

Maksymenko S. D. Rozvytok psykhyky v ontogenezi [Psyche Development in the Ontogenesis] : v 2-kh t. / S. D. Maksymenko. – Kyiv : Forum, 2002.

7. Павличко С. Фемінізм / С. Павличко. – Київ : Основи, 2002. – 322 с.

Pavlychko S. Feminizm [Feminism] / S. Pavlychko. – Kyiv : Osnovy, 2002. – 322 s.

8. Hayes St. C. Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory and the Third Wave of Behavioral and Cognitive Therapies / St. C. Hayes // Behavior Therapy. – 2004. – № 35. – P. 639–665.

УДК 159.923.31

О. А. Демчук

Received: December 02, 2016

Revised: February 20, 2017

Accepted: March 12, 2017

ЕМПІРИЧНІ РЕФЕРЕНТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНУ ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПОРАДНОСТІ

У статті розглянуто психологічний феномен набутої (завченої, прищепленої) безпорадності, яка внаслідок генералізації на інші сфери діяльності проявляється на особистісному рівні як інтегральна особистісна властивість. Наслідками особистісної безпорадності є пасивність і зниження енергетичного потенціалу на трьох рівнях: діяльності (поведінки), емоцій та мотивації. Теоретично обґрунтовано необхідність виокремлення емпіричних референтів безпорадності – реальних ознак, що фіксують наявність або відсутність досліджуваної властивості у суб'єкта. Визначено діагностичні критерії особистісної безпорадності: локус контролю та атрибутивний стиль (когнітивний (раціональний) компонент безпорадності), переважаючі емоційні стани (афективний компонент безпорадності), особливості мотивації досягнення (мотиваційний компонент безпорадності). Описано емпіричну схему дослідження: підбір психодіагностичного інструментарію, формування вибіркової сукупності, обґрунтування емпіричних ознак (референтів) та методів аналізу й узагальнення отриманих результатів. Застосовано методи математичної статистики (кластерний, факторний аналіз) для підтвердження правомірності виокремлення та достовірності емпіричних референтів особистісної безпорадності. Узагальнено результати емпіричного дослідження, на основі яких конкретизовано когнітивні, емоційні та діяльнісно-мотиваційні особливості безпорадності у сучасних студентів та диференційовано вибірку на групи залежно від специфіки поєднання та прояву визначених компонентів та детермінант безпорадності. Підтверджено, що діагностичними критеріями сформованої особистісної безпорадності досліджуваних можна

вважати: низький рівень суб'єктивного контролю (екстернальність), песимістичний атрибутивний стиль, переважання негативних емоційних станів (утома, підвищена тривожність, пригніченість), низький рівень домагань (переважання мотиву уникнення невдач, невиражені мотиви пізнавальної діяльності та мотиви змагальності, невіра в позитивні результати діяльності тощо). Виокремлено додаткові емпіричні референти особистісної безпорадності: емоційний дисонанс, деструктивний самоконтроль, реактивна агресивність, низька самоцінність, ригідність Я-концепції, інертність процесів та механізмів саморозвитку.

Ключові слова: особистісна безпорадність, емпіричні референти, діагностичні критерії, локус контролю, атрибутивний стиль, самооцінка, мотивація досягнення.

Demchuk O. A. Empirical Referents of Personal Helplessness. The article deals with the psychological phenomenon of acquired (memorized, grafted) helplessness, which as a result of generalization to other areas is shown on a personal level as an integral personal property. The consequences of personal helplessness and passivity are reducing of energy potential on three levels: activity (behavior), emotions and motivation. It was theoretically grounded the necessity of separation of empirical referents of helplessness – real signs that record the presence or absence of the studied property of the subject. It was defined the diagnostic criteria of personal of helplessness: locus of control and attributive style (cognitive and (rational) component of helplessness), prevailing emotional states (affective component of helplessness), peculiarities of achievement motivation (motivational component of helplessness). It was described the empirical research scheme: the selection of psychodiagnostic tools, sampling formation, grounding of empirical characteristics (referents) and analysis methods and generalization of the obtained results. The methods of mathematical statistics (cluster, factor analysis) for authentication of empirical characteristics of personal helplessness have been applied. The results of empirical research have been generalized on the basis of which the cognitive, emotional and action-motivational peculiarities of manifestation of helplessness among the modern students were specified and the selection into groups depending on specificity of combination and manifestation of specified components and determinants of helplessness were differentiated. It was proved that empirical referents of formed personal helplessness of the examined can be considered: low level of subjective control (externality), pessimistic attributive style, predominance of negative emotional states (fatigue, increased anxiety, depression), low level of aspiration (prevalence of motive of failures avoiding, unexpressed motives of cognitive activity and competitive motives, lack of confidence in the positive results, etc.). Additional empirical referents of personal helplessness have been determined: emotional dissonance, self-destructive, reactive aggression, low self-worth, self-concept rigidity, inertia processes and mechanisms of self-development.

Key words: personal helplessness, empirical referents, diagnostic criteria, locus of control, attributive style, self-estimation, achievement motivation.

Демчук О. А. Эмпирические референты исследования феномена личностной беспомощности. Статья посвящена рассмотрению психологического

феномена выученной (заученной, привитой) беспомощности, которая в результате генерализации на другие сферы деятельности проявляется на личностном уровне как интегральное личностное свойство. Последствиями личностной беспомощности является пассивность и снижение энергетического потенциала на трех уровнях: деятельности (поведения), эмоций и мотивации. Теоретически обоснована необходимость выделения эмпирических референтов беспомощности – реальных признаков, фиксирующих наличие или отсутствие изучаемого свойства у субъекта. Определены диагностические критерии личностной беспомощности: локус контроля и атрибутивный стиль (когнитивный (рациональный) компонент беспомощности), преобладающие эмоциональные состояния (аффективный компонент беспомощности), особенности мотивации достижения (мотивационный компонент беспомощности). Описана эмпирическая схема исследования: подбор психодиагностического инструментария, формирование выборочной совокупности, обоснование эмпирических признаков (референтов) и методов анализа и обобщения полученных результатов. Применены методы математической статистики (кластерный, факторный анализ) для подтверждения правомерности выделения и достоверности эмпирических референтов личностной беспомощности. Обобщены результаты эмпирического исследования, на основе которых конкретизированы когнитивные, эмоциональные и деятельно-мотивационные особенности беспомощности в современных студентов и дифференцированно выборку на группы в зависимости от специфики сочетания и проявления определенных компонентов и детерминант беспомощности. Подтверждено, что эмпирическими референтами сформированной личностной беспомощности исследуемых можно считать: низкий уровень субъективного контроля (экстернальность), пессимистический атрибутивный стиль, преобладание негативных эмоциональных состояний (усталость, повышенная тревожность, подавленность), низкий уровень притязаний (преобладание мотива избегания неудач, невыраженные мотивы познавательной деятельности и мотивы состязательности, неверие в положительные результаты деятельности и т. д.). Выделены дополнительные эмпирические референты личностной беспомощности: эмоциональный диссонанс, деструктивный самоконтроль, реактивная агрессивность, низкая самооценка, ригидность Я-концепции, инертность процессов и механизмов саморазвития.

Ключевые слова: личностная беспомощность, эмпирические референты, диагностические критерии, локус контроля, атрибутивный стиль, самооценка, мотивация достижения.

Постановка наукової проблеми та її значення. Теорія завченої (навченої, прищепленої) безпорадності бере свій початок від відомих експериментів М. Селігмана, який спостерігав стан набутої пасивності у тварин, що тривалий час у лабораторних умовах перебували у вимушеній ситуації неконтрольованості подій і неможливості їх змінити. Учений дійшов висновку: очікування того, що результати не залежать від реакції організму, тягне за собою такі наслідки (пізніше

відомі як «дефіцити» безпорадності): 1) некеровані події знижують мотивацію до пошуку інших реакцій, які зможуть взяти ситуацію під контроль; 2) унаслідок неконтрольованості первинних подій виникають труднощі в засвоєнні того, що власні реакції можуть впливати на інші події; 3) повторний досвід переживання неконтрольованості подій поступово призводить до емоційного стану, який у людини нагадує стан депресії [8; 9]. Подальші дослідження в західній психології (Л. Абрамсон, Л. Еллой, М. Вісінтайнер, С. Майер, Г. Металскі, Дж. Овермайер, К. Петерсон, А. Стоун, Дж. Тісдейл, Д. Хірото, Х. Хекхаузен та ін.) дали змогу виявити подібні стани в людей, зумовлені тим, що в індивіда, який пережив невідконтрольовані життєві ситуації, тобто не зміг вплинути власними діями на їхній позитивний результат, формується порушення мотиваційних, емоційних і когнітивних процесів [6; 8–10].

Російський учений М. Батурін виділяє два види безпорадності: ситуативну (тимчасову) й особистісну (постійний стан суб'єкта, який не залежить від зовнішніх обставин і формується внаслідок песимістичного ставлення до себе й до світу загалом) [1]. Такі російські дослідники, як Т. Гордєєва, О. Давидова, І. Дев'ятовська, Б. Карвасарський, Д. Цирінг, В. Шиповська, К. Веденєєва, Е. Забеліна, Л. Рудіна, Ю. Яковлева займалися вивченням феномену психологічної безпорадності та її структури в контексті різних життєвих ситуацій, зазначаючи, що в основі безпорадності лежать когнітивні особливості сприйняття та інтерпретації інформації (песимістичний атрибутивний стиль), а також низка пов'язаних з ними емоційних, мотиваційних і поведінкових порушень [2; 4; 7]. У працях української дослідниці Т. Дучимінської особистісна безпорадність розглядається як стійке утворення особистісного рівня, що проявляється в симптомокомплексі певних особистісних характеристик і має тенденцію до генералізації – поширення на суміжні види діяльності [3]. Акцентуючи увагу на окремих проявах безпорадності, багато дослідників підкреслює інтегральний характер цього феномену й виокремлює різні діагностичні критерії його вивчення, зокрема: песимістичний атрибутивний стиль, низька мотивація досягнення й самооцінка, концентрація особистості на власних негативних емоційних станах, низький рівень суб'єктивного контролю тощо [2–4; 7].

Водночас складність феномену особистісної безпорадності й різноманітність її проявів на когнітивному, емоційно-мотиваційному, поведінковому рівнях зумовлює важливість і необхідність прове-

дення досліджень, спрямованих на узагальнення розрізнених ознак цього інтегрального особистісного утворення.

Мета дослідження – виокремити й обґрунтувати емпіричні референти безпорадності – реальні ознаки, що фіксують її наявність або відсутність у досліджуваних, а також аналіз психологічних характеристик осіб з високим рівнем її сформованості.

Методика та організація дослідження. Відповідно до проаналізованих джерел [2–4; 7] діагностичними критеріями сформованості особистісної безпорадності було визначено: локус контролю та атрибутивний стиль (когнітивний (раціональний) компонент безпорадності), переважаючі емоційні стани (афективний компонент безпорадності), особливості мотивації досягнення (мотиваційний компонент безпорадності). Застосовувалися такі методики: «Оцінка рівня суб'єктивного контролю» (РСК); «Тест на оптимізм» Л. Рудіної (модифікований варіант методики «Attributional style questionnaire» М. Селігмана); «Самооцінка емоційних станів», розроблена американськими психологами А. Уессманом та Д. Ріксом; «Оцінка рівня домагань» В. Горбачевського. Для діагностики психологічних характеристик осіб із високим рівнем особистісної безпорадності застосовувався Фрайбургський багатофакторний опитувальник особистості (FPI) та «Тест-опитувальник самоствалення» В. Століна, С. Пантелеєва. Вибірку дослідження склали студенти 4–5 курсів Уманського державного педагогічного університету ім. П. Тичини (n = 229).

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Опрацювання даних за результатами діагностики рівня суб'єктивного контролю засвідчило, що 33,5 % респондентів схильні до високої інтернальності, тобто вважає, що переважна більшість подій у житті – результат їхніх конструктивних дій. Отож, вони відчувають власну відповідальність за ці події, усвідомлюють необхідність контролю за тим, як складається їхнє життя загалом. 64,6 % респондентів за шкалою загальної інтернальності демонструє низький рівень суб'єктивного контролю, а отже не вважає себе здатними контролювати життєві події (демонструє схильність до безпорадності).

Стиль атрибуції як певний спосіб раціональної інтерпретації індивідом поганих або хороших подій у власному житті характеризується трьома основними параметрами: постійність, широта, персоналізація пояснення. Сума оцінок за шкалами «час невдач», «широта

невдач», «Я-невдача» характеризує узагальнене ставлення респондентів до негативних подій, а сума оцінок за шкалами «час успіху», «широта успіху», «Я-успіх» засвідчує ставлення опитаних до позитивних подій. Різниця оцінок між шкалами «Ставлення до негативних подій» та «Ставлення до позитивних подій» визначають узагальнену схильність особистості до оптимістичного або песимістичного стилю атрибуції. Отож, отримані результати засвідчують, що частина опитаних студентів схильна до дуже (32,8 %) та доволі песимістичної атрибуції (31,4 %), що проявляється у «звичці» сприймати власні невдачі як постійні, незалежно від сфери життєдіяльності, а також брати на себе відповідальність за всі невдачі. Для 10,2 % та 11,3 % студентів властивий оптимістичний атрибутивний стиль, який характеризується зовнішнім локусом контролю та відсутністю акцентуації на негативних подіях. Отож, специфіка суб'єктивного контролю та базові характеристики атрибутивного стилю респондентів демонструють раціональну (когнітивну) площину прояву особистісної безпорадності.

Узагальнена оцінка емоційного стану засвідчила, що більшості респондентів (74,7 %) притаманна адекватна самооцінка; у 17,8 % – самооцінка неадекватно завищена; водночас у 7,5 % студентів самооцінка доволі низька й характеризується такими емоційними проявами, як підвищений рівень тривожності, невпевненості, пригніченості та безпорадності.

Водночас переважній більшості респондентів притаманний середній (56,05 %) та низький (36,15 %) рівні домагань, що проявляється у схильності уникати складних цілей, недооцінці власного потенціалу, розосередженості зусиль у діяльності, відсутності ініціативності. Указані характеристики негативно впливають на цілісність мотиваційного ядра особистості й можуть детермінувати особистісну безпорадність студента.

Отож, результати, отримані під час діагностики рівня суб'єктивного контролю респондентів, особливостей і характеристик їх атрибутивного стилю, самооцінки емоційних станів та оцінки рівня домагань дали змогу конкретизувати когнітивні, емоційні й діяльнісно-мотиваційні особливості прояву безпорадності. Перевірка правомірності виокремлення запропонованих диференційних критеріїв та достовірності емпіричних референтів особистісної безпорадності вимагала застосування методів математико-статистичного аналізу [5].

Саме тому отримані завдяки проведенню констатувального експерименту емпіричні дані щодо особливостей прояву базових показників особистісної безпорадності студентів були піддані процедурі кластерного аналізу, мета якого – утворення груп схожих між собою об'єктів, які називають кластерами (від англ. *cluster* – згусток, група). У здійсненому аналізі використовували ієрархічний агломеративний метод кластеризації, що передбачає класифікацію за допомогою послідовного (агломеративного) об'єднання об'єктів у групи.

Отже, узявши за основу критеріїв класифікації визначені діагностичні показники особистісної безпорадності (рівень суб'єктивного контролю, атрибутивний стиль, самооцінка емоційних станів, оцінка рівня домагань респондентів), ми здійснили процедуру кластеризації вихідних даних. Отримані результати продемонстрували диференціацію виокремлених змінних у три самостійні кластери, адже оптимальній кількості груп відповідає різниця між числом об'єктів та порядкового номеру кроку, на якому відбувся перепад різниць. Ці групи (кластери) умовно були названі так: «безпорадні» (28,8 %) (кластер 1), «ситуативно-варіативні» (57,6 %) (кластер 2) та «самостійні» (13,5 %) (кластер 3). Кластерні профілі кожної з трьох груп наведено в табл. 1.

Таблиця 1

Середні значення діагностичних критеріїв для виокремлених кластерів

Середній зв'язок (між групами)	Кластер 1	Кластер 2	Кластер 3
Рівень суб'єктивного контролю	3,62	4,13	7,57
Атрибутивний стиль	-2,78	1,33	5,06
Самооцінка емоційних станів	6,05	6,32	9,43
Оцінка рівня домагань	8,35	11,55	13,14

Отримані результати підтвердили проаналізовані вище дослідження [2–4; 7] щодо правомірності виокремлення діагностичних критеріїв особистісної безпорадності: респондентам, які входять до першого кластеру «безпорадних», характерний низький рівень суб'єктивного контролю (екстернальність), песимістичний атрибутивний стиль, самооцінка власних емоційних станів з позиції втоми, підвищеної тривожності, пригніченості та безпорадності, низький рівень домагань (переважання мотиву уникнення невдач, слабо виражені мотиви пізнавальної діяльності та мотиву змагання, невіра у позитивні результати діяльності). Представникам другого кластеру (так звана «ситуативно-варіативна» група) притаманні оптимістичніші погляди на навколишній світ та власне місце в ньому: раціонально зважений рівень домагань, достатній рівень суб'єктивного контролю,

переважно адекватна самооцінка власних емоційних станів. До третьої групи «самостійних» увійшли студенти, які демонструють яскраво виражений оптимістичний атрибутивний стиль, інтернальний тип суб'єктивного контролю, енергійність, впевненість у собі, спокій, піднесений настрій. Різниця між групами за вказаними критеріями статистично достовірна на рівні $p \leq 0,05$.

Наступним кроком в аналізі психологічних особливостей, які можуть виступати емпіричними референтами сформованості та прояву безпорадності став процес мінімізації кількості змінних та концентрації інформації у вигляді невеликого масиву характеристик. Для цього завдання був застосований метод факторного аналізу, результатом якого є перехід від множини вихідних змінних до меншої кількості нових змінних, що формують так звані фактори, які, водночас, інтерпретуються як передумови спільної мінливості масиву вихідних змінних. Факторизація матриці психологічних шкал (змінних) у розрізі психологічних характеристик особистісної безпорадності відбувалася за допомогою методу головних компонент (*Principal Components*) з наступним варімакс-обертанням (*Varimax*). Під час застосування процедури факторного аналізу найважливішим й творчим процесом вважають завершальний етап роботи – інтерпретацію отриманих даних (факторів). Аналізуючи факторну матрицю, слід ураховувати знаки факторних навантажень кожного компонента фактору. Факторна матриця показує також, які змінні утворюють кожен фактор. Виокремлений внаслідок варімакс-обертання фактор становить сукупність тих змінних, котрі мають значущі навантаження. Отже, фактор можна розглядати як певну штучну «одиницю» групування змінних на основі зв'язків, що існують між ними.

Правомірність застосування факторного аналізу до визначених показників у вибірці студентів із високим рівнем особистісної безпорадності було перевірено за допомогою критерію адекватності вибірки Кайзера–Мейєра–Олкіна (критерій КМО = 0,620), а також критерію сферичності Барлетта (приблизне значення $\chi^2 = 354,449$; $df = 120$; $p = 0,000$), що засвідчило доцільність та можливість використання цього типу аналізу для обраних даних.

Отже, факторизація матриці психологічних шкал (змінних), констатованих за допомогою методик, що застосовувалися в емпіричному дослідженні, дала змогу отримати однозначно інтерпретовану факторну модель особистісних характеристик студентів із високим рівнем безпорадності (табл. 2).

Таблиця 2

Факторна структура особистісних характеристик студентів із високим рівнем безпорадності

Діагностичний показник	Компонента					
	1	2	3	4	5	6
Емоційна лабільність	-.877					
Депресивність	.809					
Невротичність	.762					
Сором'язливість	.728					
Комуникабельність	-.551					
Спонтанна агресивність	.528					
Самокерівництво		-.850				
Дзеркальне Я		.584				
Реактивна агресивність			.881			
Маскулінність/фемінність			.773			
Самоцінність				-.802		
Відкритість (самоствлення)					-.848	
Самоприв'язаність					.569	
Внутрішня конфліктність						.791
Самоприйняття						.558

Під час аналізу отриманих даних варто конкретизувати накопичений відсоток дисперсії факторів, який визначає, наскільки повно вдалося описати сукупність емпіричних даних з їхньою допомогою: чим вищий цей показник, тим більшу частину масиву даних вдалося факторизувати. Після варімакс-обертання матриця факторних навантажень виявилася доволі структурованою, з чітко вираженими шістьма факторами, що описують 70 % дисперсії масиву емпіричних даних. Виокремлення найбільш значущих факторів підтверджено відповідними високими показниками коефіцієнтів факторних навантажень (табл. 3).

Таблиця 3

Власні значення виокремлених факторів

Фактор	Навантаження фактору після обертання		
	усього (<i>Total</i>) (факторна вага)	навантаження (<i>y</i> %) (<i>% of Variance</i>)	загальний показник навантаження (<i>y</i> %) (<i>Cumulative</i> %)
1	3,498	21,863	21,863
2	1,864	11,650	33,513
3	1,732	10,826	44,339
4	1,504	9,400	53,739
5	1,476	9,225	62,964
6	1,265	7,908	70,872

Отже, перший фактор пояснює 21,9 % дисперсії; другий – приблизно 12 %; третій – 10,8 % дисперсії; четвертий – 9,4 % дисперсії; п'ятий – близько 9,2 % дисперсії; шостий – майже 8 % загальної дисперсії емпіричного масиву даних.

Проаналізуємо змістове наповнення кожного з виокремлених факторів. Перший фактор містить шість складників: *емоційна лабільність* (–.877), критерій, що вказує на схильність до нестабільних емоційних станів осіб із високим рівнем безпорадності. Часта зміна настрою та дратівливість може детермінувати ускладнений самоконтроль та деструктивність оцінки власних здібностей та можливостей; *депресивність* (.809) студентів із високим рівнем безпорадності проявляється зазвичай у психічній напруженості та швидкій втомлюваності під час діяльності, унаслідок чого може виникати відчуття власного безсилля та виснаження, що ще більше поглиблює безпорадність; *невротичність* (.762) є тим компонентом факторної структури психологічних особливостей осіб із високим рівнем безпорадності, що детермінує підвищену тривожність та збудливість, необ'єктивність оцінки і себе, і інших людей; *сором'язливість* (.728) як особистісна характеристика відображається у стресовому реагуванні на звичні життєві ситуації, що детермінує невпевненість у власних силах та комунікативні труднощі; *комунікабельність* (–.551) зі знаком «мінус» засвідчує відсутність або слабо виражену потребу в спілкуванні, що, зрозуміло, не сприяє формуванню відчуття власної значущості; *спонтанна агресивність* (.528) у діяльності та спілкуванні осіб із високим рівнем безпорадності детермінується низьким рівнем соціальної конформності, імпульсивністю, у них багаторазово виникають проблеми однакового характеру через невміння використовувати негативний досвід попередніх помилок. Отже, змістове узагальнення емпіричних референтів особистісної безпорадності, які увійшли до першого фактору, дають змогу конкретизувати його як «*Емоційний дисонанс*».

До другого фактору з найбільшою факторною вагою увійшли такі показники: *самокерівництво* (–.850) як критерій самоствалення зі знаком «мінус» детермінує переживання пригніченості *Я* зовнішніми умовами, відсутність тенденції аналізувати причини та наслідки дій і вчинків; *дзеркальне Я* (.584) є тим компонентом самоствалення, який детермінує у студентів з високим рівнем безпорадності відсутність очікувань щодо позитивного ставлення до себе з боку інших. Змісто-

вий аналіз компонентів дає змогу визначити цей фактор як **«Деструктивний самоконтроль»**.

До третього фактору ввійшли такі показники: *реактивна агресивність* (.881) як свідчення низького самоконтролю й недостатньої ідентифікації себе із соціальними нормами; *маскулінність/фемінність* (.773) як діагностичний критерій визначає схильність до «жіночого» або «чоловічого» типу діяльності. У студентів із високим рівнем безпорадності переважають низькі оцінки за вказаною шкалою, що засвідчує певну тривожність, емоційне реагування, поступливість у діях тощо. Психологічні показники, які сформували змістове ядро цього фактору, демонструють специфіку оцінки соціальної комунікації респондентів, тому логічно буде узагальнити їх у назві фактору **«Реактивна агресивність»**.

Четвертий фактор визначається через такий показник, як *самоцінність* (-.802), що зумовлює його назву **«Низька самоцінність»**. Наявність цього фактору у факторній структурі емпіричних референтів безпорадності свідчить про схильність осіб з високою безпорадністю до сумнівів у цінності власної індивідуальності, відстороненість, втрату інтересу до власного «Я» тощо.

П'ятий фактор сформували такі характеристики: *відкритість* (самоствавлення) (-.848). Цей діагностичний критерій зі знаком «мінус» свідчить про захисне ставлення щодо самого себе, домінування деструктивних механізмів психологічного захисту, недостатньо сформовану внутрішню чесність осіб із високим рівнем безпорадності; *самоприв'язаність* (.569) як компонент психологічної структури осіб з високим рівнем безпорадності дає змогу підтвердити їх небажання змінювати себе, низьку вимогливість до себе, ригідність Я-концепції тощо. Аналіз змістового наповнення виокремлених шкал дає змогу узагальнити їх у назві фактору **«Ригідність Я-концепції»**.

Останній, шостий фактор, отримав назву **«Інертність саморозвитку»**, оскільки представлений такими показниками: *внутрішня конфліктність* (.791) як особистісна характеристика осіб із високим рівнем безпорадності засвідчує їхню схильність до деструктивного самоаналізу, рефлексії власних якостей на фоні негативного ставлення до самого себе та результатів власної діяльності; *самоприйняття* (.558) – критерій, що вказує на глибинну тенденцію осіб з високим рівнем безпорадності до прийняття себе без потреби внутрішньої «перебудови», інертність у процесі саморозвитку тощо.

Висновки. Проведене дослідження дало змогу підтвердити наявні в психологічній літературі уявлення про феномен особистісної безпорадності як складне інтегральне особистісне утворення, яке має широкий симптомокомплекс проявів на когнітивному, емоційному, діяльнісно-мотиваційному рівнях і може діагностуватися за окремими ознаками. Підтверджено, що діагностичними критеріями особистісної безпорадності є екстернальний локус контролю, песимістичний стиль атрибуції, низька самооцінка та рівень домагань, а також переважання емоційних станів, які характеризуються досліджуваними як втома, підвищена тривожність, пригніченість та депресивність. Водночас за допомогою факторного аналізу виокремлено додаткові емпіричні референти особистісної безпорадності: емоційний дисонанс, деструктивний самоконтроль, реактивна агресивність, низька самоцінність, ригідність Я-концепції, інертність процесів та механізмів саморозвитку. Поєднання та взаємозв'язок цих особистісних характеристик може свідчити про високий рівень особистісної безпорадності, яка проявляється на поведінковому рівні у вимушеній пасивності, низькій здатності людини перетворювати дійсність, управляти подіями власного життя, ставити і досягати цілі, переборюючи різноманітні труднощі.

Водночас, складність і багатогранність феномену особистісної безпорадності привертає увагу до багатьох невирішених питань її діагностики (розробки надійного і валідного діагностичного інструментарію на основі обґрунтованих діагностичних критеріїв та емпіричних референтів безпорадності), профілактики та корекції (узагальнення наявних підходів з урахуванням когнітивного (заснованого на усвідомленні негативних стратегій мотивації, сприйняття ситуації і подальшого реагування на неї); мотиваційно-поведінкового (формування нових, ефективних мотиваційних установок і стратегій поведінки) та емоційного (позитивне афективне підкріплення) компонентів безпорадності).

Література

1. Батурин Н. А. Психология успеха и неудачи / Н. А. Батурин. – Челябинск : Изд. ЮУрГУ, 1999. – 100 с.
Baturin N. A. Psikhologiya uspekha i neudachi [Psychology of success and failure] / N. A. Baturin. – Chelyabinsk : Izd. YuUrGU, 1999. – 100 s.
2. Веденеева Е. В. Мотивационный компонент личностной беспомощности на разных возрастных этапах : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Веденеева Е. В. ; Челяб. гос. ун-т. – Челябинск, 2009. – 182 с.

- Vedeneeva E. V. Motivatsionnyy komponent lichnostnoy bespomoshchnosti na raznykh vozrastnykh etapakh [Motivational component of personal helplessness at different age stages] : dis. ... kand. psikhol. nauk : 19.00.13 / Vedeneeva E. V. ; Chelyab. gos. un-t. – Chelyabinsk, 2009. – 182 s.
3. Дучимінська Т. І. Психологічні особливості подолання особистісної безпорадності в навчальній діяльності студентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Дучимінська Т. І. – Острог, 2013. – 19 с.
Duchyminska T. I. Psykhologichni osobkivnosti podolannya osobkstisnoyi bezporadnosti v navchalniy diyalnosti studentiv [Psychological peculiarities of the personal helplessness learning activity of students] : avtoref. dis.. ... kand. psykhol. nauk : 19.00.07 / Duchyminska T. I. – Ostrog, 2013. – 19 s.
4. Забелина Е. В. Беспомощность в структуре индивидуальности и ее связь с коммуникативной активностью: на материале исследования подростков : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Забелина Е. В. ; Перм. гос. пед. ун-т. – Ярославль, 2009. – 207 с.
Zabyelina Ye. V. Bespomoshchnost v strukture individualnosti i yeyo svyaz s kommunikativnoy aktivnostyu: na materiale issledovaniya podrostkov [Helplessness in the structure of individuality and its connection with communicative activity: on the material of the study of adolescents] : dis. ... kand. psikhol. nauk : 19.00.01 / Zabyelina Ye. V. ; Perm. gos. ped. un-t. – Yaroslavl, 2009. – 207 s.
5. Наследов А. Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных : учеб. пособие / А. Д. Наследов. – СПб. : Речь, 2004. – 392 с.
Nasledov A. D. Matematicheskiye metody psikhologicheskogo issledovaniya. Analiz i interpretatsiya dannykh [Mathematical methods of psychological research. Analysis and interpretation of results] : ucheb. posobiye / A. D. Nasledov. – SPb. : Rech, 2004. – 392 s.
6. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – 2-е изд. – СПб. : Питер ; М. : Смысл, 2003. – 860 с.
Khekhauzen Kh. Motivatsyya i deyatelnost [Motivation and activities] / Kh. Khekhauzen. – 2-e izd. – SPb. : Piter ; M. : Smysl, 2003. – 860 s.
7. Циринг Д. А. Психология личностной беспомощности : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Д. А. Циринг ; Томск. гос. ун-т. – Томск, 2010. – 43 с.
Tsiring D. A. Psikhologiya lichnostnoy bespomoshchnosti [Psychology of the Personal helplessness] : avtoref. dis. ... d-ra psikhol. nauk : 19.00.01 / D. A. Tsiring ; Tomsk. gos. un-t. – Tomsk, 2010. – 43 s.
8. Seligman M. E. P. Helplessness: on depression, development, and death / M. E. P. Seligman. – New York : W. H. Freeman, 1992. – 250 p.
9. Hiroto D. S. Generality of learned helplessness in man / D. S. Hiroto, M. E. P. Seligman // Journal of Personality and Social Psychology. – 1975. – Vol. 31. – P. 311–327.
10. Mikulincer M. The conceptualization of helplessness: II. Laboratory correlates of the phenomenological definition of helplessness / M. Mikulincer, T. Caspy // Motivation and Emotion. – 1986. – Vol. 10. – P. 279–294.