

Заклад вищої освіти «Український католицький університет»

Факультет наук про здоров'я

Кафедра психології та психотерапії

Магістерська робота

**ПЕРЕЖИВАННЯ СОРОМУ ОСОБАМИ З ДИТЯЧИМ ТРАВМАТИЧНИМ
ДОСВІДОМ: РОЛЬ ЕМОЦІЙНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ**

Виконала: студентка 6 курсу,

групи ЗПП-20М

спеціальності 053

Психологія освітньої програми

«Клінічна психологія з основами психодинамічної терапії»

Алейнікова Катерина Федорівна

Керівник: к. пс. н. Широка А.О.

Рецензент: _____

Львів – 2022

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ I ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПРОБЛЕМИ.....	8
1.1. Переживання сорому: поняття, причини, зв'язок з різними показниками психічного здоров'я.....	10
1.2. Зв'язок сорому та дитячого травматичного досвіду.....	14
1.3. Роль емоційної регуляції, як посередника між дитячим травматичним досвідом та переживанням сорому.....	16
1.4. Теоретична модель та гіпотези дослідження	18
Висновки до першого розділу.....	19
РОЗДІЛ II МАТЕРІАЛИ ТА ПРОЦЕДУРИ ДОСЛІДЖЕННЯ	21
2.1. Етапи дослідження	21
2.2. Методи дослідження.....	23
2.3. Група досліджуваних.....	28
2.4. Аналіз даних.....	29
Висновки до другого розділу.....	30
РОЗДІЛ III РЕЗУЛЬТАТИ ТА ДИСКУСІЯ.....	31
3.1 Взаємозв'язок між переживанням сорому та дитячим травматичним досвідом.....	31
3.2 Взаємозв'язок між переживанням сорому та емоційною регуляцією.....	33
3.3 Роль труднощів емоційної регуляції як посередника між дитячим несприятливим досвідом та переживанням сорому	35
3.4 Роль різних навичок емоційної регуляції як посередника між дитячим несприятливим досвідом та переживанням сорому	37
3.5 Роль різних стратегій когнітивної емоційної регуляції як посередника між дитячим несприятливим досвідом та переживанням сорому	37

3.6. Дискусія результатів.....	38
3.7. Обмеження та перспективи дослідження.....	40
Висновки до третього розділу.....	41
ВИСНОВКИ.....	42
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	44
ДОДАТКИ.....	49

ВСТУП

Сором – це пов’язана з самоусвідомленням неприємна емоція властива більшості індивідів. Деякі дослідники відносять сором до базових, вроджених емоцій, що сприяли виживанню (Gilbert, 2000), а інші описують сором як похідну від емоцій огиди, гніву чи смутку (Lewis, 1992; Tangney, 1996). Сором часто виникає у міжособистісній взаємодії (Barrett, 1995), або ж є наслідком вродженого бажання бути привабливим для інших (Gilbert, 1997). Інтенсивність реакції сорому часто пов’язують з якістю дитячо-батьківських стосунків, зокрема дитячим травматичним досвідом: припускається, що чим більше насильства переживала дитина у стосунках з батьками, тим інтенсивнішою в неї буде реакція сорому. У дослідженнях вдалося показати, що існує зв’язок між соромом та досвідом сексуального насильства (Feiring & Taska, 2005; Negrao, Bonnan, & Trickett, 2005), фізичного насильства (Bennett, Sullivan, & Lewis, 2005; Stuewig & McCloskey, 2005), зневаги (Bennett et al., 2005) та загалом проявами насильства у сім’ї (Faccini & Gazzillo, 2020, Negrao & Bonann, 2005, Stuewig & McCloskey, 2005). Дослідники вказують на те, що переживаючи досвід насильства індивід відчуває себе менш захищеним, а відтак менш вільним/спонтанним у вираженні своїх емоцій, потреб чи думок (Faccini F., Gazzillo F., Gorman B., 2020). Також окремі види насильства, як от емоційне та сексуальне насильство, супроводжуються осудом та критикою на адресу дитини, що також позначається на переживанні сорому (Kim, Talbot, Cicchetti, 2009).

Таким чином під впливом дитячого травматичного досвіду з’являється надмірна критика до себе, очікування осуду від інших, пошук підтвердження свого «недо», а разом з тим, сором та злість за власну безпорадність перед цими відчуттями. Як зазначає Кауфман, це відчуття безпорадності стає переживання інтенсивного сорому, який поширюється на всі сфери життя індивіда (Kaufmann, 1989).

Попри численні закордонні дослідження сорому в контексті емоцій людини та дитячого травматичного досвіду, існує брак досліджень, в яких відображений

зв'язок сорому та здатності до емоційної регуляції. У вітчизняних працях питання сорому розглядається здебільшого через соціальні аспекти, похідні сорому, такі як сором'язливість, соромливість (Бондарчук, 2020; Коваленко, Грищук, 2019) і залишається досить мало відомо про зв'язок між соромом та несприятливим дитячим досвідом, зокрема і в контексті емоційної регуляції особистості. Такі обмеження вітчизняних досліджень пов'язані і з нестачею психодіагностичних інструментів. Відтак **метою** цього дослідження стало визначення зв'язку між соромом та дитячим несприятливим досвідом в контексті здатності особи до емоційної регуляції. **Об'єкт** дослідження: сором; **предмет** дослідження – особливості переживання сорому особами з дитячим травматичним досвідом в залежності від їхньої здатності до емоційної регуляції.

Завдання дослідження

1. Проаналізувати підходи до розуміння сорому в контексті дитячого травматичного досвіду; визначити можливий зв'язок між соромом та здатністю до емоційної регуляції

2. Підібрати психодіагностичний інструментарій для визначення показників схильності до переживання сорому, дитячого травматичного досвіду та особливостей емоційної регуляції

3. Визначити роль емоційної регуляції у переживанні особами сорому, встановити особливості зв'язку між соромом та емоційною регуляцією

4. Окреслити основні напрямки психологічної допомоги у роботі з особами, що мають виражене переживання сорому та переживали травматичний досвід у дитинстві.

Гіпотези роботи. У **1 гіпотезі** цієї роботи припускається, що пережитий особою дитячий травматичний досвід виступає предиктором переживання нею інтенсивнішого сорому в дорослому віці. У **2 гіпотезі** припускається, що особливості емоційної регуляції особи виступають предикторами інтенсивності переживань нею сорому. **3 гіпотеза** виражає припущення про те, що різні навички емоційної регуляції, якими володіє особа, виступають посередником

між пережитим нею дитячим травматичним досвідом та інтенсивністю сорому у дорослому житті.

Методи роботи. В роботі використовувались шкали **зовнішнього та внутрішнього сорому** (The External and Internal Shame Scale; Ferreira, Matos, 2020) для розкриття вираженості в людини переживання сорому. Для кращого розуміння ролі емоційної регуляції на переживання людиною сорому в даному дослідженні були використані: **Опитувальник дитячого травматичного досвіду** (Child trauma questionnaire, short form; Bernstein, Ahluvalia, Pogge, Handelsman, 1993-1994); **Опитувальник навичок емоційної регуляції** (Emotion Regulation Skills Questionnaire; Grant, Salsman, Berking, 2018); **Опитувальник когнітивної емоційної регуляції** (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire; Garnefski, Kraaij, 2007); **Шкали труднощів емоційної регуляції** (Difficulties in Emotion Regulation Scale, DERS-18; Victor, Klonsky, 2016)

За для обробки даних та перевірки поставлених гіпотез були використані такі методи статистичного аналізу як кореляційний, регресійний та множинний регресійний аналіз.

Група досліджуваних. У дослідженні взяло участь 111 респондентів, віком від 18 до 60 років. Більшість вибірки склали саме жінки (близько 93%). Найбільш представленою була група досліджуваних віком від 18-ти до 25 років (43 особи).

За словами Брене Браун, *чим менше ми говоримо про сором, тим більше в нас його є* (Brene Brown, 2012). А дослідження показують, що інтенсивна реакція сорому має зв'язок з багатьма іншими проблемами, зокрема, депресією та тривогою (Cunha et al. 2012, 2017; Muris et al., 2018; Paulus et al. 2016), гіршою психологічною гнучкістю та надмірним потягом до їжі (Mendes, Canavarro, Ferreira, 2021). Також відомо, що саме через сором особи схильні відкладати звернення за фаховою допомогою (Gilbert, 2017). У психотерапії мором спонукає клієнтів приховувати та не повідомляти особисту інформацію, зокрема про минулі травми, поведінку, емоції чи фантазії. Відтак дослідження сорому та

різних його причин дозволяють висловлюватися про нього у публічному просторі, полегшувати переживання осіб, перевантажених цією емоцією, та послаблювати інші наслідки, які має сором на психосоціальне функціонування індивіда. Результати цього дослідження можуть бути поштовхом для психологічної просвіти та слугувати підґрунтям для роботи з соромом у психологічному консультуванні та психотерапії.

РОЗДІЛ І ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПРОБЛЕМИ

1.1. Переживання сорому: поняття, різновиди та зв'язок з різними показниками психічного здоров'я

Переживання сорому та його відмінність від провини

Відомий дослідник теорії емоцій Томкінс писав, що страх від ризику можливої смерті є кращим, ніж глибоке відчуття приниження від власного боягузтва (Tomkins, 1962). Сором – це сильна соціальна емоція. Майкл Левіс описує сором як реакцію на оцінку власних дій відповідно до певних стандартів, правил та цілей (Michael Lewis, 1992). Така реакція супроводжується бажанням сховатися та зникнути. Фізіологічна реакція сорому часто супроводжується почервонінням обличчя та пітливістю, що окрім адаптації до змінного навколишнього середовища, виражає і моральні переживання особи. Левіс зауважує, що в стані сорому особа може відчувати щось подібне до паніки: вона прагне сховатися, втекти, але водночас відчуває себе паралізованою (Lewis, 1988).

Переживаючи сором людина відчуває себе неповноцінною, неспроможною, меншовартісною в очах інших (Lewis, 1992). Як наслідок, сором стає перешкодою у створенні нових соціальних зв'язків. Гехерт Пірс (Gehert Pierce, 1953) припускав, що за переживанням сорому стоїть страх покинутості, або, як зазначав автор, смерті від емоційного голоду. Нортроп (Northrop, 2012) продовжуючи цю тезу пише, що у випадку сорому під впливом соціальної стигми соціальна смерть і фактична смерть неминуче збігаються. Але страх бути осоромленим переживається особою інтенсивніше, ніж загроза фізичного болю або навіть ризик смерті.

Цікавим є дослідження Натансона (Nathanson, 1997), з умовною назвою «Компас сорому», де сором розглядається як набір ознак: відчуження (ізоляція від інших, приховування), атаки на себе (самоприниження, мазохізму), уникнення (заперечення, зловживання наркотиками та алкоголем, відволікання

через пошук гострих вражень), атаки на інших (звинувачення, вербальній чи фізичній агресії). Але існують і інші поведінкові ознаки сорому, такі як пошук надмірного задоволення, зарозумілість і переживання власної грандіозності (Sanderson, 2015).

Найчастіше сором пов'язаний з самоусвідомленням власної зовнішності, расової приналежності, зросту чи ваги, компетентності, соціальних навичок, етичних норм, цінностей, сексуальності та інтимності, влади та соціальної ефективності, особистих переконань та релігійної приналежності (Nathanson, 1994). Загалом зовнішній вигляд тіла вважається чи не основним джерелом переживання особою сорому, неповноцінності та небажаності (Andrews, 2002; Gilbert, Miles, 2002; Lamarche, Ozimok, Gammage & Muir, 2017), відтак реакція сорому часто може бути помітною у тому, як особа переживає власну зовнішність.

Сором, часто плутають з почуттям провини, однак, на відміну від провини, він спрямований на почуття дефективності цілої особистості, а не лише реакцією на конкретний вчинок (Tangney, 1998). Вважається, що особи, які переживають сором, почуваються незахищеними і прагнуть приховати частини свого Я (Eisenberg 2000; Niedenthal et al. 1994). У теорії класичного психоаналізу переживання провини вважається доступнішим для опрацювання, аніж сором, оскільки воно чіткіше відображає внутрішньопсихічний конфлікт між потягами та внутрішніми заборонами, та спонукає пацієнта до саморозкриття. Сорому ж, з іншого боку, притаманні переживання дефективності, неадекватності та знецінення самого себе, тим самим призводячи до відсторонення та приховування цих аспектів у психотерапії. Як зазначає Моррісон, для того, щоб полегшити переживання провини, важливо пробачити собі якийсь конкретний вчинок, а для того, щоб звільнитись від сорому, необхідно навчитись приймати свою особистість в цілому (Morrison, 1984). Тобто об'єктом сорому найчастіше виступає сама особистість, і те, як інші сприймають її, при цьому виражатися

сором може по-різному: як збентеження, приниження, засмучення, пригнічення чи переживання меншовартості (Giner-Sorolla, 2015; Tracy та ін., 2007).

У наукових джерелах описано дві теорії походження сорому: *сорому як вродженої емоції*, властивої особі з перших днів життя; як набутої реакції у процесі взаємодії з іншими. Гілберт (Gilbert, 1997) припускав, що сором є наслідком вродженого бажання людини бути привабливою для інших. На думку автора, привабливість є одним із тих чинників, який визначає соціальний статус особи, а сором є емоційною реакцією на втрату привабливості та супутню втрату соціального статусу, а відтак і певної мережі соціальних взаємин. Натансон (Nathanson, 1994) так само вважає сором вродженою емоцією. Втім припускає, що сором є базовою реакцією на відсутність уваги з боку значимих дорослих: сором проявляється тоді, коли всі намагання дитини отримати увагу ігноруються дорослими. Існують дослідження, які показують, що діти починають переживати сором лише досягаючи певної когнітивної здатності, що дозволяє їм розуміти себе та розуміти важливість дотримання соціальних правил (Emde, Johnson, & Easterbrooks, 1987; Lewis, Sullivan, Stanger, & Weiss, 1989). Також досліджено, що у переживанні сорому існує вікова динаміка: інтенсивність переживання сорому збільшується до підліткового віку, а пізніше починає знижуватися, досягаючи найнижчої точки приблизно у віці 50 років (за результатами когортного мета-аналітичного дослідження Ort, Robins та Soto, 2010). Ряд інших авторів вважають, що такі переживання як *сором, провина та гордість не є вродженими* (Lagattuta & Thompson, 2007; M. Lewis, 1995, 2000; Tangney & Dearing, 2002), оскільки вони залежать від певних когнітивних передумов (Stipek, 1995). Як і уявлення дитини про себе, які формуються з віком, переживання сорому починають проявлятися лише у віці від 18 до 24 місяців (M. Lewis, 2007). До цього віку діти переживають радість і щастя, інші базові емоції, але не емоції самооцінки, такі як сором чи гордість (Stipek, 1995).

Незалежно від того, чи сором є вродженою реакцією, чи набутою у ранньому дитинстві, припускається, що сором у первісної людини сприяв

розвитку почуття власної гідності, виконував регуляторну функцію в статевих стосунках, та відігравав одну з найголовніших ролей у розвитку навичок і вмінь, необхідних для виживання індивіда у спільноті (Gilbert, 1998). Річ у тому, що виживання в процесі еволюції, передусім, залежало від здатності подолати численні складні соціальні проблеми, зокрема забезпечити групову співпрацю; безперебійне функціонування групи, вирішити питання внутрішньогрупової та міжгрупової конкуренції. Такі потреби сприяли еволюції особливого набору емоцій, спрямованих на полегшення досягнення соціальних цілей. Таким чином у осіб розвинулася здатність контролювати й реагувати на те, що інші думають про них (Gilbert, 2007, Sedikides & Skowronski, 1997).

Відтак ряд авторів вважають, що в основі переживання сорому знаходиться страх, пов'язаний з соціальним відстороненням (Gilbert, 1998; Schnitzer, Tubi, Cosmedes, та ін., 2016). Є дослідження, які доводять, що переживання відсторонення від спільноти та сорому мають подібні нейрофізіологічні шляхи, як і біль (Cross, Berman, Smith & Wager, 2011). Хоча також відомо, що існують фізіологічні відмінності між гострим і хронічним досвідом сорому (Chen, Wolf & Miller, 2008).

Хоча дослідники вивчають сором як нормативну реакцію, увагу психотерапевтів привертає саме патологічний аспект сорому. У психотерапевтичній літературі сором описують як виснажливу емоцію, в якій Я розглядається як об'єкт насмішок, презирства або відрази (Harder & Lewis, 1986). Юнгіанський аналітик, доктор філософії Маріо Якобі пов'язує сором з комплексом неповноцінності. Він пояснює це тим, що певні частини особистості оцінюються як невартісні (огидні, безталанні, непопулярні тощо), що супроводжується сильними переживаннями невдоволення собою, навіть ненависті до себе (Якобі, 2001). Cozollino (2016) описує сором як внутрішню впевненість у власній неповноцінності, поєднану зі страхом приниження. У таких випадках автори пишуть про «токсичний» (Silvan S. Tomkins in Demos, 1995) або

хронічний сором (DeYoung, 2015). Такий сором пронизує усю особистість і переростає у повторювану, складну і руйнівну емоцію, пов'язану з тривогою, переживанням меншовартості та негативним діалогом з собою. Це, в свою чергу, впливає на здатність вирішувати проблеми, досягати поставлених цілей, та почувати себе значимим (Scheff, 2000, 2003; Colman, Thompson (2002).

Хронічний сором не є однофакторним конструктом, зокрема ряд авторів виокремлюють зовнішній та внутрішній сором. Переживаючи **зовнішній сором**, людина концентрує увагу на тому, як інші сприймають її. Наприклад, у своєму дослідженні Кун та Ферейра (Cunha, Ferreira, 2021) для оцінки зовнішнього сорому пропонують такі твердження: *Інші люди вважають мене гірим/гіршою за них*, або *Інші люди віддалялися від мене або вилучали зі стосунків*. Натомість для переживання **внутрішнього сорому** характерне, що особа — концентрує увагу на собі, власній самооцінці та самокритиці. (Gilbert, 1992, 1998, 2007; Giner-Sorolla, 2015). Для оцінки внутрішнього сорому Кун та Ферейра (Cunha, Ferreira, 2021) пропонують такі твердження: *Як людина я нічого не вартий/-а*, або *В мені немає нічого цікавого*.

У дослідженнях саме внутрішній сором пов'язують з різними проблемами психічного здоров'я. Внутрішній сором вимагає певного самосприйняття, оцінки себе як насправді «непривабливого», а не просто нездатного досягти певного стандарту (Gilbert, 1992, 1997, 1998). Як зазначає Огілів, йдеться не про віддаленість від бажаного «Я», а про близькість до небажаного та непривабливого (Ogilvie, 1987). Таке переживання лежить в основі різних проблем психічного здоров'я, включаючи депресію (Gilbert, 2013), тривогу (Muris et. al, 2015; Shahar et. al., 2015) і соціальну тривогу (Arditte et al. 2016). Також відомо, що сором відіграє ключову роль у розладах, пов'язаних зі сприйняттям власного тіла, таких як дисморфічний тілесний розлад (Parker, 2003), виникнення та підтримання розладів харчової поведінки (Goss and Allan, 2009; Duarte et al. 2015; Levinson et al. 2016). Також помічено, що особи, які відчувають сором у стресових ситуаціях, мають тенденцію міркувати про

негативні аспекти себе (Orth et al. 2006) та використовують стратегію уникнення важких переживань на противагу прийняття та неосудного ставлення до себе (De Rubeis, Hollenstein, 2009). Сором також пов'язаний зі схильністю переживати менше емпатії як до себе, так і інших (Grille, 2014), також його вважають центральним рушієм таких складних видів поведінки, як агресія та самоушкодження (Gilligan, 1996).

Хоча більшість тих, хто бореться з почуттям сорому, безпосередньо не вдаються до насильства, разом з цим було помічено, що багато насильницької поведінки виникає через переживання особою сорому на соціального відсторонення. Так, було помічено, що шкільний булінг вчиняють особи, які переживають болісний досвід сорому через соціальне відсторонення (Bath, 2019). Сором і соціальне відсторонення також є поширеними темами в історіях терористів-смертників (Bath, 2019). А Джеймс Гілліган (1997), видатний психіатр і дослідник насильства в США, зауважував, що практично всі акти насильства у його практиці були спровоковані досвідом переживання сорому, приниження, висміювання, і відображали спробу позбутися цього переживання (Gilligan, 1997).

Також існують дані про те, що переживання сорому може посилювати наслідки пережитих раніше травматичних подій. Наприклад, після пережити травматичних подій протягом наступного року симптоми посттравматичного стресового розладу частіше розвивалися у дітей з вищими показниками сорому (Feiring et al., 2002). А після пережитого у дитинстві сексуального насильства міжособистісні конфлікти з чоловіками мали саме ті жінки, які переживали інтенсивніший сором (Kima, Talbot, Cicchetti, 2009 *Child Abuse & Neglect* 33 (2009) 362–371).

Цікаво, що не лише переживання актуального сорому, але і ранні спогади про сором пов'язані з депресивною симптоматикою у дорослому віці (Matos & Pinto-Gouveia, 2010; Matos, Pinto-Gouveia, & Duarte, 2012; Matos et al., 2013; Pinto-Gouveia та ін., 2013; Pinto-Gouveia & Matos, 2011). Найчастіше спогади про

сором пов'язані з образом власного тіла. Відтак жінки та чоловіки, в яких були симптоми переїдання та негативного сприйняття власного тіла мали високу самокритику, почуття неадекватності та навіть ненависті до себе (Ferreira et al., 2014; Matos et al., 2015; Matos & Pinto-Gouveia, 2010; Matos et al., 2012; Pinto-Gouveia & Matos, 2011). Особливо сильним зв'язок був характерним для групи жінок (Duarte, Pinto-Gouveia & Ferreira, 2014).

1.2. Зв'язок сорому та дитячого травматичного досвіду

Інтенсивність і вираженість сорому залежить від багатьох чинників, а саме: культури, походження, сімейного досвіду, особистісних змінних та безпосередньої ситуації, в якій опинилася особа (Nathanson, 1994). Дитячий травматичний досвід також розглядають як один з вагомих чинників сорому в дорослому віці.

Переживання травми та сорому мають спільні риси, особливо якщо мова йде про дитячий травматичний досвід. Як зауважив Бессель ван Дер Колк (Bessel van der Kolk, 2014), в основі ранньої травми стосунків лежить відчуття відокремленості, ізоляції, відірваності від соціуму та людської раси загалом. Схожі переживання часто притаманні і особам, які переживають інтенсивний сором. І у випадку сорому, і у випадку травми відбувається втрата соціального зв'язку. Ця втрата довіри та міжособистісного зв'язку розглядається як один з найбільш значущих результатів ранньої травми (Baker & White-McMahon, 2011; Bath & Seita, 2018, Ch. 5; Freyd, 1996; Purvis, Cross, Dansereau, & Parris, 2013). Сором так само вважають проблемою стосунків між людьми (De Jang, 2015).

Переживання травматичного досвіду спонукає дитину до висновків про власну нікчемність, що закладає основу переживань нею інтенсивного сорому в подальшому житті. Як зазначає Козолліно, під впливом нехтування, жорстокого поводження, покидання з боку дорослого діти переживають «загальний сором» (Cozollino, 2016). Дитячий травматичний досвід позначається на самооцінці дитини та почутті нею власної гідності (Cicchetti, 2013; Cook et al., 2005).

Козолліно також зауважує: відсутність належного батьківства інтерпретується дитиною як відсутність власної цінності, наприклад: *«Якби я був гідний любові, мої батьки дали б мені те, що я потребуую»*. Діти, чийі бажання та емоційні потреби постійно нехтуються або пригнічуються дорослими, в рази частіше сприймають себе нікчемними та непривабливими (Cozollino, 2016). Отже, чим раніше у віці відбувається травматичний досвід, тим ймовірніше він матиме вплив на переживання хронічного сорому (Bernsten & Rubin, 2006; Pinto-Gouveia & Matos, 2011).

Серед різних форм насильства найбільш дослідженим є зв'язок між соромом та дитячим досвідом сексуального насильства. Як пишуть Фейрінг та Таска, сексуальне насильство у дитинстві може викликати глибоке переживання сорому в дорослому віці (Feiring & Taska, 2005). Як показано в одному з досліджень, значна частка жінок, які зазнавали сексуального скривдження у дитинстві, у дорослому віці окрім хронічної депресії, переживали сором власного тіла (Andrews, 1995). А Кіма з колегами (Kima, Talbot, Cicchetti, 2009) виявили, що загалом жінки, які зазнали сексуального насильства в дитинстві, частіше переживають сором.

Також у дослідженнях йдеться про травматичний вплив хронічних епізодів приниження у дитинстві, що є однією з форм емоційного або психологічного насильства. Таким чином спогади про епізоди приниження у дитинстві мають вплив на схильність до хронічного переживання сорому у дорослому віці (Ferreira et al., 2014; Matos et al., 2015; Matos & Pinto-Gouveia, 2010; Matos et al., 2012; Pinto-Gouveia & Matos, 2011).

1.3 Роль емоційної регуляції, як посередника між дитячим травматичним досвідом та переживанням сорому

Емоційну регуляцію загалом визначають як зовнішні та внутрішні процеси, відповідальні за моніторинг, оцінку і зміну емоційних реакцій (Thompson, 1994). Втім різні автори пропонують дещо відмінні бачення цього

процесу, відтак під емоційною регуляцією розуміють здатність свідомо обробляти та усвідомлювати емоції (Lischetzke & Eid, 2003), ідентифікувати та позначати свої емоційні реакції (Feldman-Barrett, Gross, Christensen, & Benvenuto, 2001), інтерпретувати правильні відчуття тіла, пов'язані з емоціями (Marchesi et al., 2005), приймати їх (Greenberg, 2002; Leahy, 2002), витримувати сильні емоційні переживання (наприклад, Kabat-Zinn, 2003), протистояти емоційно важким ситуаціям для досягнення важливих цілей (Margraf & Berking, 2005) та активно впливати негативні емоції, щоб відчувати себе краще (Catanzaro & Greenwood, 1994) (наводиться за Orth, Ulrich, 2008).

В контексті дитячого травматичного досвіду численні дослідження підтверджують його негативний вплив на здатність дитини виражати та регулювати власні емоції (Maughan & Cicchetti, 2002; Pollak, Cicchetti, Hornung, & Reed, 2000; Shipman, Zeman, Penza, & Champion, 2000). Наприклад, виявлено, що діти старшого віку, які зазнавали жорстокого поводження, порівняно з однолітками, які не мали такого травматичного досвіду, демонстрували підвищені показники агресії (Shields & Cicchetti, 1998) і замкнутої поведінки (Haskett & Kistner, 1991), що також опосередковано вказує на проблеми емоційної регуляції. Також відомо, що не лише насильство з боку батьків, але і спостереження за конфліктами між ними, позначається на гіршій здатності дітей до емоційної регуляції (Lewis, Siegel, & Lewis, 1984), спричиняє емоційну та поведінкову дисрегуляцію та подальші психопатологічні наслідки (Cummins et al., 2000).

У дослідженні Marcela Matos та José Pinto-Gouveia (2012), автори виявили, що особи, які переживали сором у дитинстві, мають тенденцію до дезадаптивної регуляції емоцій, схильні до надмірного роздумування, придушення негативних думок та відокремлення. Таким чином, опираючись на дослідження прив'язаності та соціальних стосунків (Cozolino, 2006; Gilbert, 2007; Mikulincer & Shaver, 2007), можна зробити висновок, що ці процеси вирішально впливають на розвиток системи емоційної регуляції. Натомість придушення думок і

дисоціація є процесами регулювання емоцій, які можуть виникнути внаслідок несприятливих або травматичних життєвих подій (Michael, Halligan, Clark, & Ehlers, 2007). Ці процеси регуляції емоцій, за даними деяких досліджень, також пов'язані зі схильністю до сорому (Cheung, Gilbert, & Irons, 2004; Talbot & Tu, 2004).

Також існує зв'язок між труднощами емоційної регуляції та інтенсивним або хронічним переживанням сорому. Хоча таких досліджень не вдалося ідентифікувати, втім відомо, що інтенсивність сорому часом може бути більшою, ніж особа здатна витримати, що призводить до уникнення афективного досвіду: приховування або зникнення з поля зору, порожнечі, покірності або гнівного захисту, і навіть насильства (Lewis, 1992; Tangney, Wagner, Hill-Barlow, Marschall, & Gramzow, 1996). Також в літературі описано, як сором або спогади про нього можуть викликати інтрузії, сильне емоційне уникнення, гіперзбудження, фрагментовані стани розуму та дисоціацію (Gilbert, 2002). Це опосередковано вказує на труднощі емоційної регуляції сорому, які переживають окремі особи. Відтак, інтенсивний та хронічний сором можна розглядати як локальну проблему емоційної регуляції.

Існування зв'язків між дитячим травматичним досвідом та труднощами емоційної регуляції, а також труднощами емоційної регуляції та переживаннями інтенсивного та хронічного сорому, дозволяє припустити, що здатність особи до емоційної регуляції може виступати посередником між дитячим травматичним досвідом та переживаннями сорому. Відтак, ймовірно, переживання інтенсивного та хронічного сорому сильніше залежить не від дитячого травматичного досвіду, а здатності особи до емоційної регуляції, які вона мала можливість розвинути в процесі дорослішання.

1.4. Теоретична модель та гіпотези дослідження

На рис. 1.1. представлено узагальнення досліджень, оглянутих у теоретичному розділі роботи.

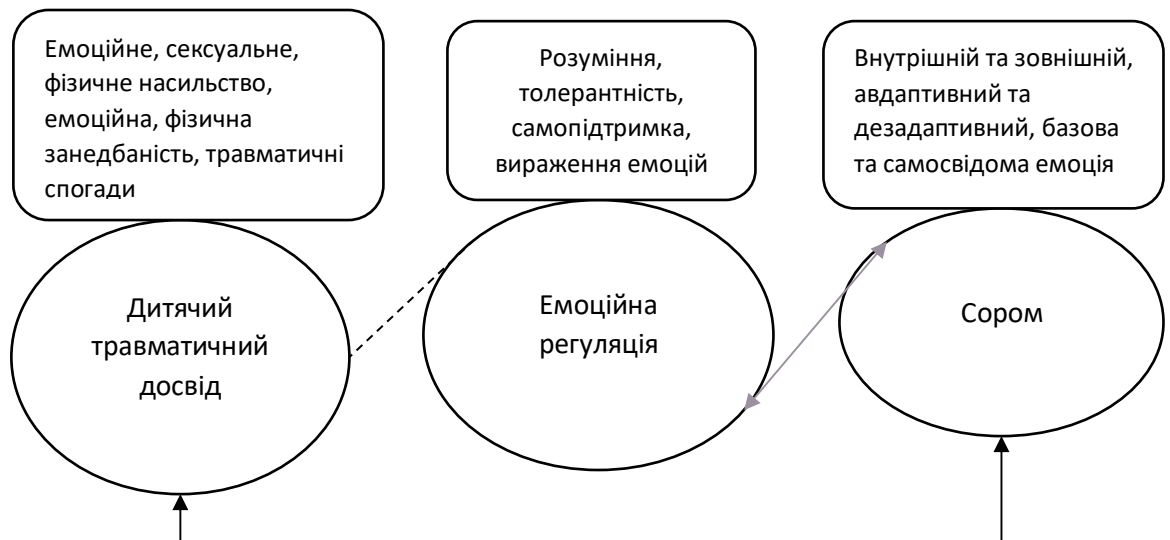


Рис. 1.1. Теоретична модель дослідження сорому в контексті дитячого травматичного досвіду та емоційної регуляції особи

Як показано на рисунку з попередніх досліджень існують докази того, що між переживаннями сорому в дорослому віці та дитячим травматичним досвідом існує зв'язок, особливо з сексуальним насильством та окремими формами емоційного насильства (Feiring, Taska, & Lewis, 1996, Gilbert, 1998, 2002). Відтак, і у **1 гіпотезі** цієї роботи припускається, що пережитий особою дитячий травматичний досвід виступає предиктором переживання нею інтенсивнішого сорому в дорослому віці.

Виходячи з результатів дослідження Матос та Пінто-Гувейя (Matos, Pinto-Gouveia, 2012) існує зв'язок між дитячим травматичним досвідом у формі приниження (присоромлення) та труднощами емоційної регуляції в дорослому віці. Це дозволяє припустити, що існує зв'язок між інтенсивністю переживання сорому та здатністю до емоційної регуляції і в дорослому житті. Відтак у **2**

гіпотезі припускалося, що особливості емоційної регуляції особи виступають предикторами інтенсивності переживань нею сорому.

Також з оглянутих джерела стало відомо, що здатність до емоційної регуляції формується під впливом різних чинників, зокрема, і дитячого травматичного досвіду (Michael, Halligan, Clark, & Ehlers, 2007), і розвинутих навичок емоційної регуляції, які в свою чергу також могли розвинутися під впливом дитячого травматичного досвіду (Cozolino, 2006; Matos, Pinto-Gouveia, 2012). Тому, у **3 гіпотезі** було сформоване припущення про те, що різні навички емоційної регуляції, якими володіє особа, виступають посередником між пережитим нею дитячим травматичним досвідом та інтенсивністю сорому у дорослому житті.

Висновки до першого розділу

На сьогоднішній день досить багато відомо про психологічне природу сорому в контексті емоційної сфери людини, особливо пік таких досліджень припав на другу половину ХХ століття. Більшість з цих досліджень є крос-секційними та експериментальними. В контексті сорому та дитячого травматичного досвіду існують дослідження мета-аналітичного та лонгітюдного дизайну. Загалом вважається доведеним, що дитячий травматичний досвід є значущим чинником проблем емоційної регуляції, що в свою чергу, може позначатися і на хронічному та інтенсивнішому переживанні сорому

Попри численні закордонні дослідження сорому в контексті емоцій людини та дитячого травматичного досвіду, існує брак досліджень, в яких відображений зв'язок сорому та здатності до емоційної регуляції. У вітчизняних працях питання сорому розглядається здебільшого через соціальні аспекти, похідні сорому, такі як сором'язливість, соромливість і залишається досить мало відомо про зв'язок між соромом та несприятливим дитячим досвідом, зокрема і в контексті емоційної регуляції особистості. Такі обмеження вітчизняних досліджень пов'язані і з нестачею психодіагностичних інструментів. Відтак

метою цього дослідження стало визначення зв'язку між соромом та дитячим несприятливим досвідом в контексті здатності особи до емоційної регуляції

РОЗДІЛ II МАТЕРІАЛИ ТА ПРОЦЕДУРИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Етапи дослідження

Матеріалом для написання цієї роботи стало проведене протягом жовтня 2021- лютого 2022 року ретроспективне крос-секційне онлайн дослідження. Враховуючи мету роботи, було заплановано декілька етапів проведення дослідження.

1. Для початку було проаналізовано наявні на сьогоднішній день теорії, що описують конструкт сорому- ключове у даному дослідженні поняття. Крім того, враховуючи, що дослідження розглядає сором у людей з дитячим травматичним досвідом, було підібрано ряд методик, що мають на меті визначення зв'язку сорому з різними видами травматичного досвіду. Також було розглянуто наявні дослідження, що пояснюють вплив емоційної регуляції на переживання людиною складних емоцій, таких як сором, а також роль емоційної регуляції в осіб, що переживали травматичний досвід. Серед розглянутих варіантів були обрані найбільш відповідні темі та меті нашого дослідження.

2. Наступний етап стосувався власне організації самого дослідження. Враховуючи доволі широку вибірку, а саме людей віком від 18 до 60 років, було визначено можливі джерела залучення респондентів. Задля цієї мети була сформована гугл-форма, запропонована до заповнення як серед студентів, так і серед інших бажаючих пройти опитування. У даній гугл-формі була представлена невелика анкета, а також питання із попередньо затверджених для опитування методик.

3. Подальшим кроком стало опрацювання зібраних даних. Дані із гугл форми були переведені у таблицю в форматі Excel. Для можливості подальшого опрацювання даних у відповідній програмі, що опрацьовує статистичні дані, текстові запитання анкети були переведені у цифровий еквівалент. Були проведені обрахунки за усіма шкалами, з врахуванням обернених тверджень. Отримані дані були розміщені у програмі Statistica 8.0.

4. Після цього відбулася безпосередня обробка отриманих даних у програмі Statistica 8.0. Першопочатково було проведено перевірку на узгодженість наявних шкал із нормальним розподілом із використанням критерію Шапіро-Вілка, а також перевірено опитувальники на відповідність психодіагностичних шкал з використанням методу Альфа Кронбаха. Задля цього були використані такі методи статистичного аналізу як кореляційний, регресійний та множинний регресійний аналіз.

2.2. Методики дослідження

Для розкриття вираженості в людини переживання сорому, однією з основних обраних методик стала **Шкала зовнішнього та внутрішнього сорому** (The External and Internal Shame Scale; Ferreira, Matos, 2020). Для кращого розуміння ролі емоційної регуляції на переживання людиною сорому в даному дослідженні були використані: **Опитувальник дитячого травматичного досвіду** (Child trauma questionnaire, short form; Bernstein, Ahluvalia, Pogge, Handelsman, 1993-1994); **Опитувальник навичок емоційної регуляції** (Emotion Regulation Skills Questionnaire; Grant, Salsman, Berking, 2018); **Опитувальник когнітивної емоційної регуляції** (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire; Garnefski, Kraaij, 2007); **Шкали труднощів емоційної регуляції** (Difficulties in Emotion Regulation Scale, DERS-18; Victor, Klonsky, 2016)

Шкала зовнішнього та внутрішнього сорому. З дозволу авторів був здійснений авторський переклад шкали українською мовою.

Ця Шкала визначає інтенсивність зовнішнього та внутрішнього сорому, який переживає особа. Загальний показник сорому особи підраховується як сума даних двох показників. Загалом шкала складається з 16 тверджень. У дослідженні Шкала використана для встановлення взаємозв'язку між соромом та дитячим травматичним досвідом. Досліджувані повинні оцінити кожне з тверджень за 5-бальною шкалою: від 0 («ніколи») до 4 («завжди»). Загальний

результат підраховується шляхом додавання усіх тверджень по шкалі. Автори опитувальника операціоналізують поняття сорому за наявністю у особи переживань власної меншовартості/неадекватності, ізоляції/відчуження, непотрібності/ пересічності, критики/осудження себе. Вищі показники вказують на інтенсивніший сором. Показники внутрішньої узгодженості тверджень Альфа Кронбаха для шкал внутрішнього, зовнішнього сорому та загального показника наведено у Таблиці 2.1 та у Додатку А.

Таблиця 2.1

Внутрішня узгодженість тверджень україномовної версії Шкали зовнішнього та внутрішнього сорому

Шкали	Альфа Кронбаха, α
Загальний показник сорому	0,88
Зовнішній сором	0,8
Внутрішній сором	0,86

Як наведено у таблиці україномовний переклад Шкали зовнішнього та внутрішнього сорому володіє значущими показниками внутрішньої узгодженості тверджень.

Опитувальник дитячого травматичного досвіду складається з 28 тверджень. У дослідженні цей опитувальник використаний для встановлення взаємозв'язку з соромом та здатністю до емоційної регуляції. Кожне твердження ранжується за 5-бальною шкалою від 1 («ніколи») до 5 («завжди»), оцінюючи частоту переживання травматичних ситуацій у дитинстві. Твердження 5,7,13,19,28,2,26 є оберненими. Загальний результат підраховується шляхом додавання усіх тверджень по шкалі. Загалом у методиці є 6 шкал: емоційне насильство, фізичне насильство, сексуальне насильство, емоційна занедбаність (обернена шкала), фізична занедбаність, мінімізація-заперечення/ідеалізація виховання. Важливо зазначити, що (6-та шкала мінімізація/заперечення не враховувалась у кореляційному та регресійному аналізі, оскільки не

стосувалась безпосередньо пережитого травматичного досвіду). Вищі показники вказують на більшу частоту відповідного травматичного досвіду в дитинстві. Опитувальник був перекладений авторами цього дослідження на українську мову, враховуючи українські мовні та культурні особливості. Показники внутрішньої узгодженості тверджень Альфа Кронбаха для опитувальника наведено у Таблиці 2.2 та у Додатку А.

Таблиця 2.2

Внутрішня узгодженість тверджень україномовної версії опитувальника Дитячого травматичного досвіду

Шкали	Альфа Кронбаха, α
Емоційне насильство	0,87
Фізичне насильство	0,85
Сексуальне насильство	0,94
Емоційна занедбаність	0,89
Фізична занедбаність	0,6
Мінімізація/заперечення	0,71

Загалом україномовний переклад Опитувальника дитячого травматичного досвіду володіє значущими показниками внутрішньої узгодженості тверджень, втім шкала фізичного занедбання потребує доопрацювання.

Шкали труднощів емоційної регуляції. Опитувальник складається з 18 тверджень. У дослідженні використаний для визначення взаємозв'язку з труднощами в емоційній регуляції та пережитим травматичним досвідом у дитинстві. Кожне твердження ранжується за 5-бальною шкалою від 1 («майже ніколи») до 4 («майже завжди»). Загальний результат підраховується шляхом додавання усіх тверджень по шкалі. Загалом у методиці є 6 шкал: нестача усвідомлення (awareness) – неуважність та нестача усвідомлення емоційних реакцій; неясність (clarity) – недостатня зрозумілість та артикульованість переживань; нездатність розрізнити відмінність між переживаннями, заплутаність у власних емоціях; неприйняття (nonacceptance) – неприйняття

своїх реакцій на дистрес, схильність мати вторинні емоційні реакції на власні неприємні переживання (незручність, сором, провину); відсутність ефективних стратегій (strategies) – нестача ефективних стратегій емоційної регуляції. особа переконана, що нічого не може зробити, щоб ефективно врегулювати свої неприємні емоції; нестача цілеспрямованості (goals) – нездатність слідувати плану діяльності, зосередитися та виконувати завдання під впливом неприємних переживань; імпульсивність (impulse) – нездатність керувати своїми імпульсами та поведінкою під впливом неприємних переживань. Вищі показники за шкалами вказують на більш виражені труднощі емоційної регуляції. Опитувальник був перекладений з англійської на українську мову, враховуючи українські мовні та культурні особливості. Показники Альфа Кронбаха для шкал Опитувальника наведені у Таблиці 2.3 та у Додатку А.

Таблиця 2.3

Внутрішня узгодженість тверджень україномовної версії опитувальника Шкали труднощів емоційної регуляції

Шкали	Альфа Кронбаха, α
Нестача усвідомлення	0,52
Неясність	0,85
Неприйняття	0,9
Відсутність ефективних стратегій	0,74
Нестача цілеспрямованості	0,89
Імпульсивність	0,88

Загалом україномовний переклад Шкали труднощів емоційної регуляції володіє значущими показниками внутрішньої узгодженості тверджень, втім шкала прийняття та самозвинувачення потребують доопрацювання.

Опитувальник когнітивної емоційної регуляції складається з 36 тверджень. У дослідженні використаний для визначення здатності досліджуваних до усвідомлення власних емоційних реакцій на неприємні події. Кожне твердження ранжується за 5-бальною шкалою, де 1 («майже ніколи»), 5 («майже завжди»). Загальний результат підраховується шляхом додавання усіх тверджень по шкалі. Загалом у методиці є 8 шкал: прийняття – примирення з тим, що сталося; румінація – надмірне зосередження на власних думках та переживаннях, пов'язаних з ситуацією; позитивне рефокусування – вміння подумати про щось більш приємне; рефокусування на планування – осмислення того, які кроки потрібно здійснити для вирішення ситуації; позитивна переоцінка – присвоєння позитивного змісту подіям з точки зору особистісного зростання; бачення ситуації у перспективі – прагнення зменшити значення певної події у порівнянні з іншими подіями; катастрофізація – наголошення на жахливості того, що відбувається; звинувачування інших – думки про те, що інші винні у тому, що відбувається. Вищі показники свідчать про вираженість того чи іншого виду реагування на негативні події. Опитувальник був перекладений з англійської на українську мову, враховуючи українські мовні та культурні особливості. Показник Альфа Кронбаха наведений у Таблиці 2.4 та Додатку А.

Таблиця 2.4

Внутрішня узгодженість тверджень україномовної версії опитувальника Когнітивної емоційної регуляції (Garnefski, Vivian Kraaij, 2007)

Шкали	Альфа Кронбаха, α
Прийняття	0,63
Самозвинувачення	0,67
Румінація	0,81
Позитивне рефокусування	0,84
Рефокусування на планування	0,64

Позитивна переоцінка	0,83
Бачення ситуації у перспективі	0,77
Катастрофізація	0,76
Звинувачення інших	0,76

Загалом україномовний переклад Шкали труднощів емоційної регуляції володіє значущими показниками внутрішньої узгодженості тверджень, втім шкала прийняття та самозвинувачення потребують доопрацювання.

Опитувальник навичок емоційної регуляції складається з 28 тверджень. У дослідженні використаний для визначення поточного емоційного стану досліджуваних та їх потенційної здатності до емоційної регуляції. Кожне твердження ранжується за 5-бальною шкалою, де 0 («зовсім ні»), 4 («майже весь час»). Досліджуваним пропонується оцінити власні емоційні переживання за останній тиждень. Загальний результат підраховується шляхом додавання усіх тверджень по шкалі. Загалом у методиці є 9 шкал: усвідомлення (awareness) - здатність усвідомлювати свої емоції, відчуття (sensation) - здатність усвідомлювати свої тілесні відчуття, пов'язані з переживаннями, ясність (clarification) - здатність визначити та точно назвати свої переживання, розуміння (understanding) - здатність розуміти, що спричиняє та підтримує ті чи інші переживання, модифікація (modification) - здатність вплинути на свої переживання, прийняття (acceptance) - здатність приймати неприємні переживання, толерантність (tolerance) - здатність витримувати сильні неприємні переживання, готовність діяти (readiness to confront) - здатність досягати важливих цілей всупереч емоційному дискомфорту, самопідтримка (self-support) - здатність у стресових ситуаціях надавати собі ефективну самопідтримку. Вищі показники свідчать про вираженість тієї чи іншої навички, наведеної у шкалі. Опитувальник був перекладений з англійської на українську мову, враховуючи українські мовні та культурні особливості. Показник Альфа Кронбаха за шкалами наведений у Таблиці 2.5. та Додатку А.

Таблиця 2.5

**Внутрішня узгодженість тверджень україномовної версії опитувальника Навичок
емоційної регуляції**

Шкали	Альфа Кронбаха, α
Усвідомлення	0,72
Відчуття	0,8
Ясність	0,87
Розуміння	0,87
Модифікація	0,75
Прийняття	0,59
Толерантність	0,84
Готовність діяти	0,8
Самопідтримка	0,72

Загалом україномовний переклад Шкали труднощів емоційної регуляції володіє значущими показниками внутрішньої узгодженості тверджень, втім шкала прийняття та самозвинувачення потребують доопрацювання.

2.3. Група досліджуваних

У дослідженні взяли участь 111 осіб віком від 18 до 60 років: 103 учасниці жіночої статі та 7 учасників чоловічої статі, 1 учасник вказав у полі «Стать» «небінарна». Найбільш представленою була вікова група 18- 25 р. (43 особи).

Таблиця 2.6

Характеристика групи досліджуваних

Група	N	Чоловіча N%	Жіноча N%	Небінарна N%	Віковий діапазон
-------	---	----------------	--------------	-----------------	---------------------

Дорослі особи	111	7 (6%)	102 (93%)	1 (1%)	18-60
--------------------------	-----	--------	-----------	--------	-------

У дослідженні переважали особи жіночої статі (93%).

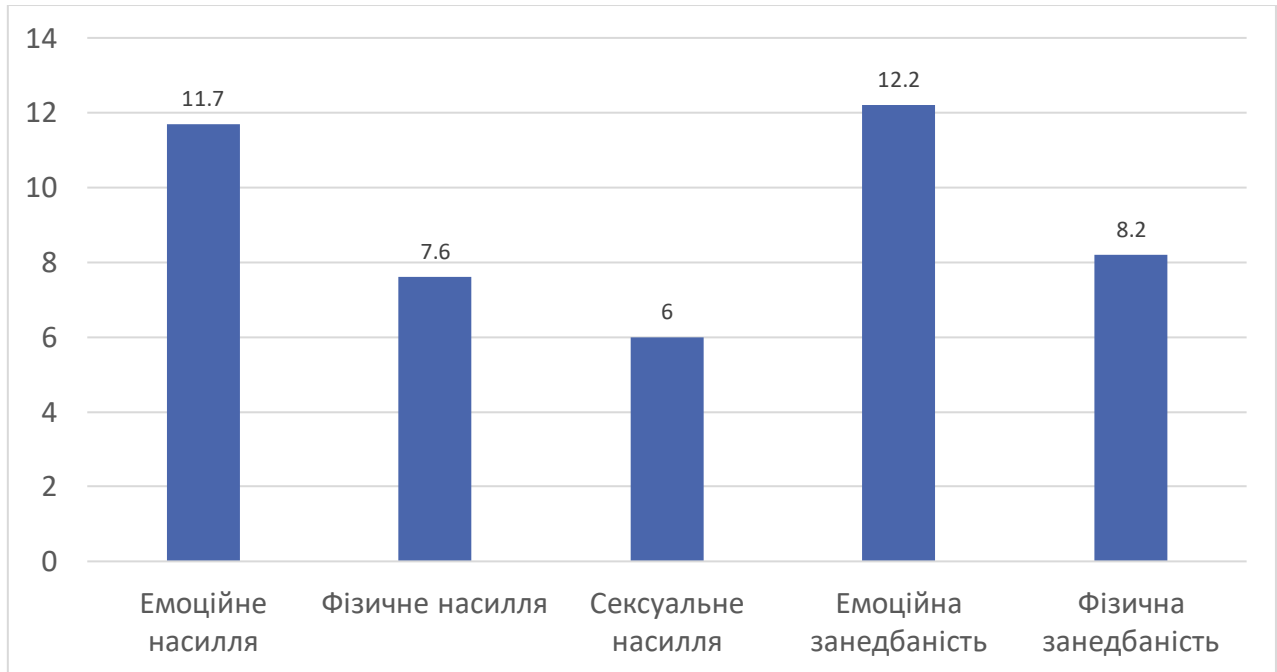


Рис. 2.1. Розподіл досліджуваних за пережитим дитячим травматичним досвідом

Визначивши середнє значення за шкалами дитячого травматичного досвіду, було виявлено, що серед досліджуваної групи переважали особи з досвідом емоційного занедбання та емоційного насильства.

2.4. Аналіз даних

Для опрацювання даних використовувалась статистична програма Statistica 8.0. Спочатку розподіл за шкалами дослідження був перевірений на узгодженість з нормальним за критерієм Шапіро-Вілкса (Додаток Б). Більшість шкал дослідження не мали нормального розподілу ($p < 0,05$), відтак для перевірки гіпотез було обрано непараметричні критерії. Для перевірки кореляційної гіпотези було використано непараметричний критерій Спірмана, а для визначення предикторів – регресійний аналіз. Незалежними змінними

виступали шкали сорому; а незалежними – шкали травматичного досвіду та емоційної регуляції. Для визначення того, чи може емоційна регуляція виступати посередником між дитячим травматичним досвідом та соромом було використано процедуру регресійного аналізу, рекомендовану Бароном та Кенні (Baron and Kenny, 1986).

Висновки до другого розділу

Проведене дослідження мало ретроспективний, крос-секційний дизайн. Основними етапами були вивчення теоретичних напрацювань з проблематики сорому, травматичного досвіду та емоційної регуляції, пошук відповідних методик, які б найкраще підходили до мети дослідження, адаптація обраних методик до україномовної версії, проведення онлайн-опитування серед досліджуваних віком від 18-ти до 60-ти років, та опрацювання отриманих результатів, перевірка поставлених гіпотез. У дослідженні були використані: методика на визначення схильності до переживання зовнішнього та внутрішнього сорому (Cláudia Ferreira, Marcela Matos, 2020), опитувальник дитячого травматичного досвіду (Bernstein DP; Ahluvalia T; Pogge D; Handelsman L, 1993-1994), опитувальник навичок емоційної регуляції (Grant, ISalsman, Berking, 2018), когнітивної емоційної регуляції (Garnefski, Vivian Kraaij, 2007), та шкали труднощів емоційної регуляції (Sarah E. Victor & E. David Klonsky (2016)). У дослідженні взяли участь 111 осіб віком від 18-ти до 60 років, більшість з яких жінки. Найбільш представленою була вибірка у віковому діапазоні 18-25 років. Усі методики пройшли перевірку на надійність з визначенням критерію α -Кронбаха (для більшості шкал методик α -Кронбаха була в діапазоні 0,8-0,9), а також шкал було перевірено на нормальність розподілу за критерієм Шапіро-Вілска. Перевірка поставлених гіпотез здійснювалась за допомогою кореляційного та регресійного аналізів, а також процедури регресійного аналізу за Бароном та Кенні (Baron and Kenny, 1986).

РОЗДІЛ III РЕЗУЛЬТАТИ ТА ДИСКУСІЯ

3.1. Роль дитячого травматичного досвіду у переживанні сорому в дорослому віці

У роботі припускалося, що пережитий особою дитячий травматичний досвід виступає предиктором переживання нею інтенсивнішого сорому в дорослому віці. Результати кореляційного та регресійного аналізу перевірки цієї гіпотези наведено у Додатку В.

Таблиця 3.1

Кореляційний аналіз шкал сорому та травматичного досвіду

	Емоційне наси́льство	Фізичне наси́льство	Сексуальне наси́льство	Емоційна за́недба́ність	Фізична за́недба́ність
Сором	0,36			0,33	0,24
Зовнішній сором	0,35	0,19		0,37	0,27
Внутрішній сором	0,30			0,24	

$p \leq 0,05$

Попередні результати кореляційного аналізу вказали на те, що між більшістю шкал сорому та дитячого травматичного досвіду існують значущі зв'язки (r в межах 0,19-0,37, $p \leq 0,05$) (Таблиця 2.7). У даній групі досліджуваних найсильніший зв'язок сорому (як внутрішнього, так і зовнішнього) виявився з емоційним насильством (0,36) та емоційною занедбаністю (0,33). Кореляція зовнішнього та внутрішнього сорому на рівні 0,56, що вказує на близькість, втім емпірично відмінність теоретичних конструктів зовнішнього та внутрішнього сорому.

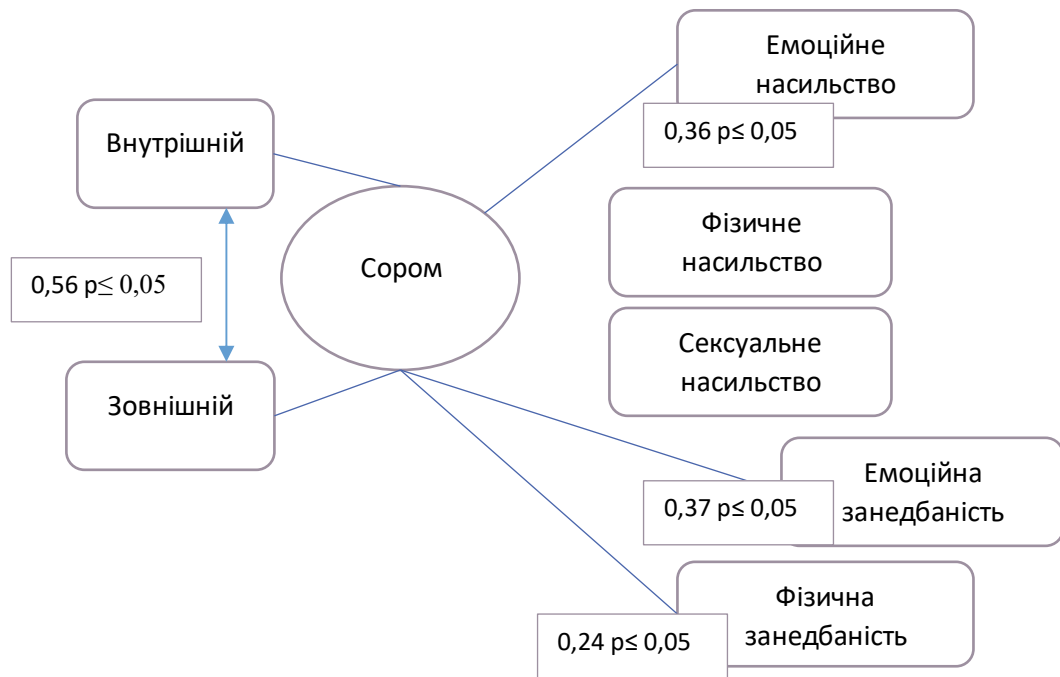


Рис. 3.1. Зв'язок між соромом та дитячим травматичним досвідом

Відтак в регресійному аналізі в якості залежної змінної було використано всі шкали сорому по черзі, а в якості незалежних змінних – шкали дитячого травматичного досвіду.

Результати регресійного аналізу показали, що сила зв'язку між соромом та всіма шкалами дитячого травматичного досвіду $R=0,38$. **Досвід емоційного насильства у дитинстві виступає найбільш значущим предиктором сорому в дорослому віці.** Втім, це далеко не єдиний і, ймовірно, не основний предиктор сорому, оскільки коефіцієнт детермінації $R^2=0,14$, $p>0,05$ (Рис. 3.2).

Відтак гіпотеза про те, що пережитий особою дитячий травматичний досвід визначає переживання нею інтенсивності сорому в дорослому віці підтвердилась частково, зокрема з'ясовано, що значущим предиктором сорому виступає дитячий досвід емоційного скривдження.



Рис 3.2. Дитячий травматичний досвід як предиктор сорому: результати регресійного аналізу

3.2 Взаємозв'язок між переживанням сорому та емоційною регуляцією

У другій гіпотезі роботи припускалося, що особливості емоційної регуляції особи, а саме (когнітивної емоційної регуляції, труднощі емоційної регуляції, навички емоційної регуляції) до певної міри зумовлюють інтенсивність переживань нею сорому. Для перевірки цієї гіпотези були використаний попередній кореляційний аналіз 27-ми шкал емоційної регуляції та 3 шкал сорому, результати якого наведено у Таблиці 3.3 та у Додатку Г

Таблиця 3.3

Кореляційний аналіз шкал сорому та емоційної регуляції

	Неясність	Неприйняття	Відсутність стратегій	Нестача цілеспрямованості	
Сором	0,43	0,53	0,43	0,41	
	Ясність	Розуміння	Модифікація	Толерантність	Самопідтримка
Сором	-0,35	-0,41	-0,47	-0,52	-0,36

В результаті проведеного кореляційного аналізу, найбільш значущі прямі зв'язки було отримано між шкалами сорому та шкалами «неясність», «неприйняття», «відсутність стратегій», «нестача цілеспрямованості», натомість обернені – зі шкалами «ясність», «розуміння», «модифікація», «толерантність», «самопідтримка».

Наступний регресійний аналіз за загальною шкалою сорому та різними шкалами емоційної регуляції, показав значну силу зв'язку між соромом та емоційною регуляцією ($R=0,71$). Також з результатів регресійного аналізу можемо зробити висновок, що нездатність до емоційної регуляції виступає значущим предиктором сорому у дорослому житті ($R^2=0,51$, $p>0,05$). Результати наведено у Рис. 3.4 та у Додатку Г.



Рис. 3.4. Емоційна регуляція як предиктор сорому: результати регресійного аналізу

Аналіз окремих даних за різними шкалами емоційної регуляції показав, що найбільш визначальну роль у переживанні сорому відіграють неприйняття та нестача цілеспрямованості ($R^2 = 0,37$, $p > 0,05$), румінація та позитивна переоцінка ($R^2 = 0,31$, $p > 0,05$), толерантність ($R^2 = 0,34$, $p > 0,05$). Результати регресійного аналізу за шкалою сорому та різними шкалами емоційної регуляції подано у додатку Г.

Відтак можемо вважати, що друга гіпотеза про те, що здатність особи до емоційної регуляції може виступати предиктором інтенсивності переживання

нею сорому підтвердилася, більшість навичок емоційної регуляції відіграють ту чи іншу роль.

3.3. Роль емоційної регуляції як посередника між дитячим травматичним досвідом та переживанням сорому

Третя гіпотеза стосувалась того, що посередником між пережитим особою дитячим травматичним досвідом та інтенсивністю сорому у дорослому житті є навички емоційної регуляції особи. Для цього ми здійснили регресійний аналіз, як це рекомендується Бароном та Кенні (Baron and Kenny, 1986). А саме було здійснено три регресійних рівняння: 1-визначено, наскільки пережитий дитячий травматичний досвід прогнозує вираженість сорому (14 %, при $R^2=0,14$, виходячи з результатів перевірки першої гіпотези); 2- виявлено силу зв'язку між дитячим травматичним досвідом та різними способами емоційної регуляції; 3- визначено наскільки дитячий травматичний досвід та емоційна регуляція прогнозують сором.

Проведений регресійний аналіз показав доволі велику силу зв'язку між дитячим травматичним досвідом та емоційною регуляцією $R=0,6$, натомість травматичний досвід емоційного насильство лише на 36% ($R^2=0,36$) визначає здатність до емоційної регуляції, фізичного насильство – на 37% ($R^2=0,37$), сексуального насильство- на 44% ($R^2=0,44$), емоційної занедбаності- на 38 % ($R^2=0,38$), фізичної занедбаності- на 24% ($R^2=0,24$) (див. Додаток Д).

Третє регресійне рівняння показало доволі високу силу зв'язку між соромом, емоційною регуляцією та травматичним досвідом- 73% ($R^2=0,73$). В даному випадку емоційна регуляція та травматичний досвід на 53% визначають переживання людиною сорому (виходячи з даних конкретної вибірки у дослідженні).

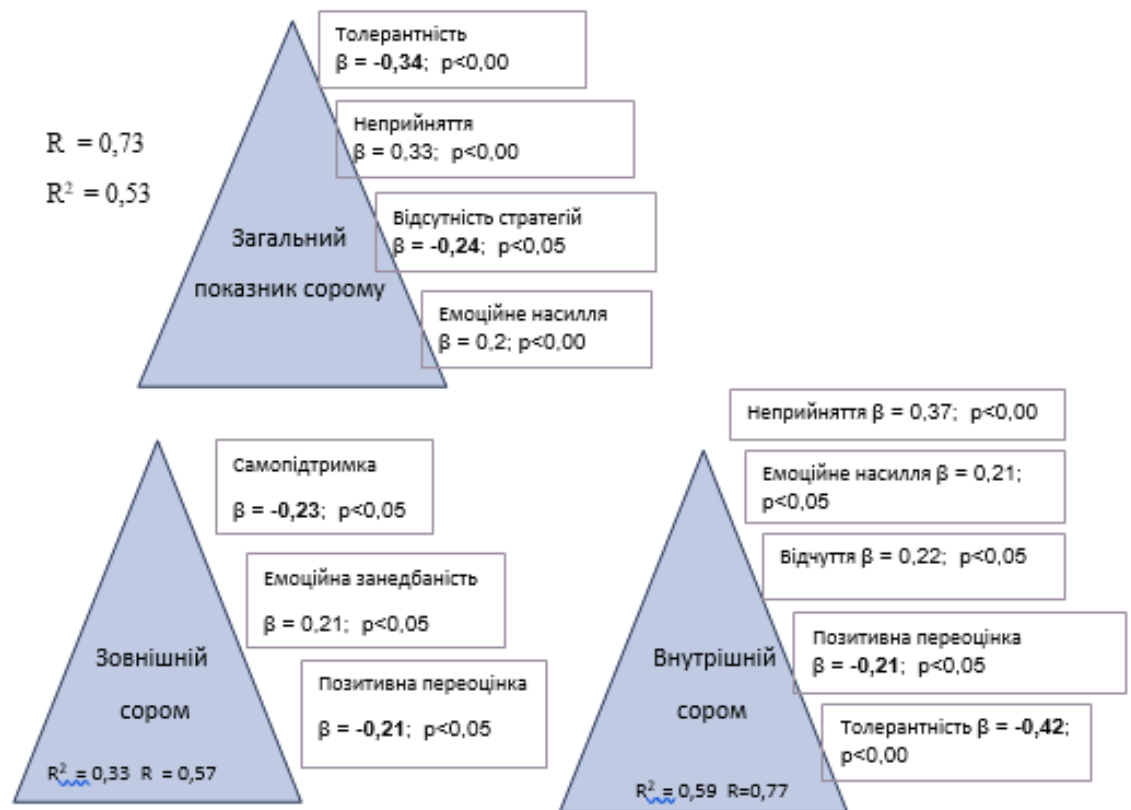


Рис. 3.3. Регресійний аналіз загальних показників сорому, емоційної регуляції та дитячого травматичного досвіду

Виходячи з даних у Рис.3.3, особливості емоційної регуляції, а саме показники за шкалами «толерантність», «неприйняття», «відсутність стратегій» мають сильніший вплив на інтенсивність переживання сорому, особливо внутрішнього ($R^2=0,59, p<0,05$), аніж дитячий травматичний досвід.

Здійснивши регресійний аналіз даних за шкалами труднощів емоційної регуляції, ми виявили, що найбільш визначальну роль у переживанні сорому відіграють нездатність слідувати плану діяльності, зосередитися та виконувати завдання під впливом неприємних переживань, неприйняття своїх реакцій на дистрес, схильність мати вторинні емоційні реакції на власні неприємні переживання (незручність, сором, провину); неприйняття та нестача цілеспрямованості ($R^2 = 0,37, p > 0,05$).

3.4 Роль різних навичок емоційної регуляції як посередника між дитячим несприятливим досвідом та переживанням сорому

Проведений регресійний аналіз показав, що найбільш визначальним чинником у переживанні особою сорому в контексті навичок емоційної регуляції є толерантність ($R^2 = 0,34$, $p > 0,05$), а саме здатність витримувати сильні неприємні переживання.

3.5 Роль різних стратегій когнітивної емоційної регуляції як посередника між дитячим несприятливим досвідом та переживанням сорому

За результатами регресійного аналізу в контексті стратегій когнітивної емоційної регуляції, найбільш визначальними чинниками у переживанні особою сорому є румінація, або надмірне зосередження на власних думках та переживаннях, пов'язаних з ситуацією та позитивна переоцінка-присвоєння позитивного змісту подіям з точки зору особистісного зростання ($R^2 = 0,31$, $p > 0,05$).

Виходячи з цих результатів, гіпотеза 3 про роль емоційної регуляції як посередника між переживанням особою сорому та дитячого травматичного досвіду підтвердилась.

Здійснивши регресійний аналіз даних за шкалами труднощів емоційної регуляції, ми виявили, що найбільш визначальну роль у переживанні сорому відіграють нездатність слідувати плану діяльності, зосередитися та виконувати завдання під впливом неприємних переживань, неприйняття своїх реакцій на дистрес, схильність мати вторинні емоційні реакції на власні неприємні переживання (незручність, сором, провину); неприйняття та нестача цілеспрямованості ($R^2 = 0,37$, $p > 0,05$).

Виходячи з цих результатів, гіпотеза 3 про роль емоційної регуляції як посередника між переживанням особою сорому та дитячого травматичного досвіду підтвердилась.

3.6. Дискусія результатів

Метою цієї роботи було визначення зв'язку між соромом та дитячим несприятливим досвідом в контексті здатності особи до емоційної регуляції. Припускалося, що сором, який переживає особа, більше залежить не від пережитого дитячого травматичного досвіду, а від тих навичок емоційної регуляції, які вона мала можливість розвинути. Отримані результати загалом підтверджують висунуте припущення: Дитячий травматичний досвід, хоча і має до певної міри зв'язок з соромом, втім це зв'язок не є високим, лише досвід емоційного скривдження виступає до певної міри предиктором сорому, хоча далеко не єдиним та, ймовірно, не основним. Натомість, у інтенсивності переживання сорому нездатність до емоційної регуляції відіграє більшу роль. Зокрема, було з'ясовано що нездатність розрізнити переживаннями, заплутаністю у власних емоціях, неприйняттям своїх реакцій на дистрес, схильність до вторинних емоційних реакцій на неприємні переживання (незручність, сором, провина), переконання у безсиллі зарадити емоційній ситуації, неможливість під впливом емоцій слідувати плану та зосереджуватися на справах загалом пояснюють більше 50% розсіювання даних, що робить їх вагомим чинником сорому. Між дитячим травматичним досвідом та нездатністю до емоційної регуляції так само існує помірний зв'язок, що вказує на те, що навички емоційної регуляції бодай частково формуються під впливом дитячого травматичного досвіду. Відтак, здатність до емоційної регуляції можна розглядати посередником між дитячим травматичним досвідом та соромом.

Отримані результати узгоджуються з даними попередніх досліджень, насамперед з тими, в яких йдеться про зв'язок між спогадами про сором та переживаннями сорому в актуальному житті (Ferreira et al., 2014; Matos et al., 2015; Matos & Pinto-Gouveia, 2010; Matos et al., 2012; Pinto-Gouveia & Matos, 2011), оскільки спогади про сором можна розглядати як досвід емоційного насильства у дитинстві. У попередніх дослідженнях також йшлося про зв'язок сорому з дитячим досвідом фізичного (Andrews, 1995; Buchbinder & Eisikovits,

2003; Kallstrom-Fuqua та ін., 2004; Talbot et al., 2004) та сексуального насильство (Feiring & Taska, 2005; Negrao, Bonnano, Noll, Putnam, & Trickett, 2005; Stuewig & McCloskey, 2005), втім в цьому дослідженні не вдалося ані підтвердити, ані заперечити ці результати через недостатню кількість досліджуваних з таким досвідом.

Що стосується сорому та здатності до емоційної регуляції, то в цьому, як і в попередніх дослідженнях показано існування значущого зв'язку. Зокрема у дослідженні Marcela Matos та José Pinto-Gouveia (2012) також було виявлено, що особи, які переживали сором у дитинстві, мають тенденцію до дезадаптивної регуляції емоцій, схильні до надмірного роздумування, придушення негативних думок та відокремлення. Можна припустити, що ці процеси вирішально впливають на розвиток системи емоційної регуляції, та продовжують підтримувати зв'язок між сором та проблемами емоційної регуляції і в дорослому житті. Ймовірно, інтенсивний та хронічний сором можна розглядати як локальні проблеми емоційної регуляції.

З огляду на те, що емоційна регуляція виступає значущим посередником між дитячим травматичним досвідом та соромом,

Це дослідження дозволяє розуміти сором не лише як психологічне явище, але як наслідок дитячого травматичного досвіду та навичок емоційної регуляції, які також бодай частково були сформовані під його впливом.

За словами Брене Браун, *чим менше ми говоримо про сором, тим більше в нас його є* (Brene Brown (2012)). А дослідження показують, що інтенсивна реакція сорому має зв'язок з багатьма іншими проблемами, зокрема, депресією та тривогою (Cunha et al. 2012, 2017a; Muris et al., 2018; Paulus et al. 2016), гіршою психологічною гнучкістю та надмірним потягом до їжі (Mendes, Canavarro, Ferreira, 2021). Також відомо, що саме через сором особи схильні відкладати звернення за фаховою допомогою (Gilbert, 2017). У психотерапії сором спонукає клієнтів приховувати та не повідомляти особисту інформацію, зокрема про минулі травми, поведінку, емоції чи фантазії. Відтак дослідження сорому та

різних його причин дозволяють висловлюватися про нього у публічному просторі, полегшувати переживання осіб, перевантажених цією емоцією, та послаблювати інші наслідки, які має сором на психосоціальне функціонування індивіда. Результати цього дослідження можуть бути поштовхом для психологічної просвіти та слугувати підґрунтям для роботи з соромом у психологічному консультуванні та психотерапії. Відтак робота з соромом у психотерапевтичному процесі може базуватись на засвоєнню навичок емоційної регуляції як імпліцитно (через безпосередній стосунок з психотерапевтом) так і експліцитно (шляхом тренінгу та навчання цих навичок).

3.7. Обмеження та перспективи дослідження

Отримані в дослідженні результати мають обмеження. Оскільки дослідження мало ретроспективний характер, значна частина фактів травматичного досвіду могла витіснитись з пам'яті учасників дослідження (виходячи з теорії про механізми психічного захисту, які спрацьовують на пережиті травматичні події (Kilborne, 1999)). Розподіл учасників за статтю був нерівномірним, відтак, більшість зроблених висновків стосуються саме досвіду жінок, а не чоловіків. Нерівномірним був розподіл учасників дослідження і за дитячим травматичним досвідом, найбільше серед досліджуваних переважав досвід емоційного скривдження. У дослідженні в якості посередника враховувалася лише емоційна регуляція, втім іншими вагомим посередниками можуть виступати темперамент (Vizin; Urbán, Unoka, 2016), тип прив'язаності (Passanisi, Madonia, Giovanni; Greco, 2015), інші ситуаційні, соціальні, економічні та етнічні чинники (Mayer, Viviers, 2017). Також цікавою перспективою для подальших досліджень є вивчення зворотного до сорому явища – безсоромності, як можливу реакцію на дитячий травматичний досвід.

Відтак, подальшими перспективами дослідження могли би стати: проведення якісного або проспективного дослідження, зокрема з використанням інтерв'ю; збір даних з групи осіб більш різноманітних за статтю та дитячим

травматичним досвідом; врахування інших вагомих посередників (темпераменту, типу прив'язаності тощо) та звернення уваги на явище безсоромності у осіб, які мали дитячий травматичний досвідом.

Висновки до третього розділу

Отже, нам вдалось підтверити гіпотези про те, що на інтенсивність переживання сорому певною мірою впливає дитячий травматичний досвід та здатність до регуляції емоцій. Також ми виявили, що різні навички емоційної регуляції, якими володіє особа, виступають посередником між пережитим нею дитячим травматичним досвідом та інтенсивністю сорому у дорослому житті. Отримані результати вписуються в контекст попередніх досліджень про зв'язок сорому з травматичним досвідом дитинства (Gilbert, 1998, 2002), емоційного відкидання (Berking, Matthias; Orth, Ulrich, (2008), проблем. Натомість виявлено позитивний вплив здатності особи приймати емоції, переоцінювати та витримувати її негативні емоції на переживання сорому.

Виходячи з цих результатів важливим відкриттям було те, що емоційна регуляція має значно більший вплив на переживання особою сорому, аніж її ранній травматичний досвід. Втім отримані результати мають обмеження у дизайні дослідження, а також через нерівномірний розподіл досліджуваних за статтю та дитячим травматичним досвідом, які важливо врахувати в наступних дослідженнях.

ВИСНОВКИ

Чи дійсно емоційна регуляція є посередником між дитячим травматичним досвідом та соромом, який переживає особа у дорослому житті? Численні дослідження сорому описують значний вплив травматичного досвіду на цю емоцію, зокрема досвіду фізичного, сексуального, емоційного насильства. У цьому дослідженні вдалося довести, що між соромом та різними формами дитячого травматичного досвіду існує значущий, втім помірний зв'язок. **Насамперед досвід емоційного скривдження виступає значущим втім не єдиним, і, ймовірно, не основним предиктором. У роботі** вдалось довести, що існує значущий сильний зв'язок між соромом та емоційною регуляцією, і значна кількість проблем емоційної регуляції виступають предикторами сорому. Таким чином визначено, що здатність до емоційної регуляції набагато більше впливає на переживання особою сорому, аніж пережитий нею травматичний досвід. Також нам вдалось виявити, що як емоційна регуляція може впливати на переживання травми, так і навпаки, травматичний досвід може мати вплив на подальшу здатність особи до емоційної регуляції.

Однак, виходячи з обмежень нашого дослідження ми не можемо поширити ці результати на загальну вибірку, оскільки розподіл учасників за статтю був нерівномірним, а показники пережитого травматичного досвіду дитинства досліджуваних стосувались здебільшого емоційного скривдження. Відтак ми можемо зробити припущення щодо значної ролі інших чинників, які б визначали переживання особою сорому. Це є перспективою для подальших досліджень у цій проблематиці. Оскільки дослідження мало ретроспективний дизайн, для отримання більш точних результатів щодо травматичного досвіду слід додатково провести якісну частину дослідження з використанням діагностичного інтерв'ю учасників, врахувавши їх вікові та гендерні особливості, а також включивши у дослідження інші ймовірні чинники впливу на переживання сорому, такі як соціальне становище, етнічні особливості, темперамент, особистісні риси, типи прив'язаності, сприйняття власного «Я».

Отримані нами результати привідкрили завісу до нових можливостей у психологічному консультуванні та психотерапії. Оскільки травматичний досвід дитинства має значно менший вплив на переживання особою сорому, аніж емоційна регуляція, в роботі з клієнтом можна акцентувати увагу саме на розвиток навичок емоційної регуляції, як через безпосередню взаємодію в терапевтичному процесі, так і через навчання чи тренінг. Звісно, опираючись на психодинамічні теорії чинник пережитої травми теж повинен бути опрацьований та усвідомлений. Однак важливо те, як людина сама може справлятися з цим досвідом та які стратегії для цього може використовувати у своєму теперішньому житті. На основі цього можна розробляти навчальні проекти з розвитку навичок емоційної регуляції, адаптувавши їх під відповідні вікові особливості учасників, проводити психологічну едукацію клієнтів з приводу важливості розвитку здатності до самостійного регулювання емоцій.

Подальші напрямки дослідження стосуватимуться вивчення в контексті сорому дотичних до нього феноменів, які ймовірно, провокуються саме цим переживанням: безсоромність, бажання помсти, заздрість (Mollon, P., 2002), приниження (Tangney JP & Fischer KW, 1995)., а також вивчення шляхів роботи з цими феноменами.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бондарчук О.Ю. Відмінність понять «сором'язливість», «сором» та «соромливість»: психологічний аспект. Specialized and multidisciplinary scientific researches: Collection of scientific papers «ΛΟΓΟΣ» with Proceedings of the International Scientific and Practical Conference (Vol.4), December 11, 2020. Amsterdam, The Netherland. Amsterdam, 2020. P. 19 –21.
2. Коваленко А. Б., Грищук Е. Ю., Рогаль Н. І. Особливості соціалізації жінок з високим рівнем сором'язливості. Ukrainian psychological journal. 2018. № 4 (10). С. 69-89.
3. Gilbert P, Cheung M, Grandfield T, Campey F, & Irons C (2003). Recall of threat and submissiveness in childhood: Development of a new scale and its relationship with depression, social comparison and shame. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 10, 108-115.
4. Gilbert P & Irons C (2009). Shame, self-criticism, and self-compassion in adolescence. In N Allen (Ed.). *Psychopathology in Adolescence*. Cambridge: Cambridge University Press.
5. Kaufman G (1989). *The Psychology of Shame: Theory and Treatment of Shame-based Syndromes*. New York: Springer.
6. Matos M & Pinto-Gouveia J (2011). Shamed by a parent or by others: The role of attachment in shame memories relation to depression. Manuscript submitted for publication.
7. Matos M, & Pinto-Gouveia, J. (2011). Shame memories that shape who we are: The moderator effect of between shame and depression. Manuscript submitted for publication.
8. Tangney JP & Fischer KW (1995). *The Self-Conscious Emotions: Shame, Guilt, Embarrassment, and Pride*. New York: Guilford Press.
9. Tangney J, Stuewig J, & Mashek D (2007). Moral emotions, moral cognitions, and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, 58, 345-372.

10. Lewis M (2003). The role of the self in shame Social Research. *An International Quarterly of the Social Sciences*, 70, 1181-1204.
11. Gilbert P (2007). The evolution of shame as a marker for relationship security. In JL Tracy, RW Robins, & JP Tangney (Eds.). *The Self-Conscious Emotions: Theory and Research*. (pp. 283-309). New York: Guilford Press
12. Bowlby J (1969/1982). *Attachment and loss, Vol. 1: Attachment*. London: Hogarth Press
13. Cook, D R (1989) Internahzed Shame Scale Unpubhshed test, School of EducaUon and Human Servtces, Umverslty of Wtsconsin-Stout, Menomonle, Wisconstn
14. Howard Bath. Pain and the unspoken emotion: shame/ *International Journal of Child, Youth and Family Studies* (2019) 10(2-3): 126–141 DOI: 10.18357/ijcyfs102-3201918856
15. Andrew P. Morrison, M.D., (1984). Working With Shame In Psychoanalytic Treatment. Research Article Find in PubMed <https://doi.org/10.1177/000306518403200303> Volume: 32 issue: 3, page(s): 479-505
16. Stuewig, J., & McCloskey, L. A. (2005). The Relation of Child Maltreatment to Shame and Guilt Among Adolescents: Psychological Routes to Depression and Delinquency. *Child Maltreatment*, 10(4), 324–336. <https://doi.org/10.1177/1077559505279308>
17. Angeline Maughan; Dante Cicchetti (2002). Impact of Child Maltreatment and Interadult Violence on Children's Emotion Regulation Abilities and Socioemotional Adjustment. , 73(5), 1525–1542. doi:10.1111/1467-8624.00488
18. Benjamin Kilborne (1999). When Trauma Strikes the Soul: Shame, Splitting, and Psychic Pain. , 59(4), 385–402. doi:10.1023/a:1023404109706
19. Vizin, Gabriella; Urbán, Róbert; Unoka, Zsolt (2016). Shame, trauma, temperament and psychopathology: Construct validity of the Experience of Shame Scale. *Psychiatry Research*, 246(), 62–69. doi:10.1016/j.psychres.2016.09.017

20. Passanisi, Alessia; Gervasi, Alessia Maria; Madonia, Carmela; Guzzo, Giovanni; Greco, Davide (2015). Attachment, Self-Esteem and Shame in Emerging Adulthood. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 191, 342–346. doi:10.1016/j.sbspro.2015.04.552
21. Claude-Hélène Mayer, Rian Viviers (2017). Experiences of shame by race and culture: An exploratory study. *Journal of Psychology in Africa*, 27, (4), 362–366, doi:10.1080/14330237.2017.1347759
22. Tangney, J., Wagner, P., Barlow, D., Marschall, D., & Gramzow, R. (1996). The relation of shame and guilt to constructive vs. destructive responses to anger across the life span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 797-809.
23. Mollon, P., & British Psycho-Analytical Society. (2002). *Shame and jealousy: The hidden turmoils*. London: Karnac.
24. Tomkins, S. S. (1962). *Affect, imagery, consciousness, Vol. I: The positive affects*. New York: Springer
25. Gilbert, P., & McGuire, M. T. (1998). Shame, status, and social roles: Psychobiology and evolution. In P. Gilbert & B. Andrews (Eds.), *Shame: Interpersonal behavior, psychopathology, and culture* (pp. 99 –125). New York, NY: Oxford University Press
26. Bath, H. (2019). PAIN AND THE UNSPOKEN EMOTION: SHAME. *International Journal of Child, Youth and Family Studies*, 10(2-3), 126-141. <https://doi.org/10.18357/ijcyfs102-3201918856>
27. Gilligan, J. (1997). *Violence: Reflections on a national epidemic*. New York: Vintage
28. Faccini F., Gazzillo F., Gorman B. (2020). Guilt, Shame, Empathy, Self-Esteem, and Traumas: New Data for the Validation of the Interpersonal Guilt Rating Scale-15 Self-Report (IGRS-15s). *Psychodyn Psychiatry*. Spring 2020; 48(1):79-100. doi: 10.1521/pdps.2020.48.1.79.

29. Jungmeen Kima, Nancy L. Talbot, Dante Cicchetti (2009). Childhood abuse and current interpersonal conflict: The role of shame. *Child Abuse & Neglect* 33 (2009) 362–371
30. Howard Bath (2019) Pain and the unspoken emotion: shame. *International Journal of Child, Youth and Family Studies* (2019) 10(2-3): 126–141 DOI: 10.18357/ijcyfs102-3201918856).
31. Negrao, C. II, Bonanno, G. A., Noll, J. G., Putnam, F. W., & Trickett, P. K. (2005). Shame, Humiliation, and Childhood Sexual Abuse: Distinct Contributions and Emotional Coherence. *Child Maltreatment*, 10(4), 350–363. <https://doi.org/10.1177/1077559505279366>
32. Ogilvie, D. M. (1987). The undesired self: A neglected variable in personality research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(2), 379–385. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.2.379>
33. Michael, T. , Ehlers, A. , Halligan, S. , Clark, D.M. (2005). Unwanted memories of assault: What intrusion characteristics predict PTSD. *Behaviour Research and Therapy*, 43, 613–628.
34. De Rubeis, S., & Hollenstein, T. (2009). Individual differences in shame and depressive symptoms during early adolescence. *Personality and Individual Differences*, 46(4), 477 <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.11.019>
35. Kenneth Goss; Steven Allan (2009). Shame, pride and eating disorders. , 16(4), 303–316. doi:10.1002/cpp.627
36. Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173–1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>

ДОДАТКИ

Додаток А

**Внутрішня узгодженість тверджень україномовної версії Шкали
зовнішнього та внутрішнього сорому**

Зовнішній сором

Summary for scale: Mean=10,6937 Std.Dv.=4,25076 Valid N:111 (Spreadsheet1) Cronbach alpha: ,802168 Standardized alpha: ,802783 Average inter-item corr.: ,341152					
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	ltn-Totl Correl.	Alpha if deleted
Var1	9,630630	14,86357	3,855330	0,409156	0,794753
Var2	9,360360	13,61789	3,690242	0,556351	0,773165
Var3	9,981982	14,45012	3,801332	0,505566	0,781360
Var4	9,405405	14,51132	3,809373	0,472701	0,785882
Var5	9,018018	13,35103	3,653906	0,541654	0,776052
Var6	8,711712	14,07905	3,752206	0,515976	0,779558
Var7	9,549549	13,77908	3,712018	0,618987	0,764822
Var8	9,198198	14,12288	3,758042	0,490096	0,783575

Внутрішній сором

Summary for scale: Mean=9,76577 Std.Dv.=5,70638 Valid N:111 (Spreadsheet1) Cronbach alpha: ,865105 Standardized alpha: ,868998 Average inter-item corr.: ,458961					
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	ltn-Totl Correl.	Alpha if deleted
Var9	8,819819	24,76033	4,975975	0,651464	0,844544
Var10	8,342342	24,51343	4,951104	0,569610	0,855630
NewVar1	9,378378	26,81178	5,178010	0,630843	0,849851
NewVar2	8,513514	24,59216	4,959048	0,724713	0,836897
NewVar3	8,153153	27,19276	5,214668	0,474843	0,862793
NewVar4	8,144144	23,36661	4,833902	0,671597	0,842618
NewVar5	9,144144	25,96120	5,095214	0,616409	0,849093
NewVar6	7,864865	24,26102	4,925548	0,635077	0,846680

Загальний показник сорому

Summary for scale: Mean=20,4595 Std.Dv.=8,82330 Valid N:111 (альфа кр Cronbach alpha: ,884434 Standardized alpha: ,885493 Average inter-item corr.: ,332559						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	Stdv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
Q01	19,39640	70,07711	8,371207	0,499247	0,879077	
Q02	19,12613	69,74986	8,351638	0,461658	0,880404	
Q03	19,74775	70,47691	8,395053	0,483648	0,879650	
Q04	19,17117	69,54729	8,339501	0,541138	0,877642	
Q05	18,78378	70,06136	8,370266	0,398862	0,883135	
Q06	18,47748	69,83507	8,356738	0,487265	0,879434	
Q07	19,31532	68,43211	8,272370	0,638381	0,874331	
Q08	18,96396	71,56628	8,459685	0,344811	0,884589	
Q09	19,51351	65,92549	8,119452	0,627304	0,873570	
Q10	19,03604	64,28699	8,017917	0,630246	0,873545	
Q11	20,07207	68,96777	8,304684	0,612156	0,875393	
Q12	19,20721	66,43454	8,150739	0,638288	0,873235	
Q13	18,84685	69,96754	8,364660	0,440375	0,881229	
Q14	18,83784	63,54127	7,971278	0,661056	0,871984	
Q15	19,83784	68,13586	8,254445	0,566532	0,876367	
Q16	18,55856	66,26459	8,140306	0,546333	0,877530	

Внутрішня узгодженість тверджень україномовної версії опитувальника

Дитячого травматичного досвіду

Емоційне насильство

Summary for scale: Mean=11,7117 Std.Dv.=4,90711 Valid N:111 (Spreadsheet4) Cronbach alpha: ,874678 Standardized alpha: ,875690 Average inter-item corr.: ,597493						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	Stdv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
3	8,93694	14,67170	3,830365	0,753849	0,835596	
8	9,90090	16,66586	4,082384	0,618824	0,867517	
14	8,86487	14,18894	3,766822	0,838047	0,812758	
18	10,12613	18,29040	4,276728	0,623170	0,869427	
25	9,01802	14,93661	3,864791	0,714553	0,846206	

Фізичне насильство

Summary for scale: Mean=7,64865 Std.Dv.=3,55387 Valid N:111 (Spreadsheet4) Cronbach alpha: ,851506 Standardized alpha: ,859560 Average inter-item corr.: ,567818						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	Stdv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
9	6,513514	10,43000	3,229551	0,508224	0,861228	
11	6,099099	7,44063	2,727752	0,821020	0,775688	
12	5,792793	6,74085	2,596314	0,820780	0,775206	
15	5,702703	6,78549	2,604897	0,732264	0,810711	
17	6,486486	10,14171	3,184605	0,574880	0,850305	

Сексуальне насильство

Summary for scale: Mean=6,09009 Std.Dv.=3,01074 Valid N:111 (Spreadsheet4) Cronbach alpha: ,940792 Standardized alpha: ,948728 Average inter-item corr.: ,794188						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
20	4,846847	5,643211	2,375544	0,878095	0,919929	
21	4,963964	6,467170	2,543063	0,811905	0,935084	
23	4,900901	6,089279	2,467646	0,841202	0,927714	
24	4,864865	5,972729	2,443917	0,912235	0,916465	
27	4,783784	4,998295	2,235687	0,847696	0,936650	

Емоційна занедбаність

Summary for scale: Mean=12,2883 Std.Dv.=4,77377 Valid N:111 (Spreadsheet4) Cronbach alpha: ,899050 Standardized alpha: ,902051 Average inter-item corr.: ,655327						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
5*	9,92793	15,11192	3,887406	0,672046	0,894393	
7*	10,05405	14,82591	3,850442	0,807546	0,865123	
13*	10,04504	15,89887	3,987339	0,761957	0,877472	
19*	9,52252	14,39364	3,793895	0,747752	0,877767	
28*	9,60360	13,86089	3,723021	0,787103	0,868970	

Фізична занедбаність

Summary for scale: Mean=8,29730 Std.Dv.=2,93751 Valid N:111 (Spreadsheet16) Cronbach alpha: ,604048 Standardized alpha: ,609265 Average inter-item corr.: ,240987						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
1	6,576577	5,811704	2,410748	0,256705	0,621996	
2*	6,153153	4,940508	2,222725	0,508266	0,456083	
4	6,909910	6,154047	2,480735	0,396442	0,532743	
6	7,000000	7,333333	2,708013	0,245334	0,600630	
26*	6,549550	5,833130	2,415187	0,434316	0,510514	

Внутрішня узгодженість тверджень україномовної версії опитувальника

Шкали труднощів емоційної регуляції

Нестача усвідомлення

Summary for scale: Mean=6,01802 Std.Dv.=2,23193 Valid N:111 (Spreadsheet26) Cronbach alpha: ,529183 Standardized alpha: ,542133 Average inter-item corr.: ,288061						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
1	3,900901	2,846035	1,687020	0,233414	0,612445	
4	4,189189	2,675919	1,635824	0,460118	0,256718	
6	3,945946	2,609691	1,615454	0,356627	0,403558	

Неясність

Summary for scale: Mean=5,96396 Std.Dv.=2,66263 Valid N:111 (Spreadsheet26) Cronbach alpha: ,857192 Standardized alpha: ,861317 Average inter-item corr.: ,681587						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	Stdv. if deleted	ltn-Totl Correl.	Alpha if deleted	
2	4,144144	3,330574	1,824986	0,708077	0,821717	
3	4,009009	3,378297	1,838014	0,822434	0,723044	
5	3,774775	3,327652	1,824185	0,674242	0,856585	

Неприйняття

Summary for scale: Mean=5,77477 Std.Dv.=3,20422 Valid N:111 (Spreadsheet26) Cronbach alpha: ,907395 Standardized alpha: ,907093 Average inter-item corr.: ,771316						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	Stdv. if deleted	ltn-Totl Correl.	Alpha if deleted	
7	3,774775	4,660985	2,158931	0,829213	0,855053	
13	3,882883	4,481779	2,117021	0,860052	0,828178	
14	3,891892	5,051376	2,247527	0,758369	0,913140	

Відсутність ефективних стратегій

Summary for scale: Mean=5,88288 Std.Dv.=2,52529 Valid N:111 (Spreadsheet26) Cronbach alpha: ,741100 Standardized alpha: ,744021 Average inter-item corr.: ,493774						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	Stdv. if deleted	ltn-Totl Correl.	Alpha if deleted	
10	3,792793	3,173281	1,781371	0,552323	0,672464	
11	4,207207	3,209317	1,791457	0,624857	0,593192	
17	3,765766	3,134324	1,770402	0,527913	0,704128	

Нестача цілеспрямованості

Summary for scale: Mean=8,88288 Std.Dv.=3,18445 Valid N:111 (Spreadsheet26) Cronbach alpha: ,892164 Standardized alpha: ,893910 Average inter-item corr.: ,740051						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	Stdv. if deleted	ltn-Totl Correl.	Alpha if deleted	
8	5,801802	4,699456	2,167823	0,774764	0,858416	
12	5,963964	4,809512	2,193060	0,835443	0,809612	
15	6,000000	4,612613	2,147699	0,760429	0,872888	

Імпульсивність

Summary for scale: Mean=6,30631 Std.Dv.=3,11534 Valid N:111 (Spreadsheet26) Cronbach alpha: ,888441 Standardized alpha: ,889076 Average inter-item corr.: ,729266					
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted
9	4,306306	4,897168	2,212955	0,760386	0,862143
16	4,027027	4,188459	2,046572	0,818810	0,808743
18	4,279279	4,453535	2,110340	0,773091	0,849614

**Внутрішня узгодженість тверджень україномовної версії опитувальника
Когнітивної емоційної регуляції (Garnefski, Vivian Kraaij, 2007)**

Прийняття

Summary for scale: Mean=14,0270 Std.Dv.=3,11728 Valid N:111 (Spreadsheet14) Cronbach alpha: ,632358 Standardized alpha: ,641856 Average inter-item corr.: ,314655					
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted
2	10,30631	6,050321	2,459740	0,458112	0,531497
11	10,36937	6,016719	2,452900	0,463482	0,527546
20	10,71171	5,880854	2,425047	0,484122	0,511910
29	10,69369	6,374645	2,524806	0,269880	0,674735

Самозвинувачення

Summary for scale: Mean=12,3874 Std.Dv.=3,51664 Valid N:111 (Spreadsheet14) Cronbach alpha: ,677854 Standardized alpha: ,676652 Average inter-item corr.: ,351882					
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted
1	9,315315	8,594270	2,931598	0,298959	0,711710
10	9,000000	7,765766	2,786712	0,460147	0,611808
19	9,225225	7,543869	2,746610	0,486947	0,594171
28	9,621622	6,631605	2,575190	0,610480	0,503855

Румінація

Summary for scale: Mean=12,6036 Std.Dv.=3,95722 Valid N:111 (Spreadsheet14) Cronbach alpha: ,812828 Standardized alpha: ,816928 Average inter-item corr.: ,543995					
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted
3	9,414414	9,25168	3,041658	0,698604	0,735459
12	9,387387	9,21029	3,034846	0,721741	0,725837
21	9,351352	10,31799	3,212163	0,439944	0,853644
30	9,657658	8,31523	2,883615	0,698685	0,731669

Позитивне рефокусування

Summary for scale: Mean=11,3604 Std.Dv.=3,83712 Valid N:111 (Spreadsheet14) Cronbach alpha: ,847182 Standardized alpha: ,848824 Average inter-item corr.: ,586310						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
4	8,396397	8,851878	2,975211	0,648727	0,821160	
13	8,558558	8,390716	2,896673	0,652316	0,822155	
22	8,738739	8,625436	2,936909	0,728629	0,788067	
31	8,387387	8,633714	2,938318	0,715763	0,793149	

Рефокусування на планування

Summary for scale: Mean=13,7297 Std.Dv.=3,05092 Valid N:111 (Spreadsheet14) Cronbach alpha: ,648365 Standardized alpha: ,652516 Average inter-item corr.: ,324467						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
5	10,10811	6,078403	2,465442	0,431015	0,579835	
14	10,26126	5,886697	2,426252	0,455956	0,562567	
23	10,39640	5,770797	2,402248	0,363241	0,630446	
32	10,42342	5,451344	2,334811	0,473535	0,547063	

Позитивна переоцінка

Summary for scale: Mean=13,5946 Std.Dv.=3,85977 Valid N:111 (Spreadsheet14) Cronbach alpha: ,834237 Standardized alpha: ,831846 Average inter-item corr.: ,566099						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
6	9,90090	10,41360	3,227011	0,524378	0,846180	
15	10,09910	8,41360	2,900621	0,691842	0,777753	
24	10,52252	8,30355	2,881588	0,686353	0,780672	
33	10,26126	7,92273	2,814735	0,766830	0,741395	

Бачення ситуації у перспективі

Summary for scale: Mean=12,5766 Std.Dv.=3,81278 Valid N:111 (Spreadsheet14) Cronbach alpha: ,771531 Standardized alpha: ,771424 Average inter-item corr.: ,467345						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
7	9,675675	9,912831	3,148465	0,389531	0,807649	
16	9,261261	8,265076	2,874904	0,647936	0,676248	
25	9,459459	8,446555	2,906296	0,649187	0,677169	
34	9,333333	8,258258	2,873719	0,623100	0,689425	

Катастрофізація

Summary for scale: Mean=7,79279 Std.Dv.=3,34696 Valid N:111 (Spreadsheet14) Cronbach alpha: ,760473 Standardized alpha: ,760121 Average inter-item corr.: ,454116					
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	ltm-Totl Correl.	Alpha if deleted
8	5,873874	7,191300	2,681660	0,438904	0,768724
17	5,702703	6,046750	2,459014	0,733695	0,605340
26	6,225225	7,543869	2,746610	0,457269	0,754486
35	5,576577	6,190082	2,487988	0,627073	0,664722

Звинування інших

Summary for scale: Mean=8,81982 Std.Dv.=3,44621 Valid N:111 (Spreadsheet14) Cronbach alpha: ,765005 Standardized alpha: ,776998 Average inter-item corr.: ,487543					
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	ltm-Totl Correl.	Alpha if deleted
9	6,855856	7,853096	2,802338	0,567476	0,713615
18	6,720721	6,453534	2,540381	0,719265	0,622758
27	6,198198	7,780538	2,789361	0,337390	0,842193
36	6,684685	6,468144	2,543255	0,703241	0,631139

Внутрішня узгодженість тверджень україномовної версії опитувальника Навичок емоційної регуляції

Усвідомлення

Summary for scale: Mean=8,15315 Std.Dv.=2,42411 Valid N:111 (Spreadsheet6) Cronbach alpha: ,726732 Standardized alpha: ,724599 Average inter-item corr.: ,472836					
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	ltm-Totl Correl.	Alpha if deleted
1	5,396396	3,374401	1,836954	0,451548	0,746296
12	5,549550	2,770067	1,664352	0,587285	0,590683
19	5,360360	2,680951	1,637361	0,614621	0,555098

Відчуття

Summary for scale: Mean=6,81982 Std.Dv.=2,81295 Valid N:111 (Spreadsheet6) Cronbach alpha: ,801219 Standardized alpha: ,801448 Average inter-item corr.: ,573998					
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	ltm-Totl Correl.	Alpha if deleted
7	4,441442	3,850174	1,962186	0,627542	0,748767
14	4,486486	3,835403	1,958418	0,665657	0,708989
24	4,711712	3,808782	1,951610	0,646657	0,728520

Ясність

Summary for scale: Mean=8,29730 Std.Dv.=2,80128 Valid N:111 (Spreadsheet6) Cronbach alpha: ,874977 Standardized alpha: ,875080 Average inter-item corr.: ,705104						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
6	5,522522	3,853096	1,962931	0,699548	0,876269	
13	5,549550	3,508806	1,873181	0,790548	0,794597	
25	5,522522	3,654898	1,911779	0,790700	0,795612	

Розуміння

Summary for scale: Mean=8,46847 Std.Dv.=2,72637 Valid N:111 (Spreadsheet6) Cronbach alpha: ,878964 Standardized alpha: ,879253 Average inter-item corr.: ,708290						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
3	5,639640	3,581852	1,892578	0,766429	0,829058	
11	5,657658	3,360279	1,833106	0,772701	0,823052	
20	5,639640	3,473744	1,863798	0,759947	0,834112	

Модифікація

Summary for scale: Mean=6,61261 Std.Dv.=2,74084 Valid N:111 (Spreadsheet6) Cronbach alpha: ,753696 Standardized alpha: ,751224 Average inter-item corr.: ,511806						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
2	4,567567	4,317507	2,077861	0,462396	0,796601	
10	4,387387	3,480562	1,865626	0,638911	0,603488	
21	4,270270	3,350377	1,830404	0,657513	0,579457	

Прийняття

Summary for scale: Mean=6,35135 Std.Dv.=2,55716 Valid N:111 (Spreadsheet6) Cronbach alpha: ,594762 Standardized alpha: ,603492 Average inter-item corr.: ,345151						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	StDv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
5	3,801802	3,366123	1,834700	0,526130	0,326662	
17	4,603604	3,230257	1,797292	0,436578	0,442914	
23	4,297297	3,794497	1,947947	0,272469	0,687457	

Толерантність

Summary for scale: Mean=7,09910 Std.Dv.=3,04498 Valid N:111 (Spreadsheet6) Cronbach alpha: ,842708 Standardized alpha: ,845206 Average inter-item corr.: ,645483						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	Stdv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
4	4,738739	4,535347	2,129635	0,719851	0,771081	
18	4,945946	4,033114	2,008261	0,704305	0,791435	
26	4,513514	4,646214	2,155508	0,708916	0,782378	

Готовність діяти

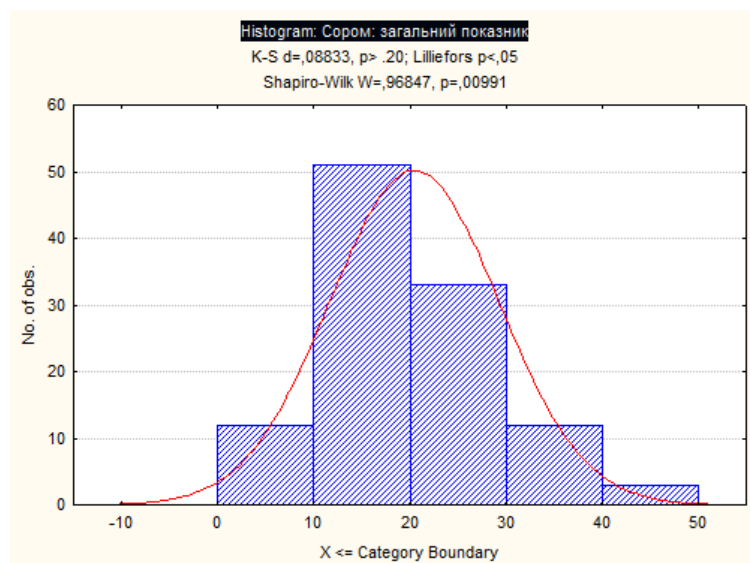
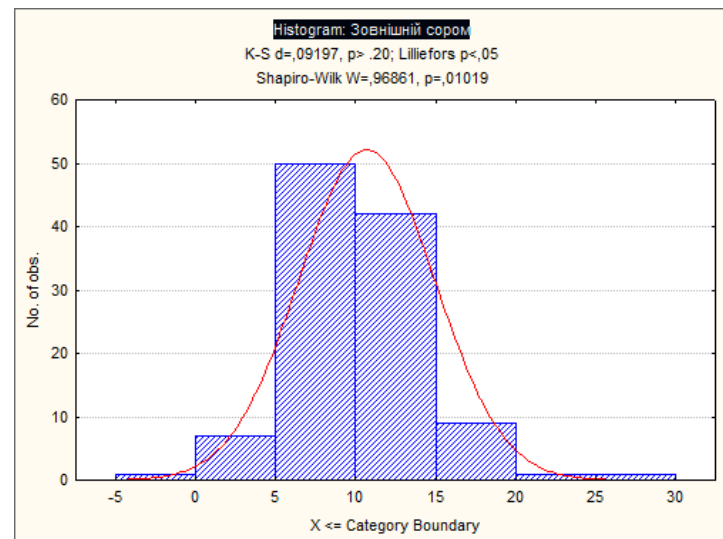
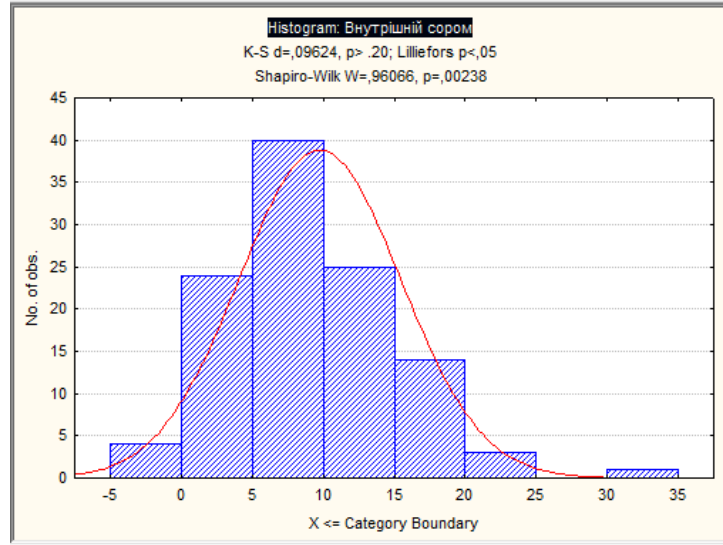
Summary for scale: Mean=7,16216 Std.Dv.=2,85256 Valid N:111 (Spreadsheet6) Cronbach alpha: ,809922 Standardized alpha: ,810204 Average inter-item corr.: ,593343						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	Stdv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
8	4,729730	4,251278	2,061863	0,578154	0,819473	
16	4,648649	3,849525	1,962021	0,717912	0,679823	
22	4,945946	3,672754	1,916443	0,687346	0,709891	

Самопідтримка

Summary for scale: Mean=7,99099 Std.Dv.=2,57786 Valid N:111 (Spreadsheet6) Cronbach alpha: ,729739 Standardized alpha: ,728901 Average inter-item corr.: ,476253						
variable	Mean if deleted	Var. if deleted	Stdv. if deleted	Itm-Totl Correl.	Alpha if deleted	
9	5,234234	3,674864	1,916993	0,500959	0,701003	
15	5,531531	2,699456	1,643002	0,638675	0,532892	
27	5,216216	3,592890	1,895492	0,533427	0,666034	

Додаток Б

Перевірка на нормальність розподілу за шкалами сорому



Додаток В

Результати кореляційного та регресійного аналізу перевірки Гіпотези 1:
Пережитий особою дитячий травматичний досвід виступає предиктором переживання нею інтенсивнішого сорому в дорослому віці

Кореляційний аналіз – зв'язок між шкалами сорому та всіх шкал ДТД

Correlations (Spreadsheet1)						
Marked correlations are significant at $p < ,05000$						
N=111 (Casewise deletion of missing data)						
Variable	ЕН	ФН	СН	ЕЗ	ФЗ	
Сором	0,36	0,14	0,11	0,33	0,24	
зовн	0,35	0,19	0,07	0,37	0,27	
внутр	0,30	0,08	0,11	0,24	0,17	

Кореляція зовнішнього та внутрішнього сорому 0,56.

Correlations (Spreadsheet2)						
Marked correlations are significant at $p < ,05000$						
N=111 (Casewise deletion of missing data)						
Variable	внутр					
зовн	0,56					

Дитячий травматичний досвід як предиктор сорому: результати регресійного аналізу

Regression Summary for Dependent Variable: Сором (Spreadsheet1)						
R= ,38053112 R ² = ,14480393 Adjusted R ² = ,10408031						
F(5, 105)=3,5558 $p < ,00520$ Std.Error of estimate: 8,3515						
N=111	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(105)	p-level
Intercept			12,79538	2,767838	4,622879	0,000011
ЕН	0,341520	0,167887	0,61407	0,301872	2,034222	0,044450
ФН	-0,105878	0,119605	-0,26287	0,296947	-0,885234	0,378053
СН	0,000491	0,098053	0,00144	0,287354	0,005005	0,996016
ЕЗ	0,121819	0,157753	0,22516	0,291573	0,772211	0,441724
ФЗ	-0,011746	0,130144	-0,03528	0,390908	-0,090256	0,928256

Додаток Г

Результати кореляційного та регресійного аналізу перевірки Гіпотези 2: Особливості емоційної регуляції особи, а саме (когнітивної емоційної регуляції, труднощі емоційної регуляції, навички емоційної регуляції) до певної міри зумовлюють інтенсивність переживань нею сорому.

Кореляційний аналіз шкал сорому та емоційної регуляції

Spearman Rank Order Correlations (Spreadsheet1)														
MD pairwise deleted														
Marked correlations are significant at $p < .05000$														
Variable	ПРИЙНЯТТЯ	РУМІНАЦІЯ	ПОЗ.РЕФОКУС	РЕФОКУС НА ПЛАН	ПОЗИТ.ПЕРЕОЦ	БАЧЕННЯ У ПЕРСПЕКТ	КАТАСТРОФІЗ	ЗВИНУВАЧ ІНШ	НЕСТАЧА УСВІДОМ	НЕЯСНІСТЬ	НЕПРИЙНЯТТЯ	ВІДСУТНІСТЬ СТРАТЕГІЙ	НЕСТАЧА ЦІЛЕСПРЯМ	ІМПУЛЬСИВ
Сором	-0,091075	0,365017	-0,295754	-0,222511	-0,439682	-0,204979	0,292410	0,174005	0,302756	0,433965	0,531844	0,439472	0,418485	0,338510
зовн	-0,075402	0,156804	-0,228002	-0,202337	-0,351489	-0,274710	0,145432	0,077276	0,143610	0,210453	0,248812	0,256861	0,286524	0,166075
внутр	-0,085538	0,418630	-0,289971	-0,218773	-0,412343	-0,126418	0,322366	0,205702	0,353056	0,500899	0,597998	0,468725	0,431593	0,390092

Spearman Rank Order Correlations (Spreadsheet1)															
MD pairwise deleted															
Marked correlations are significant at $p < .05000$															
Variable	НЕСТАЧА УСВІДОМ	НЕЯСНІСТЬ	НЕПРИЙНЯТТЯ	ВІДСУТНІСТЬ СТРАТЕГІЙ	НЕСТАЧА ЦІЛЕСПРЯМ	ІМПУЛЬСИВ	УСВІДОМЛ	ВІДЧУТТЯ	ЯСНІСТЬ	РОЗУМІННЯ	МОДИФІК	ПРИЙНЯТТЯ	ТОЛЕРАНТНІТЬ	ГОТ.ДІЯТИ	САМОПІДТР
Сором	0,302756	0,433965	0,531844	0,439472	0,418485	0,338510	-0,330007	-0,218777	-0,358119	-0,415112	-0,477507	-0,346042	-0,527809	-0,177272	-0,367773
зовн	0,143610	0,210453	0,248812	0,256861	0,286524	0,166075	-0,246886	-0,157355	-0,176262	-0,272886	-0,331929	-0,189818	-0,328624	-0,132393	-0,309104
внутр	0,353056	0,500899	0,597998	0,468725	0,431593	0,390092	-0,328629	-0,196182	-0,415137	-0,433070	-0,498327	-0,358686	-0,558112	-0,204111	-0,356624

Загальний регресійний аналіз шкал сорому та різних шкал емоційної регуляції

Regression Summary for Dependent Variable: Сором (Spreadsheet1)						
R= ,71561669 R ² = ,51210725 Adjusted R ² = ,46863166						
F(9, 101)=11,779 $p < .00000$ Std. Error of estimate: 6,4317						
N=111	Beta	Std. Err. of Beta	B	Std. Err. of B	t(101)	p-level
Intercept			23,66639	4,415013	5,36043	0,000001
ТОЛЕРАНТНІТЬ	-0,308871	0,116326	-0,89500	0,337071	-2,65522	0,009210
НЕПРИЙНЯТТЯ	0,363251	0,096616	1,00027	0,266047	3,75974	0,000285
ПОЗИТ.ПЕРЕОЦ	-0,235819	0,083135	-0,53907	0,190044	-2,83657	0,005511
НЕЯСНІСТЬ	0,128376	0,097335	0,42541	0,322546	1,31890	0,190184
ПРИЙНЯТТЯ	0,159838	0,106984	0,55151	0,369139	1,49404	0,138282
ВІДСУТНІСТЬ СТРАТЕГІЙ	-0,192978	0,103273	-0,67426	0,360834	-1,86862	0,064574
НЕСТАЧА ЦІЛЕСПРЯМ	0,198893	0,096914	0,55108	0,268525	2,05226	0,042731
УСВІДОМЛ	-0,167038	0,106877	-0,60798	0,389011	-1,56290	0,121205
ВІДЧУТТЯ	0,125628	0,096720	0,39405	0,303379	1,29888	0,196943

Регресійний аналіз шкали зовнішнього сорому та шкал емоційної регуляції

		Regression Summary for Dependent Variable: Зовнішній сором (Spreadsheet1) R= ,58851065 R ² = ,34634478 Adjusted R ² = ,27371643 F(11,99)=4,7687 p<,00001 Std.Error of estimate: 3,6226					
N=111		Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(99)	p-level
Intercept				14,61018	2,492121	5,86255	0,000000
САМОПІДТР		-0,197590	0,120481	-0,32582	0,198667	-1,64002	0,104176
НЕСТАЧА ЦІЛЕСПРЯМ		0,384945	0,116937	0,51384	0,156094	3,29190	0,001380
БАЧЕННЯ У ПЕРСПЕКТ		-0,240077	0,096474	-0,26766	0,107556	-2,48853	0,014496
ЗВИНУВАЧ ІНШ		0,194456	0,090191	0,23985	0,111247	2,15605	0,033503
ВІДСУТНІСТЬ СТРАТЕГІЙ		-0,266799	0,126398	-0,44910	0,212763	-2,11079	0,037310
НЕПРИЙНЯТТЯ		0,194441	0,113391	0,25795	0,150427	1,71478	0,089515
УСВІДОМЛ		-0,348709	0,162935	-0,61147	0,285712	-2,14017	0,034798
ЯСНІСТЬ		0,287624	0,158694	0,43645	0,240808	1,81244	0,072950
ІМПУЛЬСИВ		-0,157205	0,113019	-0,21450	0,154210	-1,39096	0,167356
РЕФОКУС НА ПЛАН		-0,122644	0,096304	-0,17088	0,134178	-1,27350	0,205822
РУМІНАЦІЯ		0,117346	0,105149	0,12605	0,112949	1,11599	0,267127

Регресійний аналіз шкали внутрішнього сорому та шкал емоційної регуляції

		Regression Summary for Dependent Variable: Внутрішній сором (Spreadsheet1) R= ,76279701 R ² = ,58185928 Adjusted R ² = ,54004521 F(10,100)=13,915 p<,00000 Std.Error of estimate: 3,8701					
N=111		Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(100)	p-level
Intercept				9,906278	2,885142	3,43355	0,000868
НЕПРИЙНЯТТЯ		0,401512	0,089967	0,715052	0,160221	4,46290	0,000021
ТОЛЕРАНТНІТЬ		-0,374123	0,112275	-0,701118	0,210407	-3,33220	0,001209
НЕЯСНІСТЬ		0,178925	0,097355	0,383462	0,208645	1,83787	0,069050
ВІДЧУТТЯ		0,187316	0,088403	0,379992	0,179335	2,11889	0,036577
ПОЗИТ.ПЕРЕОЦ		-0,225084	0,084976	-0,332771	0,125631	-2,64879	0,009389
ВІДСУТНІСТЬ СТРАТЕГІЙ		-0,172863	0,095981	-0,390618	0,216888	-1,80101	0,074715
ПРИЙНЯТТЯ		0,156355	0,098801	0,348910	0,220478	1,58252	0,116689
ЯСНІСТЬ		-0,169308	0,106661	-0,344891	0,217276	-1,58734	0,115593
БАЧЕННЯ У ПЕРСПЕКТ		0,088100	0,075791	0,131855	0,113432	1,16241	0,247834
НЕСТАЧА ЦІЛЕСПРЯМ		0,102921	0,090595	0,184430	0,162343	1,13605	0,258649

Регресійний аналіз за загальною шкалою сорому та шкалами труднощів емоційної регуляції

		Regression Summary for Dependent Variable: Сором (Spreadsheet1) R= ,60890567 R ² = ,37076612 Adjusted R ² = ,33446416 F(6,104)=10,213 p<,00000 Std.Error of estimate: 7,1981					
N=111		Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(104)	p-level
Intercept				5,109114	2,541201	2,010511	0,046966
НЕСТАЧА УСВІДОМ		0,110932	0,118261	0,438538	0,467512	0,938025	0,350405
НЕЯСНІСТЬ		0,131518	0,130038	0,435818	0,430913	1,011384	0,314180
НЕПРИЙНЯТТЯ		0,342431	0,106275	0,942936	0,292643	3,222135	0,001699
ВІДСУТНІСТЬ СТРАТЕГІЙ		-0,084893	0,112056	-0,296614	0,391522	-0,757592	0,450408
НЕСТАЧА ЦІЛЕСПРЯМ		0,296618	0,109679	0,821852	0,303894	2,704408	0,007996
ІМПУЛЬСИВ		-0,049757	0,103187	-0,140923	0,292249	-0,482202	0,630676

Регресійний аналіз за загальною шкалою сорому та когнітивної емоційної регуляції

Regression Summary for Dependent Variable: Сором (Spreadsheet1)						
R= ,56529849 R ² = ,31956238 Adjusted R ² = ,26671285						
F(8,103)=6,0466 p<,00000 Std.Error of estimate: 7,5215						
N=112	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(103)	p-level
Intercept			24,32264	4,826639	5,03925	0,000002
ПРИЙНЯТТЯ	0,076364	0,100841	0,21614	0,285425	0,75727	0,450618
РУМІНАЦІЯ	0,352347	0,110618	0,78562	0,246641	3,18527	0,001914
ПОЗ.РЕФОКУС	-0,001076	0,106806	-0,00247	0,245596	-0,01007	0,991983
РЕФОКУС НА ПЛАН	-0,177813	0,107040	-0,51424	0,309560	-1,66118	0,099718
ПОЗИТ.ПЕРЕОЦ	-0,236406	0,114610	-0,54042	0,261995	-2,06270	0,041657
БАЧЕННЯ У ПЕРСПЕКТ	-0,151320	0,108996	-0,35018	0,252232	-1,38831	0,168038
КАТАСТРОФІЗ	0,026352	0,100388	0,06947	0,264644	0,26250	0,793458
ЗВИНУВАЧ ІНШ	0,066479	0,094627	0,17021	0,242272	0,70254	0,483927

Регресійний аналіз за загальною шкалою сорому та навичками емоційної регуляції

Regression Summary for Dependent Variable: Сором (Spreadsheet1)						
R= ,59017177 R ² = ,34830271 Adjusted R ² = ,29023068						
F(9,101)=5,9978 p<,00000 Std.Error of estimate: 7,4334						
N=111	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(101)	p-level
Intercept			33,50810	2,865279	11,69453	0,000000
УСВІДОМЛ	0,055638	0,164580	0,20251	0,599039	0,33806	0,736021
ВІДЧУТТЯ	0,151511	0,112441	0,47524	0,352690	1,34747	0,180843
ЯСНІСТЬ	-0,070203	0,201091	-0,22112	0,633382	-0,34911	0,727733
РОЗУМІННЯ	-0,177944	0,198361	-0,57588	0,641951	-0,89707	0,371814
МОДИФІК	-0,129816	0,133549	-0,41790	0,429921	-0,97204	0,333351
ПРИЙНЯТТЯ	0,027121	0,121681	0,09358	0,419851	0,22289	0,824071
ТОЛЕРАНТНІТЬ	-0,420971	0,145389	-1,21983	0,421288	-2,89548	0,004641
ГОТ ДІЯТИ	0,118275	0,099554	0,36584	0,307932	1,18805	0,237600
САМОПІДТР	-0,110444	0,125283	-0,37802	0,428807	-0,88156	0,380108

Додаток Д

Результати кореляційного та регресійного аналізу перевірки Гіпотези 3:
Посередником між пережитим особою дитячим травматичним досвідом та інтенсивністю сорому у дорослому житті є навички емоційної регуляції особи.

Регресійний аналіз між шкалами травматичного досвіду та шкалами емоційної регуляції

Regression Summary for Dependent Variable: EH (Spreadsheet1)						
R= ,60032001 R ² = ,36038411 Adjusted R ² = ,30338864						
F(9,101)=6,3230 p<,00000 Std.Error of estimate: 4,0956						
N=111	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(101)	p-level
Intercept			-0,737585	2,871085	-0,25690	0,797778
КАТАСТРОФІЗ	0,325545	0,096877	0,477294	0,142035	3,36040	0,001099
НЕСТАЧА ЦІЛЕСПРЯМ	0,279288	0,095761	0,430373	0,147563	2,91653	0,004362
БАЧЕННЯ У ПЕРСПЕКТ	-0,368621	0,101460	-0,474423	0,130581	-3,63317	0,000442
ТОЛЕРАНТНІТЬ	0,322107	0,127855	0,519089	0,206044	2,51931	0,013327
ПРИЙНЯТТЯ	0,140246	0,099347	0,220770	0,156388	1,41168	0,161118
ЗВИНУВАЧ ІНШ	0,129573	0,091051	0,184502	0,129649	1,42309	0,157793
ПОЗ.РЕФОКУС	0,189585	0,102606	0,242451	0,131218	1,84769	0,067573
МОДИФІК	-0,189546	0,123980	-0,339358	0,221970	-1,52885	0,129428
РУМІНАЦІЯ	0,125033	0,107650	0,155046	0,133490	1,16147	0,248186

Regression Summary for Dependent Variable: ФН (Spreadsheet1)						
R= ,61149301 R ² = ,37392370 Adjusted R ² = ,30435967						
F(11,99)=5,3752 p<,00000 Std.Error of estimate: 2,9641						
N=111	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(99)	p-level
Intercept			3,552380	2,457320	1,44563	0,151439
КАТАСТРОФІЗ	0,370964	0,100246	0,393897	0,106443	3,70055	0,000354
ПОЗ.РЕФОКУС	0,169269	0,095407	0,156774	0,088364	1,77418	0,079108
БАЧЕННЯ У ПЕРСПЕКТ	-0,370304	0,098542	-0,345159	0,091850	-3,75783	0,000290
ПОЗИТ.ПЕРЕОЦ	0,185706	0,106487	0,170988	0,098048	1,74393	0,084276
ЗВИНУВАЧ ІНШ	0,261018	0,093025	0,269172	0,095931	2,80588	0,006042
РОЗУМІННЯ	-0,274469	0,107275	-0,357775	0,139835	-2,55855	0,012026
ТОЛЕРАНТНІТЬ	0,279345	0,118999	0,326030	0,138887	2,34745	0,020893
НЕСТАЧА ЦІЛЕСПРЯМ	0,187681	0,110859	0,209454	0,123720	1,69297	0,093606
ВІДСУТНІСТЬ СТРАТЕГІЙ	-0,226067	0,124236	-0,318146	0,174839	-1,81966	0,071833
НЕСТАЧА УСВІДОМ	-0,131627	0,101269	-0,209588	0,161250	-1,29977	0,196699
НЕПРИЙНЯТТЯ	0,136724	0,107596	0,151644	0,119337	1,27072	0,206807

Regression Summary for Dependent Variable: CH (Spreadsheet1) R= ,66993971 R ² = ,44881921 Adjusted R ² = ,38757690 F(11,99)=7,3286 p<,00000 Std.Error of estimate: 2,3561						
N=111	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(99)	p-level
Intercept			-0,043582	2,085499	-0,02090	0,983369
ЗВИНУВАЧ ІНШ	0,164709	0,087819	0,143896	0,076722	1,87554	0,063665
ПОЗ.РЕФОКУС	0,229283	0,090112	0,179904	0,070705	2,54442	0,012491
КАТАСТРОФІЗ	0,442068	0,094264	0,397660	0,084795	4,68968	0,000009
ВІДСУТНІСТЬ СТРАТЕГІЙ	-0,479766	0,109415	-0,571994	0,130448	-4,38483	0,000029
ІМПУЛЬСИВ	0,418429	0,094632	0,404380	0,091455	4,42165	0,000025
РОЗУМІННЯ	0,116404	0,101093	0,128545	0,111638	1,15145	0,252319
ПОЗИТ.ПЕРЕОЦ	-0,266176	0,090138	-0,207626	0,070310	-2,95300	0,003931
ПРИЙНЯТТЯ	0,156889	0,096515	0,184717	0,113634	1,62555	0,107226
ПРИЙНЯТТЯ	0,112553	0,088539	0,108706	0,085513	1,27122	0,206629
НЕСТАЧА УСВІДОМ	-0,127610	0,095261	-0,172138	0,128502	-1,33958	0,183450
НЕПРИЙНЯТТЯ	0,112165	0,102515	0,105393	0,096324	1,09414	0,276548

Regression Summary for Dependent Variable: E3 (Spreadsheet1) R= ,61902035 R ² = ,38318620 Adjusted R ² = ,33480865 F(8,102)=7,9207 p<,00000 Std.Error of estimate: 3,8935						
N=111	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(102)	p-level
Intercept			4,080968	2,571680	1,58689	0,115633
НЕСТАЧА ЦІЛЕСПРЯМ	0,239512	0,087171	0,359050	0,130677	2,74761	0,007099
БАЧЕННЯ У ПЕРСПЕКТ	-0,366453	0,095694	-0,458816	0,119814	-3,82941	0,000222
ПРИЙНЯТТЯ	0,267399	0,095892	0,409492	0,146848	2,78854	0,006318
КАТАСТРОФІЗ	0,259980	0,082926	0,370809	0,118278	3,13507	0,002245
ПРИЙНЯТТЯ	0,300379	0,105494	0,560756	0,196939	2,84736	0,005331
МОДИФІК	-0,401096	0,111258	-0,698597	0,193781	-3,60509	0,000485
ПОЗ.РЕФОКУС	0,130447	0,095281	0,162290	0,118539	1,36909	0,173980
ВІДЧУТТЯ	0,118284	0,093786	0,200737	0,159161	1,26122	0,210106

Regression Summary for Dependent Variable: Ф3 (Spreadsheet1) R= ,48830580 R ² = ,23844256 Adjusted R ² = ,20217792 F(5,105)=6,5751 p<,00002 Std.Error of estimate: 2,6238						
N=111	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(105)	p-level
Intercept			6,201387	1,412968	4,38891	0,000027
КАТАСТРОФІЗ	0,371257	0,087058	0,325840	0,076408	4,26449	0,000044
БАЧЕННЯ У ПЕРСПЕКТ	-0,309819	0,103455	-0,238697	0,079705	-2,99474	0,003426
ПРИЙНЯТТЯ	0,171074	0,102372	0,161209	0,096468	1,67111	0,097677
ГОТ.ДІЯТИ	0,148130	0,095356	0,152541	0,098196	1,55344	0,123327
МОДИФІК	-0,112191	0,103411	-0,120242	0,110831	-1,08491	0,280446

Наскільки ДТД та ЕР прогнозують СОРОМ. Регресійний аналіз

Regression Summary for Dependent Variable: Copom (Spreadsheet1)						
R= ,73466918 R ² = ,53973881 Adjusted R ² = ,49371269						
F(10,100)=11,727 p<,00000 Std.Error of estimate: 6,2781						
N=111	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(100)	p-level
Intercept			23,96274	4,493460	5,33280	0,000001
ТОЛЕРАНТНІТЬ	-0,350144	0,112103	-1,01460	0,324835	-3,12342	0,002339
НЕПРИЙНЯТТЯ	0,347279	0,095915	0,95629	0,264117	3,62069	0,000463
ЕН	0,205005	0,075444	0,36861	0,135653	2,71732	0,007758
ПОЗИТ.ПЕРЕОЦ	-0,164538	0,092153	-0,37613	0,210659	-1,78549	0,077213
ВІДСУТНІСТЬ СТРАТЕГІЙ	-0,247683	0,101717	-0,86540	0,355398	-2,43501	0,016663
НЕСТАЧА ЦІЛЕСПРЯМ	0,196173	0,100602	0,54355	0,278742	1,94999	0,053977
НЕЯСНІСТЬ	0,146703	0,085560	0,48614	0,283524	1,71462	0,089512
ПРИЙНЯТТЯ	0,114174	0,099315	0,39395	0,342680	1,14961	0,253046
РЕФОКУС НА ПЛАН	-0,110462	0,083412	-0,31946	0,241228	-1,32429	0,188425
ІМПУЛЬСИВ	-0,099616	0,091628	-0,28213	0,259510	-1,08718	0,279571

Зовнішній сором

Regression Summary for Dependent Variable: Зовнішній сором (Spreadsheet1)						
R= ,57781001 R ² = ,33386440 Adjusted R ² = ,28859305						
F(7,103)=7,3747 p<,00000 Std.Error of estimate: 3,5853						
N=111	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(103)	p-level
Intercept			12,27932	2,284072	5,37607	0,000000
САМОПІДТР	-0,230774	0,099229	-0,38053	0,163623	-2,32568	0,021995
ЕЗ	0,211604	0,091296	0,18842	0,081294	2,31777	0,022439
ПОЗИТ.ПЕРЕОЦ	-0,217087	0,096479	-0,23908	0,106252	-2,25010	0,026569
НЕСТАЧА ЦІЛЕСПРЯМ	0,207420	0,107200	0,27688	0,143096	1,93489	0,055747
ФН	0,113827	0,088561	0,13615	0,105927	1,28530	0,201570
ВІДСУТНІСТЬ СТРАТЕГІЙ	-0,224042	0,119121	-0,37712	0,200514	-1,88079	0,062825
НЕПРИЙНЯТТЯ	0,144606	0,104272	0,19184	0,138329	1,38681	0,168493

Внутрішній сором

Regression Summary for Dependent Variable: Внутрішній сором (Spreadsheet1)						
R= ,77304471 R ² = ,59759812 Adjusted R ² = ,54832442						
F(12,98)=12,128 p<,00000 Std.Error of estimate: 3,8351						
N=111	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(98)	p-level
Intercept			10,77415	3,007564	3,58235	0,000532
НЕПРИЙНЯТТЯ	0,373193	0,090409	0,66462	0,161009	4,12783	0,000077
ТОЛЕРАНТНІТЬ	-0,427766	0,111067	-0,80165	0,208143	-3,85143	0,000210
НЕЯСНІСТЬ	0,188868	0,095387	0,40477	0,204427	1,98002	0,050506
ВІДЧУТТЯ	0,224337	0,090177	0,45509	0,182933	2,48776	0,014543
ПОЗИТ.ПЕРЕОЦ	-0,213518	0,085241	-0,31567	0,126022	-2,50488	0,013899
ВІДСУТНІСТЬ СТРАТЕГІЙ	-0,166519	0,089556	-0,37628	0,202370	-1,85937	0,065974
ЕН	0,213257	0,103393	0,24799	0,120234	2,06258	0,041798
ПРИЙНЯТТЯ	0,161284	0,099460	0,35991	0,221948	1,62159	0,108103
БАЧЕННЯ У ПЕРСПЕКТ	0,127936	0,078556	0,19147	0,117571	1,62859	0,106611
ЯСНІСТЬ	-0,168608	0,105994	-0,34347	0,215916	-1,59074	0,114889
ПОЗ.РЕФОКУС	-0,082145	0,078530	-0,12216	0,116785	-1,04604	0,298116
ЕЗ	-0,104083	0,102686	-0,12442	0,122748	-1,01360	0,313270

Сором і когнітивна емоційна регуляція

Regression Summary for Dependent Variable: Сором (Spreadsheet1)						
R= ,56529849 R ² = ,31956238 Adjusted R ² = ,26671285						
F(8, 103)=6,0466 p<,00000 Std.Error of estimate: 7,5215						
N=112	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(103)	p-level
Intercept			24,32264	4,826639	5,03925	0,000002
ПРИЙНЯТТЯ	0,076364	0,100841	0,21614	0,285425	0,75727	0,450618
РУМІНАЦІЯ	0,352347	0,110618	0,78562	0,246641	3,18527	0,001914
ПОЗ.РЕФОКУС	-0,001076	0,106806	-0,00247	0,245596	-0,01007	0,991983
РЕФОКУС НА ПЛАН	-0,177813	0,107040	-0,51424	0,309560	-1,66118	0,099718
ПОЗИТ.ПЕРЕОЦ	-0,236406	0,114610	-0,54042	0,261995	-2,06270	0,041657
БАЧЕННЯ У ПЕРСПЕКТ	-0,151320	0,108996	-0,35018	0,252232	-1,38831	0,168038
КАТАСТРОФІЗ	0,026352	0,100388	0,06947	0,264644	0,26250	0,793458
ЗВИНУВАЧ ІНШ	0,066479	0,094627	0,17021	0,242272	0,70254	0,483927

Сором і навички емоційної регуляції

Regression Summary for Dependent Variable: Сором (Spreadsheet1)						
R= ,59017177 R ² = ,34830271 Adjusted R ² = ,29023068						
F(9, 101)=5,9978 p<,00000 Std.Error of estimate: 7,4334						
N=111	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(101)	p-level
Intercept			33,50810	2,865279	11,69453	0,000000
УСВІДОМЛ	0,055638	0,164580	0,20251	0,599039	0,33806	0,736021
ВІДЧУТТЯ	0,151511	0,112441	0,47524	0,352690	1,34747	0,180843
ЯСНІСТЬ	-0,070203	0,201091	-0,22112	0,633382	-0,34911	0,727733
РОЗУМІННЯ	-0,177944	0,198361	-0,57588	0,641951	-0,89707	0,371814
МОДИФІК	-0,129816	0,133549	-0,41790	0,429921	-0,97204	0,333351
ПРИЙНЯТТЯ	0,027121	0,121681	0,09358	0,419851	0,22289	0,824071
ТОЛЕРАНТНІТЬ	-0,420971	0,145389	-1,21983	0,421288	-2,89548	0,004641
ГОТ.ДІЯТИ	0,118275	0,099554	0,36584	0,307932	1,18805	0,237600
САМОПІДТР	-0,110444	0,125283	-0,37802	0,428807	-0,88156	0,380108

Сором і труднощі емоційної регуляції

Regression Summary for Dependent Variable: Сором (Spreadsheet1)						
R= ,60890567 R ² = ,37076612 Adjusted R ² = ,33446416						
F(6, 104)=10,213 p<,00000 Std.Error of estimate: 7,1981						
N=111	Beta	Std.Err. of Beta	B	Std.Err. of B	t(104)	p-level
Intercept			5,109114	2,541201	2,010511	0,046966
НЕСТАЧА УСВІДОМ	0,110932	0,118261	0,438538	0,467512	0,938025	0,350405
НЕЯСНІСТЬ	0,131518	0,130038	0,435818	0,430913	1,011384	0,314180
НЕПРИЙНЯТТЯ	0,342431	0,106275	0,942936	0,292643	3,222135	0,001699
ВІДСУТНІСТЬ СТРАТЕГІЙ	-0,084893	0,112056	-0,296614	0,391522	-0,757592	0,450408
НЕСТАЧА ЦІЛЕСПРЯМ	0,296618	0,109679	0,821852	0,303894	2,704408	0,007996
ІМПУЛЬСИВ	-0,049757	0,103187	-0,140923	0,292249	-0,482202	0,630676