відповідно, одні частини силового поля здатні підкріплювати інших та протистояти третім. Тому поведінка людини опосередкована досягненням рівноваги цих протидіючих сил. Теоретичний аналіз дослідження проблеми показав, що у сучасній психології більше досліджуються особливості поведінки людини у різних важких життєвих ситуаціях [33].

2. Когнітивний дисонанс, що виникає в наслідок неузгодженості когнітивних елементів, що переживається суб'єктом як негативний емоційний стан психологічного дискомфорту та узгодженості може надавати особистості подвійного впливу. Якщо суб'єкт здатний редукувати свій негативний стан внаслідок власної активності, то такий варіант когнітивного дисонансу надаватиме позитивний вплив на розвиток особистості та опановування новими видами діяльності, збільшуючи віру у власні сили, підвищуючи самооцінку та пізнавальну активність. Якщо суб'єкт не здатний редукувати свій негативний стан в силу певних причин, то глибина цього стану збільшиться і буде спостерігатися протилежний вплив, який характеризується підвищенням рівня тривожності, зниження самооцінки та пізнавальної діяльності.

3. Первинний аналіз результатів дослідження співвідношення особистісних змінних, що домінують у ситуаціях когнітивного дисонансу патернів поведінки дозволив встановити детермінацію патернів поведінки рівнем тривожності, адекватністю та рівнем самооцінки. У ситуаціях когнітивного дисонансу значних кореляцій патернів поведінки, що належать до конструктивної, деструктивної або уникливої моделей поведінки, з екстернальним чи інтернальним локусом контролю встановлено не було, хоча тенденція проглядалася. Значення кореляцій інтернального локусу контролю з патернами поведінки конструктивної моделі та екстернального локусу контролю з патернами поведінки деструктивної або уникливої моделей були близькі до межі значущості, що дозволяє припустити: предикторами вибору моделі поведінки виступають не стільки самі змінні, скільки їх певна сукупність.

4. У ситуаціях когнітивного дисонансу опосередкованість переважних патернів поведінки суб'єкта за віком не знайшла підтвердження. Дані щодо обох вікових груп практично ідентичні.

5. Повторна статистична обробка емпіричних даних з урахуванням певної сукупності особистісних змінних, що виходить з первинних результатів, підтвердила гіпотезу про те, що предикторами домінантної моделі поведінки у суб'єкта є належність до різних моделей поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу де виступає певна сукупність особистісних змінних: рівня тривожності, адекватності самооцінки, інтернальності та екстернальності локусу контролю.

6. Предикторами патернів конструктивної моделі поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу виступає сукупність наступних особистісних змінних — помірний рівень тривожності, високий та помірний рівень адекватної самооцінки, інтернальний локус контролю. Така сукупність особистісних змінних дозволяє адекватно оцінити можливості подолання виниклих труднощів, посилити пізнавальну активність через патерни конструктивної моделі поведінки. Активний пошук додаткових когнітивних елементів, що приводять до узгодженості та знаходяться в дисонантних відносинах, дозволяє редукувати когнітивний дисонанс: вбудувати у систему знань, що існує, нову інформацію;

використовувати її у діяльності та практиці міжособистісної взаємодії; успішно йти вперед у засвоєнні всього нового.

7. Предикторами патернів поведінки деструктивної моделі поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу виступають два варіанти сукупності особистісних змінних: перший варіант представлений сукупністю високого рівня тривожності, неадекватно підвищеною самооцінкою, екстернальним локусом контролю. Другий — низьким рівнем тривожності, неадекватно підвищеною самооцінкою, екстернальним локусом контролю. Високий рівень тривожності, неадекватна самооцінка, екстернальний локус контролю у важких для суб'єкта ситуаціях, яких, безсумнівно, відноситься ситуація когнітивного дисонансу, в силу емоційної напруженості та дискомфорту сприяють включенню механізмів особистісного захисту, знижуючи цим рівень пізнавальної активності, що не дозволяє суб'єкту редукувати когнітивний дисонанс. Глибину когнітивного дисонансу ще більшою мірою збільшують вибрані суб'єктом патерни поведінки, що належать до деструктивної моделі поведінки, що призводять до прийняття особистісної диспозиції ігнорування інформації, що викликає когнітивний дисонанс, або її відкритого відкидання. У другому варіанті виявлено тенденцію до того, що чим нижче рівень особистісної тривожності, вищі показники завищеної самооцінки та екстернального локусу контролю, тим більші агресивні патерни деструктивної моделі поведінки спрямованих на інших, використовує суб'єкт у ситуаціях когнітивного дисонансу.

8. Предиктором патернів уникливої моделі поведінки у ситуаціях когнітивного дисонансу виступає сукупність наступних особистісних змінних — високий рівень особистісної тривожності, неадекватно занижена самооцінка, екстернальний локус контролю. Чим вищий рівень особистісної тривожності та показники екстернального локусу контролю та ніж нижчий рівень неадекватно заниженої самооцінки, тим паче вираженою спостерігається особистісна диспозиція суб'єкта, спрямована на уникнення та догляд від вирішення ситуації когнітивного дисонансу, що за часом збільшує глибину когнітивного дисонансу не лише у конкретній ситуації, а й у цілому цьому виді діяльності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Боришевський М.Й. Дорога до себе: від основ суб'єктності до вершин духовності: монографія . К.: Академвидав, 2010. 416 с.
2. Брушлінський О.В. Психологія ХХІ століття: пророцтва та прогнози. Питання психології. 2000. N 2. С.32
3. Бринза І.В. Психологічні ресурси особистості та професійна криза. *Актуальні проблеми сучасної психології*. 2012. №2. С. 214-217
4. Водолазська О.О. Суб'єктивність як одна з детермінантів професійного становлення психолога. *Наука і освіта*. 2006. №5-6. С.24-26.
5. Головах Є.І., Паніна Н.В. Психологія людського порозуміння. Київ. 1989. 342 с.
6. Гоулман Д. Емоційний інтелект: пер. з англ. С.Л. Тумецької. Х.: Віват, 2019. 512с.
7. Захарова А.В., Боцманова М.Е. Показники та рівні рефлексії в оцінці та самооцінці якостей особистості в молодшому шкільному віці. *Нові дослідження в психології*. 1983. N 2. С. 23.
8. Загальна психологія: підручник для студентів вищих навчальних закладів / С.Д. Максименко, В.О. Зайчик, В.В. Клименко, В.О. Соловієнко. К.: Форум, 2000. 534с.
9. Колісник О. П. Саморозвиток духовності особистості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 2. С. 12–18.
10. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Косенко А. Ф., Кочергіна Т. І. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я: навч. посібник. К.: Фірма «ІНКОС», 2002. 272 с.
11. Леонтьєв, Д.А. Досвід методологічного осмислення практик роботи з особистістю: фасилітація, ноотехніка, життєтворчість. *Консультативна психологія та психотерапія*. 2012. N 4. С. 18-23.
12. Максименко С.Д. Психологічна допомога тяжким соматичним хворим: навч. посіб. Київ–Ніжин: Міланік, 2007.– 115с.

13. Маслоу А.Г. Самоактуалізація. переклад з англ. за заг. ред. А.М. Татлибаєвої. Київ: Іхтік, 1999. 379 с.
14. Махнач, А. В. До проблеми співвіднесення динамічних психічних станів та стабільних рис особистості. *Психологічний журнал* № 3 1995. С. 38.
15. Моляко В. О. Творча конструкторологія. К.: «Освіта України», 2007. 388с.
16. Носенко Е. Л. Трансформація ціннісних орієнтацій молоді на сучасному розвитку суспільства (Психологічний аспект). Дніпропетровськ: Вид-во «Навчальна книга» 1999. 168 с.
17. Осадчук С. Ю. Особливості створення доброзичливого освітнього середовища. Психологія та педагогіка на сучасному етапі розвитку наук: актуальні питання: збірник наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції (м. Одеса 15–16 грудня 2017 р.). Одеса: ГО «Південна фундація педагогіки», 2017. С. 106–109.
18. Пенькова О.І. Проблема саморегуляції особистості: ціннісний аспект. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. Том 1. 2016. Вип. 2. С. 114-119.
18. Подоляк Л.Г. Психологія вищої школи: Навчальний посібник для магістрантів і аспірантів. К.:ТОВ «Філ- студія», 2006. 320с.
19. Психологія особистості: Словник –довідник / За редакцією П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. К.: Рута, 2001. 320с.
20. Розов В.І. Адаптивні антистресові психотехнології: навчальний посібник К.: Кондор, 2005. 278 с.
21. Рифф К.Д. Психологічне благополуччя. Енциклопедія геронтології: вік, старіння та люди похилого віку / за ред. J. E. Birren. San-Diego, CA: Academic Press, 1996. Р. 365-369
22. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. К.: Либідь, 2003. 376с.
23. Сельє Г. Стресс без дистресса. URL: <http://www.rulit.net/books/stress-bez-distressa-read-15443-1.html>

24. Сергієнко Є.А. Розвиток ідей з психології суб'єкта А.В. Брушлинського: системно-суб'єктний підхід. *Особистість та буття: суб'єктний підхід: Матеріали наукової конференції, присвяченої 75-173 річниці від дня народження члена-кореспондента РАН О.В. Брушлинського, 15-16 жовтня 2008 р.* / Відп.ред. О.Л. Журавльов, В.В. Знаків, З.І. Рябікіна. К., 2008. С. 54-60
25. Сорока О.В., Бутенко І.А. Трудовий потенціал персоналу: формування та розвиток, 2012. URL: http://www.nbu.gov.ua/old_jrn/Soc_Gum/Ei/2012_50/Buten.pdf
26. Стандарти та індикатори культурної компетентності в практиці соціальної роботи,
2015.URL:<http://www.socialworkers.org/practice/standards/NASWculturalstandards.pdf>
27. Франкл В. Про сенс життя / Райгородська Д. Я. Психологія особистості. Т.1. Хрестоматія. Київ: Видання третє, доповнене. 2002. 512с.
28. Фромм Е. Революція надії. *Сучасна зарубіжна соціальна філософія*. К.: Либідь, 1996. 384 с.
29. Хорні К. Невротична особистість нашого часу. *Академічний проект*. 2006. 140 с.
30. Чепелева Н. В., Рудницька С. Ю. Психологічна характеристика особистості, здатної до самопроекування. *Педагогіка і психологія*. 2018. № 1. С. 71–77
31. Шайгородський Ю. Ж. Ціннісний конструкт міжкультурної комунікації, 2002.URL: <http://www.ukr-socium.org.ua/Arhiv/Stati/1.2002/41-48.pdf>
32. Шалашенко Г. Самооцінка. *Філософський енциклопедичний словник*. Київ: Інститут філософії імені Григорія Сковороди НАН України: Абрис, 2002. 742с.
33. Шевченко Г. П. Духовність та духовна культура особистості. *Формування духовної культури учнівської молоді засобами мистецтва*. 2006. С. 3–38.
34. Branden, N. (2001). *The psychology of self-esteem: a revolutionary approach to self-understanding that launched a new era in modern psychology*. San Francisco: Jossey-Bass, 2001.

ДОДАТОК А

В рамках емпіричного дослідження використані методика Ч.Д. Спілбергера-Ю.Л. Ханіна «Шкала самооцінки рівня тривожності».

Даний тест є надійним та інформативним способом самооцінки рівня тривожності в даний момент (реактивна тривожність як стан) та особистісної тривожності (як стійка характеристика людини). Розроблений Ч. Д. Спілбергером (США), адаптований Ю.Л. Ханіним.

Особистісна тривожність характеризує стійку схильність сприймати велике коло ситуацій як загрозливі, реагувати на них станом тривоги. Реактивна тривожність характеризується напругою, занепокоєнням, нервозністю. Дуже велика реактивна тривожність викликає порушення уваги, іноді порушення тонкої координації. Дуже велика особистісна тривожність прямо корелює з наявністю невротичного конфлікту, з емоційними та невротичними зривами та психоматичними захворюваннями. Спочатку тривога не є негативною рисою. Певний рівень тривожності — природна та обов'язкова особливість активної особи. При цьому існує оптимальний індивідуальний рівень “корисної тривоги”. Шкала самооцінки складається з двох частин, що окремо оцінюють реактивну (РТ, висловлювання 1-20) та особистісну (ЛТ, висловлювання 21-40) тривожність.

Показники РТ та ЛТ рахують за формулами:

$$РТ = Z - G + 35,$$

де Z — сума закреслених цифр на бланку за пунктами шкали 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18; G — сума останніх закреслених цифр (пункти 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20).

$ЛТ = Z - G + 35$, де Z — сума закреслених цифр на бланку за пунктами шкали 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40;

G — сума останніх закреслених цифр за пунктами шкали 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39.

— При інтерпретації можна оцінювати так: до 30 — низька тривожність; 31-45 помірна; 46 і більше — висока.

Значні відхилення від помірної тривожності вимагають особливої уваги, висока тривога передбачає схильність до появи стану тривоги в людини у ситуації оцінки

її компетентності. У цьому випадку слід знизити суб'єктивну значущість ситуації та завдань. Перенести акцент на осмислення діяльності та формування почуття впевненості та успіху. Низька тривожність, навпаки, вимагає підвищення мотивів уваги діяльності та підвищення почуття відповідальності.

Але іноді досить низька тривожність у показниках тесту є результатом активного витіснення особистістю високої тривожності з метою показати себе у “найкращому світлі”. Шкалу можна успішно використовувати з метою саморегуляції, з метою керівництва та психокорекційної діяльності. Тест може застосовуватись для осіб віком від 16 років.

Для оцінки динаміки рівня тривожності (наприклад, до занять аутотренінгом та після курсу аутотренінгу) можна використовувати тільки першу половину шкали (РТ, висловлювання 1-20) та скорочений варіант шкали, на наповнення якого йде 10-15 секунд. Показники РТ рахують за формулою: $РТ = Z - G + 15$, де Z — сума закреслених цифр за пунктами 2, 5; G — сума за пунктами 1, 3, 4. Розмір показника змінюється від 5 до 20.

Бланк для відповідей.

Прізвище.....Ім'я.....Вік.....Дата

Інструкція. “Уважно прочитайте кожну з наведених пропозицій та закресліть відповідну цифру праворуч залежно від того, як Ви відчуваєте себе в даний момент. Над питаннями не замислюйтесь, оскільки правильних чи неправильних відповідей немає”.

1 бал — ні, це не так; 2 бали — мабуть це не так; 3 бали — вірно; 4 бали — абсолютно правильно.

№ п/п	Твердження	1	2	3	4
1	Я спокійний	1	2	3	4
2	Мені нічого не загрожує	1	2	3	4
3	Я перебуваю у напрузі	1	2	3	4
4	Я відчуваю жаль	1	2	3	4
5	Я почуваюся спокійно	1	2	3	4
6	Я засмучений	1	2	3	4
7	Мене хвилюють можливі невдачі	1	2	3	4
8	Я відчуваю себе відпочившим	1	2	3	4

9	Я стривожений	1	2	3	4
10	Я вічуваю почуття внутрішнього задоволення	1	2	3	4
11	Я впевнений у собі	1	2	3	4
12	Я нервуюсь	1	2	3	4
13	Я не знаходжу собі місця	1	2	3	4
14	Я піднятий	1	2	3	4
15	Я не відчуваю скутості, напруженості	1	2	3	4
16	Я задоволений	1	2	3	4
17	Я стурбований	1	2	3	4
18	Я надто збуджений і мені не по собі	1	2	3	4
19	Мені радісно	1	2	3	4
20	Мені приємно	1	2	3	4
21	Я відчуваю задоволення	1	2	3	4
22	Я дуже швидко втомлююсь	1	2	3	4
23	Я легко можу заплакати	1	2	3	4
24	Я хотів би бути таким же щасливим, як і інші	1	2	3	4
25	Нерідко я програю через те, що недостатньо швидко приймаю ріш	1	2	3	4
26	Зазвичай я почуваюсь бадьорим	1	2	3	4
27	Я спокійний, холонокровний і зібраний	1	3	3	4
28	Очікувані труднощі зазвичай турбують мене	1	2	3	4
29	Я надто переживаю через дрібниці	1	2	3	4
30	Я цілком щасливий	1	2	3	4
31	Все приймаю надто близько до серця	1	2	3	4
32	Мені не вистачає впевненості в собі	1	2	3	4
33	Зазвичай я почуваюся в безпеці	1	2	3	4
34	Я намагаюся уникати критичних станів і труднощів	1	2	3	4
35	У мене буває нудьга	1	2	3	4
36	Я задоволений	1	2	3	4
37	Будь-які дрібниці відволікають і хвилюють мене	1	2	3	4
38	Я так сильно переживаю свої розчарування, що потім довго не можу їх забути	1	2	3	4
39	Я врівноважена людина	1	2	3	4
40	Мене охоплює сильне занепокоєння, коли я думаю про свої справи та турботи	1	2	3	4

ДОДАТОК Б

Методика «Локус контролю» Дж. Роттера в модифікації Е.Г. Ксенофонтової;**Інструкція до тесту.**

Прочитайте уважно кожне висловлювання у парі та вирішіть, з яким із них ви згодні з більшою мірою. На бланку відповідей обведіть кружком одну з літер “а” або “б”. Тестовий матеріал.

№ п/п	Варіант “а”	№ п/п	Варіант “б”
1	Діти потрапляють у біду тому, що батьки занадто часто їх карають	1	В наш час неприємності відбуваються з дітьми найчастіше тому, що батьки занадто м'яко ставляться до них
2	Багато невдач походять від невдачі	2	Невдачі людей є результатом їх власних помилок
3	Одна із головних причин, чому здійснюються аморальні вчинки у тому, що навколишні миряться з ними	3	Аморальні вчинки будуть відбуватися завжди, незалежно від того, наскільки старанно навколишні намагаються їх запобігти
4	Зрештою до людей приходить заслужене визнання	4	Нажаль, заслуги людини часто залишаються невизнаними
5	Думка, що викладачі несправедливі до учнів, неправильна	5	Багато учнів не розуміють, що їх позначки можуть залежати від випадкових обставин
6	Успіх керівника багато в чому залежить від вдалого збігу обставин	6	Здібні люди, які не стали керівниками, самі не використали свої можливості
7	Якби Ви не намагалися, деякі люди всеодно не симпатизуватимуть Вам	7	Той, хто не зумів завоювати симпатії оточуючих, просто не вміє жити з іншими.
8	Спадковість грає головну роль у формуванні характеру та поведінки людини.	8	Тільки життєвий досвід визначає характер та поведінку.
9	Я часо помічав справедливість поговорок: ”Чого бути того не обминути”	9	На мою думку краще прийняти рішення і діяти, чим сподіватися на долю!
10	Для хорошого фахівця навідь перевірка з пристрастю не представляє труднощів.	10	Навідь добре підготовлений фахівець зазвичай не витримує перевірки з пристрастю.
11	Успіх є результатом старанної роботи і мало залежить від везіння	11	Щоб досягти успіху, потрібно не упустити зручний випадок.

12	Кожен громадянин може впливати на важливі державні рішення.	12	Суспільством управляють люди, які висунуті на громадські пости, а рядова людина мало що може зробити
13	Коли я будую плани, то я взагалі переконаний, що зможу здійснити їх.	13	Не завжди розсудливо планувати далеко вперед тому, що багато залежить від того, як складуться обставини.
14	Є люди, про яких можна сміливо сказати, що вони погані.	14	У кожній людині є щось гарне.
15	Здійснення моїх бажань не пов'язано з везінням.	15	Коли не знають, як бути, підкидують монету. По-моєму в житті можна часто вдаватися до цього.
16	Керівником нерідко стають завдяки щасливому збігу обставин.	16	Щоб стати керівником, потрібно вміти керувати людьми. Везіння тут ні до чого.
17	Більшість із нас можуть впливати скільки-небудь серйозно на світові обставини.	17	Беручі активну участь у громадському житті, люди можуть керувати подіями у світі.
18	Більшість людей не розуміють, наскільки їхнє життя залежить від випадкових обставин.	18	Насправді, така річ як везіння, не існує.
19	Завжди треба вміти визнавати свої помилки.	19	Як правило, краще не підкреслювати свої помилки.
20	Важливо дізнатися, чи справді Ви подобаєтесь людині чи ні.	20	Кількість ваших друзів залежить від того, наскільки Ви розташовуєте до себе інших.
21	Зрештою неприємності, які трапляються з нами, врівноважуються приємними подіями.	21	Більшість невдач є результатом відсутності здібностей, незнання, лініабо всіх трьох причин разом узятих.
22	Якщо докласти достатньо зусиль, то формалізм і бездушність можна викоринити.	22	Є речі, з якими важко боротися, тому формалізм і бездушність не викоринити.
23	Іноді важко зрозуміти, на чому засновуються керівники, коли вони висувають людину на заохочення.	23	Заохочення залежать від того, наскільки людина старанно трудиться
24	Гарний керівник очікує від підлеглих, щоб вони самі вирішували, що вони мають робити.	24	Хороший керівник ясно зрозуміти, у чому полягає робота кожного підлеглого.
25	Я часто відчуваю. Що мало	25	Не вірю, що випадок чи доля

	впливаю на те, що відбувається зі мною.		можуть відігравати важливу роль у моєму житті.
26	Люди самотні через те, що не виявляють дружелюбність до оточуючих.	26	Марно занадто намагатися привернути до себе людей: якщо ти їм подобаєшся, то подобаєшся.
27	Характер людини залежить від її сили волі.	27	Характер людини формується в здебільшого у колективі.
28	Те, що зі мною трапляється — це справа моїх власних рук.	28	Іноді я відчуваю, що моє життя розвивається у напрямі, незалежно від моєї сили волі.
29	Я часто не можу зрозуміти, чому керівники надходять так, а не інакше.	29	Зрештою за погане управління організацією відповідальні самі люди, які у ній працюють.

Ключ до тесту:

Екстернальність: 2а, 3б, 4б, 5б, 6а, 7а, 9а, 10б, 11б, 12б, 13б, 15б, 16а, 17а, 18а, 20а, 21а, 22б, 23а, 25а, 26б, 28б, 29а.

Інтернальність: 2б, 3а, 4а, 5а, 6б, 7б, 9б, 10а, 11а, 12а, 13а, 15а, 16б, 17б, 18б, 20б, 21б, 22а, 23б, 25б, 26а, 28а, 29б.

Загальна та максимальна сума балів за Інтернальністю та Екстернальністю становить 23, оскільки 6 із 29 питань є фоновими.

Про спрямованість локусу контролю слід судити з відносного перевищення результатів одного виміру над іншим.

Інтерпритація результатів тесту.

У практиці психодіагностики за локусом контролю судять про когнітивні стилі, що виявляються у сфері навчання, у тому числі і професійному. Оскільки когнітивні компоненти психіки присутні у всіх її явищах, то уявлення про локус контролю поширюються і на показники особистості її діяльності. Для екстерналів властиво ззовні спрямована захисна поведінка, як атрибуція ситуації. Вони воліють мати шанс на успіх. Загалом це вказує на те, що будь-яка ситуація екстерналу бажана як зовні стимульована, причому у випадках успіху відбувається демонстрація здібностей. Екстернал переконаний, що його невдачі є результатом

невдачі, випадковості, негативного впливу інших людей. Схвалення та підтримка таким людям дуже потрібна, інакше вони працюють все гірше. Однак особливої вдячності за співчуття від екстерналів не доводиться чекати. Інтерналі мають атрибуцією ситуації найчастіше переконання у не випадковості їх успіхів чи невдач, які залежать від компетентності, цілеспрямованості, рівня здібностей і є закономірним результатом цілеспрямованої діяльності та самодіяльності. У структуруванні процесу цілеутворення та його стратегій провідною мотивацією для інтерналів є пошук его-ідентичності, незалежно і ортогонально по відношенню до екстравертованості або інтравертованості. Внаслідок більшої когнітивної активності інтерналі мають ширші тимчасові перспективи, що охоплюють багато подій як майбутнього так і минулого. При цьому їхня поведінка спрямована на послідовне досягнення успіху шляхом розвитку навичок та більш глибокої обробки інформації, постановки все зростаючих за складністю завдань. Потреба у досягненні, таким чином, має тенденцію до підвищення, пов'язану зі збільшенням значень особистісної та реактивної тривожності, що є передумовою для можливої більшої фрустрованості та меншої стресостійкості в випадках серйозних невдач. Проте в цілому в реальній зовні, що спостерігається поведінці, інтерналі справляють враження досить впевнених у собі людей, тим більше, що в житті вони частіше займають вище громадське становище, ніж екстернали, - вважають Дж. Дигман, Р. Кеттел та Дж. Роттер.

Для екстерналів виявляється зв'язок з емоційною нестабільністю і практичним безпосереднім мисленням. У інтерналів відзначається емоційна стабільність та схильність до теоретичного мислення, абстрагування та синтезу уявлень. В цілому до відношення параметрів активності та реактивності (і у зв'язку з мотивацією досягнення та відносини) вектор інтернальності — екстернальності збігається з вектором рефлексії.

ДОДАТОК В

Тест 1. «Вербальна діагностика оцінки особистості самої себе». Призначення тесту.

Якщо у вас виявився високий рівень самооцінки, ви досить вільно можете вибрати професію бізнесмена. При середньому рівні самооцінки засмучуватись теж немає особливих підстав: більшість людей саме так себе оцінюють. Ну, а що робити, якщо у вас низька самооцінка? Перш за все треба для себе усвідомити, що на відміну від інших якостей особистості самооцінка досить мінлива і багато в чому залежить від ситуації, періоду життя, подій. Крім того, є ще одна особливість людської психіки: яким людина хоче бачити себе, такою вона з часом і стає. Помічено, що змінювати себе людина починає саме тоді, коли дуже хоче домогтись успіху в обраній професії.

Ключ до тестового завдання.

Підрахунок балів проводиться за схемою:

«дуже часто» - 4 бали;

«часто» - 3 бали;

«рідко» - 2;

«ніколи» - 0.

ТЕСТ

1. Мені хочеться, щоб мої друзі завжди підбадьорювали мене.
2. Постійно відчуваю свою відповідальність у навчанні.
3. Я турбуюся про своє майбутнє.
4. Багато мене ненавидять.
5. Я володію меншою ініціативою, ніж інші.
6. Я турбуюся за свій психічний стан.
7. Я боюся виглядати дурним.
8. Зовнішній вигляд інших куди кращій за мій.
9. Я боюся виступати з промовою перед незнайомими людьми.
10. Я часто допускаю помилки.

11. Як шкода, що я невмію говорити з людьми як слід.
12. Як шкода, що мені не вистачає впевненості в собі.
13. Мені хотілося, щоб мої дії схвалювалися людьми частіше.
14. Я занадто скромний.
15. Моє життя марне.
16. Багато людей неправильної думки про мене.
17. Мені нізким поділитися своїми думками.
18. Люди чекають від мене багато чого.
19. Оточуючі не дуже цікавляться моїми досягненнями.
20. Я злегка ніяковію.
21. Я відчуваю, що багато людей не розуміють мене.
22. Я не відчуваю себе в безпеці.
23. Я часто хвилююсь даремно.
24. Я відчуваю себе ніяково, коли входжу в кімнату, де вже сидять люди.
25. Я відчуваю себе скутим.
26. Я відчуваю, що люди говорять за мою спиною.
27. Я впевнений, що люди сприймають все легше, ніж я.
28. Мені здається, що зі мною має статися якась неприємність.
29. Мене хвилює, як люди ставляться до мене.
30. Як шкода, що я мовчазний.
31. У суперечках я висловлююсь тільки тоді, коли впевнений у своїй правоті.
32. Я думаю про те, чого чекають від мене оточуючі.

Інтерпретація результатів:

«0-25» балів свідчать про високий рівень самооцінки, при якому людина, як правило, впевнена в собі. Ви переоцінюєте свої здібності і можливості. Через це інші відчувають труднощі, живучі, працюючі і спілкуючись з вами. Рано чи пізно це може обернутися проти вас.

«26-45» показник середнього рівня самооцінки, така людина рідко страждає комплексом неповноцінності, лише час від часу намагається підлаштуватися під

думку інших людей. Ви об'єктивно оцінюєте себе і здатні відповідати за свої вчинки і подати руку допомоги іншому. Правильно реагуєте на зауваження інших і рідко сумніваєтесь в необхідності своїх дій.

«46-128» балів – рівень самооцінки низький, людина болісно переносить зауваження, не впевнена в собі. Побільше впевненості в собі вам не завадить. Ви самі взмозі вивести себе зі стану невпевненості, в повній мірі реалізувати свій творчий хист, можливості і діяти активно.

ДОДАТОК Г

Опитувальник “Індивідуальні вподобання патернів поведінки в ситуації когнітивного дисонансу” (автор Д.У. Ханалієва)

Інструкція: кожна людина в своєму житті важкі ситуації при засвоєнні нової пізнавальної інформації, яка не узгоджується з його вже сформованою картиною світу та індивідуальним життєвим досвідом. Результати навчальної чи професійної діяльності при цьому погіршуються, порушуються міжособистісні відносини у колективі, оскільки нова інформація не вбудовується у вашу систему знань, а раніше набутий життєвий досвід відкидає її. Засвоєння та використання представленого вам знання не відбувається, наростає психологічний дискомфорт, почуття незадоволеності собою, невдоволення найближчим оточенням. Проаналізуйте свою поведінку в подібних ситуаціях. Нижче перераховані моделі поведінки, характерні для інших людей у ситуації когнітивного дисонансу. Позначте моделі поведінки, властиві Вам у ситуації когнітивного дисонансу, якщо вони збігаються з наведеними нижче. Якщо для Вас вони не властиві, додайте свій варіант відповіді.

Обробка результатів дослідження: за обрану модель поведінки призначається 2 бали. Набрана сума балів за вказаними номерами патернів поведінки вказує на властивий / непритаманний тип поведінки в ситуаціях хронічного неуспіху.

10-12 балів — дана модель поведінки проявляється стіко, 6-8 балів — дана модель поведінки є характерною для суб'єкта, 0-4 балів — дана модель поведінки є нехарактерною для суб'єкта.

Коструктивна модель – 1, 4, 7, 10, 13, 16;

Деструктивна модель – 2, 5, 8, 11, 14, 17;

Униклива модель – 3, 6, 9, 12, 15, 18.

№ п/п	Моделі поведінки
1	Здійснюю самостійний пошук нової інформації, здатної привести до згоди когнітивні елементи, що знаходяться в дисонантних відносинах, зрозуміти їх суть.
2	Намагаюся автоматично запам'ятати та надалі використовувати, спираючись на механічну пам'ять, але правильно виходить рідко, частіше невпопад.
3	Списую в інших, якщо вони дають змогу.
4	Задаю додаткові питання, щоб отримати інформацію з перших вуст з метою знайти інформацію, що погоджує нову інформацію зі власною системою знань.
5	Коли перевіряють засвоєння нового матеріалу, говорю, що нічого не зрозумів, матеріал важкий.
6	Розумію, що мені цього ніколи не подужати, вивчення іноземної мови не для мене.
7	Намагаюсь знайти практичні прийоми використання нової інформації, щоб зрозуміти її та узгодити зі своїм наявним досвідом.
8	Кажу, що не Ейнштейн, так швидко засвоїти не можу.
9	Сиджу тихо, не привертаю до себе уваги.
10	Визначаю, яку функцію виконує нова інформація в матеріалі, що вивчається, використовуючи свої міжособистісні мережі спілкування, намагаюся в дискусіях знайти дозвіл когнітивного дисонансу.
11	Кажу, ставте двійку, не знаю.
12	Не приходжу на контрольні та перевірочні заняття, посилаючись на хворобу чи іншу поважну причину.
13	Іду від неприємного. Якщо не знаходжу прикладів, що підкріплюють нову інформацію, намагаюся визначити ситуації, які узгоджуються з аналогічними ситуаціями у рідній мові та культурі, запам'ятати, що у нашій мові та культурі так, а у досліджуваному інакше (запам'ятати, як саме і використовувати).
14	Списую, якщо перевіряють через виконання вправ.
15	Пропускаю заняття.
16	Намагаюся запам'ятати й використовувати якнайчастіше, щоб засвоїти і застосувати автоматично.
17	Прошу тих, хто знає, підказати коли потрібно відповідати.
18	Сподіваюся, що маленьку трієчку викладач все одно поставить.