

Ранні дезадаптивні схеми як детермінанти життєвого стилю студентської молоді***Зубенко Олеся Михайлівна***аспірантка кафедри психологічного консультування і психотерапії**Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна**майдан Свободи, 6, Харків, Україна, 61022**<https://orcid.org/0000-0002-6611-5084>**e-mail: olesyazubenko.kh@gmail.com*

Стаття присвячена проблематиці вивчення життєвого стилю в психології та чинників його формування. Метою роботи є встановлення ролі ранніх дезадаптивних схем як психологічного чиннику, що може формувати певні аспекти життєвого стилю студентської молоді. Емпіричне дослідження реалізовано на студентській вибірці обох статей, загальна кількість досліджуваних становить 195 осіб. В результаті було виділено шість типових варіантів побудовання життєвих стилів: «Уникнення контакту», «Комплекс переважання», «Асертивність», «Міметизм», «Зрілість», «Міжособистісна залежність». Встановлено, що РДС мають специфічні та неспецифічні механізми впливу на стилі життя. Неспецифічний механізм впливу визначено тільки на стиль «Міжособистісна залежність». Стилі «Уникнення контакту», «Міметизм», «Комплекс переважання», «Асертивність», «Зрілість» виявили специфічні механізми, які полягають у наявності травматичного фундаменту, що формується певними РДС для кожного стилю.

Ключові слова: *стиль життя, ранній досвід особистості, ранні дезадаптивні схеми, студентська молодь.*

Постановка проблеми. Проблематика вивчення життєвого стилю в психології та чинників його формування не втрачає актуальності не дивлячись на достатню кількість досліджень в цій галузі. Стрімкий розвиток суспільства та виклики сучасності демонструють швидку зміну пріоритетів й цінностей, що сповідає сучасна молодь, тож розкриття чинників, що впливають на формування стилю життя видається перспективним. На сьогодні вектор психологічних досліджень є спрямованим не тільки на побудовання типології стилів життя, а й на розкриття й розширення кола чинників та механізмів конструювання життя особистістю.

Основними чинниками формування, становлення та кристалізації стилю життя у сучасних дослідженнях вказують стать та гендер людини (Г.В. Гритчук, Т.М. Титаренко), рівень особистісної зрілості (Е. Берн, С. Вуллемс, Г. Олпорт, Е. Еріксон), вплив критичного періоду розвитку особистості (А. Адлер), роль найближчого оточення (сім'я, батьки) і травматичні або значущі події життя (А. Адлер), трансгенераційні чинники (Н. Абрахам, М. Боуен, Ф. Дольто, І. Бузормені-Надь, Л. Сонді, А.А. Шутценбергер) та суб'єктивні чинники або власні рішення людини (Л. Сонді). Надання переваги у визначенні питомої ваги того або іншого психологічного фактору залежить від ідеологічного фундаменту підходу, в якому розглянуто життєвий стиль особистості. Так, гуманістичні напрями або теорія діяльності зосереджені на визнанні ролі особистості у вигляді

досягнутого рівня зрілості або впливу вольових рішень індивіда. Психоаналітичні напрями відають перевагу ролі раннього дитинства, і, як випливає з цього, визнають ключову роль батьківського виховання, інфантильної дитячої травматизації та трансгенераційних механізмів впливу.

Ідею щодо травматичного базису у функціонуванні особистості розглянуто також в рамках емоційнофокусованої психотерапії: у моделі «емоційної схеми» (А. Грінберг, Р. Ліхі). Узагальнена структура емоційної схеми включає у себе п'ять компонентів (А. Грінберг, Р. Елліотт): власне первинне травматичне переживання; тілесні маніфестації; система травматичних спогадів, яка підтримує переживання; система суб'єктивних інтерпретацій або міфологій, яка пояснює власну поведінку; система мотивації, яка формує стійкі моделі поведінки. Подібну модель ранніх дезадаптивних схем (далі – РДС) запропоновано Дж. Янгом, який визначив «дезадаптивні чи дисфункціональні схеми як витривалі, всепроникні, безумовні, негативні вірування про себе, інших і навколишнє середовище, які формуються в ранньому дитинстві, а також виявляється стійким у дорослому віці та протягом усього життя». Його модель охоплює вісімнадцять схем, що об'єднано у п'ять доменів: порушення зв'язку і відкидання; порушення автономії; порушені границі; спрямованість на інших; над пильність і заборони. Кожен домен відображає певну базову потребу, фрустрація якої призводить до формування РДС на

* **How to cite:** Zubenko, O. (2021). Early Maladaptive Schemas as Determinants of Student's Youth Lifestyle, *The Journal of V. N. Karazin Kharkiv National University. A Series of «Psychology»*, 70, 29-36. (in Ukrainian). <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2021-70-04>

основі значущого емоційного досвіду. Отже, концепція емоційної схеми більш детально пояснює механізм створення «травматичного» контуру функціонування особистості та його наслідки у подальшому житті людини, що фактично приводить до закріплення цього у вигляді стійкого стилю життя. У нашій роботі ми зосередимося на вивченні ранніх дезадаптивних схем як предикторів формування стилю життя особистості.

Теоретичний аналіз. Сучасні дослідження переконливо доводять значну роль емоційних схем у формування різного спектру психологічних явищ. Провідна роль емоційних схем встановлена у розвитку стресу, депресивних розладів, тривоги, розладів шизофренічного спектру. У дослідженні С. Сардарзаде (2019) вивчено роль когнітивних та емоційних схем у розумінні чинників стресу, депресії та тривоги, які є найбільш поширеними психологічними проблемами серед населення України. Авторкою було встановлено, що високі показники зазначених розладів корелюють із наявністю емоційних схем провини і контрольованості. Подібне дослідження реалізоване на вибірці осіб, що страждають біполярним та великим депресивними розладами (Rahabarian, Mohammadi, Abasi, et al, 2016). Автори встановили відмінності від контрольної групи людей, яка мала більш високі показники адаптивних емоційних схем цінності, підтвердження, прийняття та експресії. Особи із депресивними розладами відрізнялися тільки рівнем схеми провини, яка більш виражена при великому депресивному розладі. Дослідження О.М. Єричева (2019) емоційних схеми, що формуються в преморбідному періоді у осіб, які страждають розладами шизофренічного спектру виявило більшу вираженість схем, пов'язаних з інгібіцією власних емоцій, почуттям провини за власні емоції. Також таким пацієнтам властивою є недостатня узгодженість власних емоцій з емоціями інших, низька емоційна експресивність і звинувачення інших, що також додатково дезінтегрувало їхнє внутрішнє життя.

У сучасних дослідженнях встановлено роль РДС при хімічних залежностях. Зокрема, спостерігаються більш високі показники за 9 схемами з 18 (за Дж.Янгом) в чоловіків, які мають субстантні форми залежностей (Shorey, Stuart, Anderson, 2013). В іншому дослідженні (Razavi, Soltaninezhad, Rafiee. 2012) було виявлено більш вузьке коло схем, яке є предикторами адикцій у чоловіків: це схеми сплутаності, емоційна депривація, уразливість до хвороби. Наявність ранніх дезадаптивних схем розглядається як основний фактор тенденції до

зловживання наркотиками опіоїдної групи. Так, Kakavand, R., Kakavand, A., & Nakami, M. (2018) встановили, що опіодні наркомани виявили більш високий рівень вираженості схем «над-пильність», «Порушені границі», «Порушена автономія», «Імпульсивність», «Розвив зв'язку» та «Спрямованість на інших». Разом із тим, деякі дослідники (Chodkiewicz, Gruszczynska, 2018) вказують на відсутність специфічності профілю дезадаптивних схем при алкогольній адикції.

Також доведено наявність впливу РДС і у генезі нехімічних залежностей. У комплексному дослідженні (Aloi, Verrastro, Rania, et al, 2020) старших підлітків та молоді з харчовими залежностями, гемблінгом та інтернет-адикцією було встановлено, що при харчовій та інтернет-адикції показники за чотирма доменами були вищими за осіб з гемблінгом. Для гемблерів притаманними є схеми «Несамостійність», «Порушені границі». А при одночасній наявності двох адикцій показники за усіма доменами РДС значно зростали. Дослідження А.Ю. Ковтуненко та О.І. Єрзіна (2018) дозволило встановити, що у жінок, які практикують різні типи дієт та мають схильність до харчових залежностей, провідними є схеми «Жорсткі стандарти», «Пошук схвалення», «Недостатність самоконтролю», «Покинута», «Грандіозність».

Є емпіричні підтвердження того, схеми впливають на якість стосунків (Collins, & Feeney, 2004), і що суб'єктивна якість стосунків може впливати на задоволеність ними (Laurson, DeLay, & Adams, 2010). Треба зауважити, що дослідники винайшли зв'язок між схемами загалом та рівнем задоволеності, який люди відчували у стосунках (Chatav & Whisman, 2008; Marshall et al., 2011), а між емоційними схемами та задоволеністю стосунками не встановлено прямого зв'язку.

За Дж. Янгом (Young, 2014) основним витокком формування ранніх дезадаптивних схем є негативний досвід раннього дитинства, в якому базові потреби дитини не були задоволені, в результаті чого у нього формувалися дезадаптивні стилі подолання або виживання, і, згодом, починали породжувати неадекватність у дорослому житті. Рання дезадаптивна схема являє собою модель сприйняття дійсності, яка була сформована в дитинстві під впливом травматичних подій або поганого поводження і є тим, що застосовується для сприйняття та інтерпретації життєвого досвіду протягом усього життя при деякій схожості обставин з подіями в дитинстві. З віком ранні дезадаптивні схеми стають все більш складними і можуть впливати на широкий спектр сфер життя людини. Для активації ранніх дезадаптивних схем часто необхідно є певна «пускова» подія, яка

активізує ту чи іншу схему. Таким чином, ранні дезадаптивні схеми є ригідними механізмами, які є стійкими протягом життя і «змушують» людину відображати тільки відповідну схемам інформацію, і таким шляхом порушують нормальну соціальну адаптацію, обмежуючи поведінку людини.

Підводячи підсумок, можемо зазначити, що основними характеристиками ранніх дезадаптивних схем є такі: ранній характер формування (часто травматичний); стійкість протягом життя; функціонування у якості «лінз», через які здійснюється сприйняття, інтерпретація та переживання життєвого досвіду; наявність значного впливу на різні сфери життя особистості: психологічне благополуччя, якість, стосунків психологічної інтимності, психологічне й психічне здоров'я, соціальна поведінка тощо. Ці властивості кореспондують з певними особливостями життєвого стилю особистості, зокрема раннім формуванням, травматичною природою й стійкістю, що надає підстави розглянути емоційні схеми як предиктора формування життєвого стилю.

Метою роботи є встановлення ролі ранніх дезадаптивних схем як психологічного чинника, що може формувати певні аспекти життєвого стилю студентської молоді.

Дослідницьку вибірку склали особи юнацького віку та віку ранньої дорослості (20-27 років). Загальна кількість досліджуваних – 195 осіб, з них: 105 – жінок та 90 – чоловіків. За соціальним статусом досліджувані переважно є студентами старших курсів закладів вищої освіти м. Харкова – 145 осіб, та молоддю, що нещодавно (1-2 роки тому) завершила вищу освіту та працює – 50 осіб.

Методи дослідження. У роботі було використано: метод аналізу ранніх спогадів та його кількісна оцінка за параметрами соціального інтересу (К.Е. Altman і J. Quinn); опитувальник життєвої позиції; методика самооцінювання особистісної зрілості (А.В. Мікляєва); методика діагностики особистісної зрілості (В.А. Руженков,

В.В. Руженкова, І.С. Лукьянцева); шкала базисних переконань (Р. Янофф-Бульман, адаптація М.А. Падун, А.В. Котельникова); методика діагностики стилю міжособистісних стосунків (О.С. Кочарян, Є.В. Фролова, І.О. Бару); шкала диференційних емоцій К. Ізарда, опитувальник ранніх дезадаптивних схем Дж. Янга (в адаптації П.М.Касьяника, О.В.Романової). Математична обробка була здійснена за допомогою кореляційного аналізу (за методом τ -Кендалла).

Результати дослідження. На першому етапі дослідження було виявлено типові варіанти життєвих стилів у сучасній студентській молоді. Для цього простір ознак, що представлено у шкалах методик аналізу ранніх спогадів, опитувальнику життєвої позиції, самооцінювання особистісної зрілості, діагностики особистісної зрілості, шкали базисних переконань, діагностики стилю міжособистісних стосунків, шкали диференційних емоцій було піддано ортогональному обертанню Varimax. В результаті отримано шість факторів, що пояснюють 58,88 % загальної дисперсії. Відбір факторів було здійснено на основі власних значень й ваги факторів. Детальна процедура та опис змісту факторів представлена у попередній роботі (Зубенко, 2020), тому ми не будемо зупинятися на цьому. Зазначимо фінальний результат цього етапу, який полягає у тому, що у сучасній студентській молоді можна виділити типові варіанти побудування життєвих стилів: «Уникнення контакту», «Комплекс переважання», «Асертивність», «Міметизм», «Зрілість», «Міжоособистісна залежність» (Зубенко, 2020).

На другому етапі фактори, що являють собою життєві стилі, було збережено як змінні, що надало змогу проводити кореляційний аналіз (τ -Кендалла) між цими шістьма змінними та балами, що отримано опитувальником ранніх дезадаптивних схем Дж. Янга. Нами було відібрано кореляційні зв'язки, що є достовірними ($p < 0,05$), та побудовано таблиці кореляцій шістьма стилями життя з РДС.

Таблиця 1. Кореляційні зв'язки стилю «Уникнення контакту» з РДС

РДС (τ)					Домен
покинутість / нестабільність (0,42)	недовіра / насильство (0,36)	емоційна депривація (0,54)	Дефективність / сором (0,47)	соціальна ізоляція / відчуження (0,60)	1
злітність з іншими / нерозвинене Я (-0,51)					2
самопожертва (-0,48)			пошук схвалення (-0,35)		3
негативізм / песимізм (0,38)					5

Загалом, характер виявлених відображає механізми формування цього стилю подібно до «емоційного холоду» за типом підсиленої автономії

й уникнення близькості. Позитивні зв'язки цей стиль має з усіма РДС першого домену «Розрив зв'язків та відторгнення». Тож, цей стиль життя

базується на незадоволених потребах в безпеці, любові та турботі, що є порушеною прихильністю за типом уникання. Позитивний зв'язок з РДС «негативізм / песимізм» з домену «Надмірна пильність та заборони», що свідчить про придушення здатності до спонтанності й схильність концентрувати увагу на негативній стороні життя.

Від'ємних зв'язки мають РДС «злітність з іншими / нерозвинене Я» та «самопожертва» і

Таблиця 2. Кореляційні зв'язки стилю «Міжособистісна залежність» з РДС

РДС (r)					Домен
покинутість / нестабільність (0,26)	недовіра / насильство (0,31)	емоційна депривація (0,34)	дефективність / сором (0,27)	соціальна ізоляція / відчуження (0,35)	1
залежність / некомпетентність (0,46)	схильність до фізичної шкоди чи хвороби (0,29)	злитість з іншими / нерозвинене Я (0,41)	приреченість на невдачу		2
підпорядкування (0,46)	самопожертва (0,41)	пошук схвалення (0,50)			3
спрямованість на особливі права / грандіозність (0,28)	недостатність самоконтролю / самодисципліни (0,24)				4
негативізм / песимізм (0,32)	пригніченість / придушення емоцій (0,36)	завишені вимоги до себе / жорсткі стандарти (0,28)	пунітивність (0,49)		5

Вплив РДС на стиль «Міжособистісна залежність» відбиває неспецифічний характер зв'язків, коли в основі стилю виявлено високий рівень вираженості усіх РДС. Тож це може означати наявність інших факторів, що моделюють вплив РДС. Найбільш сильними є зв'язки зі схемами другого домену «Порушення автономії» та третього домену «Спрямованість на інших». Власне це відображає зміст стилю «Міжособистісна

«пошук схвалення». За змістом це показує потребу в автономії, яка є підсиленою і є болючим акцентом на власній відокремленості, що також вкладається в загальну картину синдрому «емоційного холоду» (Кочарян, 2019).

Наступна таблиця відтворює кореляційні зв'язки стилю «Міжособистісна залежність», що є більш властивий чоловікам (Зубенко, 2020).

залежність», окремими проявами можуть бути знижена здатність до автономії і незалежного функціонування, безпорадність, вразливість, наявність страхів, схильність до симбіотичних стосунків або над близькості тощо.

У таблиці 3 представлено кореляції стилю «Міметизм», який більш властивий жінкам (Зубенко, 2020).

Таблиця 3. Кореляційні зв'язки стилю «Міметизм» з РДС

РДС (r)				Домен
покинутість / нестабільність (0,25)	недовіра / насильство (0,29)	емоційна депривація (0,27)	дефективність / сором (0,42)	1
залежність / некомпетентність (0,36)	злитість з іншими / нерозвинене Я (0,31)			2
пошук схвалення (0,41)				3
спрямованість на особливі права / грандіозність (-0,48)				4

Зазначений стиль має позитивні кореляції з більшістю РДС першого домену «Розрив зв'язків та відторгнення», що свідчить про наявність психологічного базису у вигляді порушеної прихильності. Зв'язок з РДС «дефективність / сором» може бути зрозумілий як відчуття власної збитковості, та це базове почуття є неусвідомлюваним. Тож «міметичне бажання» (Жирар, 2019) виконує роль механізму подолання

почуття власної недосконалості «запозичення» досконалості в інших людей або шляхом наслідування гідних, соціально схвалюваних моделей поведінки. Зв'язки з РДС із другого домену «Порушення автономії», третього домену «Спрямованість на інших» і від'ємний зв'язок з РДС «спрямованість на особливі права / грандіозність» відображають загальну картину фундаменту цього стилю у вигляді порушеної

прихильності та труднощів в формування психологічної автономії.

Наступна таблиця відображає кореляції, що має стиль «Зрілість».

Таблиця 4. Кореляційні зв'язки стилю «Зрілість» з РАС

РДС·(τ)□					Домен□
покинутість·/· нестабільність (0,26)□	недовіра·/· насильство (0,31)□	емоційна· депривація· (0,34)□	дефектив- ність/сором· (0,27)□	соціальна· ізоляція/·відчу- ження·(0,35)□	1□
приреченість на невдачу·(-0,51)□					2□
самопожертва·(0,32)□			пошук·схвалення(0,44)□		3□
недостатність·самоконтролю·/·самодисципліни(-0,44)□					4□
негативізм·/·песимізм·(-0,35)□			пунітивність(0,29)□		5□

Перше, що привертає увагу, це наявність численних зв'язків з дезадаптивними емоційними схемами. Характер зв'язків вказує на наявність травматичного базису, пов'язаного із фіксаціями на ранніх стадіях розвитку особистості (порушена прихильність, дефіцит потреби у безпеці та турботі). Окремо слід обговорити зв'язок з РАС «пунітивність», яка вказує на значущу роль почуття провини у формуванні зрілого стилю життя. Тож провинна скоріш за все виконує функцію мотивації вдосконалення й знаходження більш «високого

стандарту» у власному житті. Від'ємні зв'язки з РАС «приреченість на невдачу», «недостатність самоконтролю / самодисципліни», «негативізм / песимізм» свідчать про наявність переконання у власній спроможності та компетентності, здатність до самоконтролю й переважання позитивних настанов у сприйнятті подій власного життя. Фактично це і є механізмами подолання травматичного базису.

Наступна таблиця демонструє зв'язки, що виявив стиль «Комплекс переважання».

Таблиця 5. Кореляційні зв'язки стилю «Комплекс переважання» з РАС

РДС·(τ)□	Домен□
дефективність/сором(0,47)□	1□
пошук·схвалення(0,46)□	3□
спрямованість на особливі права·/·грандіозність(0,55)□	4□
пунітивність(0,34)□	5□

Цей стиль життя виявив позитивні кореляційні зв'язки з РАС майже усіх доменів, але за кількістю зв'язків ми спостерігаємо тут значно менше. З результатів бачимо, що стиль «Комплекс переважання» формується як захисна «маска» та результат вирішення конфлікту між почуттям дефективності, власної недосконалої (РАС

«дефективність/сором») та грандіозності «Я» (РАС «спрямованість на особливі права / грандіозність») із домінуванням зовнішньої референції в оцінюванні себе та регуляторів поведінки (РАС «пошук схвалення» та «пунітивність»).

Таблиця 6 містить дані кореляцій стилю «Асертивність».

Таблиця 6. Кореляційні зв'язки стилю «Асертивність» з РАС

РДС·(τ)□			Домен□
емоційна депривація· (0,29)□	дефективність· /сором(0,26)□	соціальна·ізоляція·/ відчуження·(0,33)□	1□
злитість з іншими·/·нерозвинене Я·(-0,51)□			2□
підпорядкування·(-0,39)□			3□
завищені вимоги до себе·/·жорсткі стандарти·(0,41)□			5□

Цей стиль є дещо схожим на стиль «Зрілість», але важливою відмінністю є труднощі із психологічною інтимністю та фіксація на зовнішній успішності та високій самоефективності. Стиль «Асертивність» також пов'язаний із ранньою інфантильною травматизацією, що відображено у зв'язках з РАС першого домену та свідчить про фрустрація потреб у прийнятті, турботі та любові.

Але формування впевненості у собі та зрілої життєвої позиції відбувається за рахунок стратегій подолання, що відображають або досягнення психологічної автономії та формування вимогливості до себе. Про це свідчать від'ємні зв'язки з РАС «злитість з іншими / нерозвинене Я», «підпорядкування» та позитивний зв'язок з РАС «завищені вимоги до себе / жорсткі стандарти».

Обговорення результатів. Можемо зазначити такі загальні закономірності, що було виявлено:

- значна кількість кореляційних зв'язків, що демонструють стилі життя з РДС, та їхній суперечливий характер. Цей результат свідчить на користь того, що існують інші особистісні фактори, що моделюють вплив РДС на стиль життя особистості;

- за характером впливу РДС на життєві стилі цей вплив може бути *неспецифічним* (прикладом є стиль «міжособистісна залежність»), коли в основі стилю виявлено високий рівень вираженості усіх РДС і не можливо окреслити окремі специфічні зв'язки. ймовірним механізмом такого впливу є особистісна тривога, коли усі РДС підвищують рівень особистісної тривоги й стиль життя стає захистом від напруги та тривоги;

- за характером впливу РДС на життєві стилі такий вплив може бути *специфічним* (прикладом є усі інші стилі), коли можна описати досить конкретні механізми:

- «Уникнення контакту» формується подібно до синдрому «емоційного холоду» за типом підсиленої автономії й уникнення близькості;

- «Міметизм» пов'язаний із подоланням почуття власної недосконалості шляхом наслідування підних, соціально схвалюваних моделей поведінки або досконалості, що походить ззовні;

- «Комплекс переважання» є захисною «маскою», що пов'язана із конфліктом між почуттям власної недосконалості та грандіозності «Я»;

- життєві стилі, що є зрілими («Зрілість» та «Асертивність») мають травматичний базис, що сформовано за рахунок фіксацій на ранніх стадіях розвитку особистості. Можливість досягнення зрілих аспектів у життєвому стилі особистості відбувається за рахунок стратегій подолання, які мають певні відмінності: для стилю «Асертивність» це розвиток психологічної автономії та формування вимогливості до себе, а для стилю «Зрілість» це формування переконань у власній компетентності, функціонування почуття провини як мотиватора самовдосконалення, розвинений самоконтроль.

Висновки

На основі проведеного дослідження ми дійшли наступних висновків:

1. Ранні дезадаптивні схеми мають специфічні та неспецифічні механізми впливу на стилі життя.

2. Специфічний вплив виявлено на стилі «Уникнення контакту», «Міметизм», «Комплекс переважання», який пов'язаний із дефіцитом базових потреб у злитті та безумовному прийнятті і

визнанні цінності і формуванням ранніх дезадаптивних схем, що фіксують цей ранній досвід у стилі життя.

3. Життєві стилі, що є зрілими («Зрілість» та «Асертивність») мають значний травматичний базис, пов'язаний із порушеною прихильністю, дефіцитом потреби у безпеці та турботі. Специфічним механізмом є формування стратегій подолання, що відображають або досягнення психологічної автономії та формування вимогливості до себе (стиль «Асертивність») або формування базових переконань у власній спроможності та компетентності, позитивному спрямуванні почуття провини як мотиватора самовдосконалення, високо розвиненому самоконтролю й переважання позитивних настанов у сприйнятті життя (стиль «Зрілість»).

4. Неспецифічний механізм впливу визначено тільки на стиль «Міжособистісна залежність», можливим механізмом такого впливу є особистісна тривога, коли усі ранні дезадаптивні схеми підвищують рівень особистісної тривоги й стиль життя стає захистом від напруги та тривоги.

Перспектива подальших досліджень полягає в уточненні механізмів модуляції впливу РДС на життєві стилі, в якості яких можуть бути розглянуто функціонування особистості та загальний рівень саморегуляції особистості.

Список посилань

- Еричев, А. Н. (2019) *Когнитивно-поведенческая психотерапия в системе биопсихосоциальной терапии расстройств шизофренического спектра* (дис. на соиск.уч. ст. доктора мед. наук). Санкт-Петербург: ФГБУ «НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева».
- Жириар, Р. (2019) *Ложь романтизма и правда обмана*. Пер. с фр. А. Зыгмонт. – М.: Новое литературное обозрение.
- Зубенко, О.М. (2020) Стилi життя сучасної студентської молоді. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія*. 69. 74-80. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2020-69-10>
- Ковтуненко А.Ю., Ерзин А.И. (2018) Ранние дезадаптивные схемы у девушек, практикующих диеты. *Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн.* 6 (1). Режим доступа: <http://medpsy.ru/climp>
- Кочарян, О. С. (Ред.) (2019) *Синдром «емоційного холоду» в міжособистісних стосунках: монографія*. Харків: ХНУ імені В. Н. Каразіна.
- Сардарзаде, С. (2019) *Взаємодія когнітивних та емоційних схем у осіб з тривожними, депресивними та спричиненими стресом розладами* (автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук) Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психології ім. Г.С. Костюка.
- Aloi, M., Verrastro, V., Rania, M., Sacco, R., Fernández-Aranda, F., Jiménez-Murcia, S., De Fazio, P. and Segura-García, C. (2020) The Potential Role of the Early Maladaptive Schema in Behavioral Addictions Among

- Late Adolescents and Young Adults. *Front. Psychol.* 10:3022. <https://doi.org/3389/fpsyg.2019.03022>
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2004). Working models of attachment shape perceptions of social support: Evidence from experimental and observational studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(3), 363-383. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.3.363>
- Chatav, Y., & Whisman, M. A. (2008). Partner schemas and relationship functioning: A states of mind analysis. *Behavior Therapy*, 40, 50-56.
- Chodkiewicz, J., Gruszczynska, E. Maladaptive Schemas Among People Addicted to Alcohol: Heterogeneity but not Specificity? *Alcohol and Alcoholism*, 2018, 53(6) 682-687. <https://doi.org/10.1093/alcac/agy047>
- Kakavand, R., Kakavand, A., & Hakami, M. (2018). A Comparative Study of Early Maladaptive Schemas and Impulsivity Between Opioid Abusers and Non-Abusers. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 6(3), 167-174. Retrieved from: <http://jpcp.uswr.ac.ir/article-1-487-en.html>
- Laursen, B., DeLay, D., & Adams, R. E. (2010). Trajectories of perceived support in mother-adolescent relationships: The poor (quality) get poorer. *Developmental Psychology*, 46(6), 1792-1798. <https://doi.org/10.1037/a0020679>
- Marshall, A. D., Panuzio, J., Makin-Byrd, K. N., Taft, C. T. & Holtzworth-Munroe, A. (2011). A multilevel examination of interpartner intimate partner violence and psychological aggression reporting concordance. *Behavior Therapy*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2010.09.003>
- Rahabarian, M., Mohammadi, A., Abasi, I., Meysamie, A., & Nejatisafa, A. (2016). Comparing emotional schemas in remitted patients with bipolar disorders, major depressive disorder, and nonclinical people. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 4(2). 121-128. <http://dx.doi.org/10.15412/J.JPCP.06040207>
- Razavi, V., Soltaninezhad, A., Rafiee, A. (2012) Comparing of early maladaptive schemas between healthy and addicted men. *Zabedan Journal of Research in Medical Sciences (ZJRMS)*; 14(9). 60-63.
- Shorey, R.C., Stuart, G.L., Anderson, S. J. (2013) Early maladaptive schemas among young adult male substance abusers: a comparison with a non-clinical group. *Subst Abuse Treat.* 44(5). 522-527. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2012.12.001>
- Young, J. E. (2014) Schema therapy: a practitioner's guide. *Counselling Psychology Quarterly*. 17 (1). 1-11.
- References**
- Erychev, A. N. (2019) *Cognitive-behavioral psychotherapy in the system of biopsychosocial therapy for schizophrenic spectrum disorders* (Doctor or science thesis). Sankt-Peterburh: FHBU «NMYT's PN im. V.M. Bekhtereva». [in Russian]/
- Zhyrar R. (2019) *The lies of romanticism and the truth of deception*. Per. s fr. A. Zyhmont. – M.: Novoe lyteraturnoe obozrenye.
- Zubenko, O.M. (2020) Lifestyles of modern student youth. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karazina. Seriya Psykholohiia.* 69. 74-80. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2020-69-10>
- Kovtunencko A.Iu., Erzyn A.Y. (2018) Early maladaptive schemas in girls who practice diets. *Khnycheskaia i medytynskaia psykholohiia: yssledovanyia, obuchenye, praktyka: elektron. nauch. zhurn.* 6(1). Rezhym dostupa: <http://medpsy.ru/climp>
- Kocharian, O. S. (Red.) (2019) *Syndrome of "emotional cold" in interpersonal relationships: monograph*. Kharkiv: KhNU imeni V. N. Karazina.
- Sardarzade, S. (2019) *Interaction of cognitive and emotional patterns in people with anxiety, depression and stress-induced disorders* (Extended abstract of candidate's thesis). Nats. akad. ped. nauk Ukrainy, In-t psykholohii im. H.S. Kostiuca. [in Ukrainian]
- Aloi, M., Verrastro, V., Rania, M., Sacco, R., Fernández-Aranda, F., Jiménez-Murcia, S., De Fazio, P. and Segura-García, C. (2020) The Potential Role of the Early Maladaptive Schema in Behavioral Addictions Among Late Adolescents and Young Adults. *Front. Psychol.* 10:3022. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.03022>
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2004). Working models of attachment shape perceptions of social support: Evidence from experimental and observational studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(3), 363-383. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.3.363>
- Chatav, Y., & Whisman, M. A. (2008). Partner schemas and relationship functioning: A states of mind analysis. *Behavior Therapy*, 40, 50-56.
- Chodkiewicz, J., Gruszczynska, E. Maladaptive Schemas Among People Addicted to Alcohol: Heterogeneity but not Specificity? *Alcohol and Alcoholism*, 2018, 53(6) 682-687. <https://doi.org/10.1093/alcac/agy047>
- Kakavand, R., Kakavand, A., & Hakami, M. (2018). A Comparative Study of Early Maladaptive Schemas and Impulsivity Between Opioid Abusers and Non-Abusers. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 6(3), 167-174. Retrieved from: <http://jpcp.uswr.ac.ir/article-1-487-en.html>
- Laursen, B., DeLay, D., & Adams, R. E. (2010). Trajectories of perceived support in mother-adolescent relationships: The poor (quality) get poorer. *Developmental Psychology*, 46(6), 1792-1798. <https://doi.org/10.1037/a0020679>
- Marshall, A. D., Panuzio, J., Makin-Byrd, K. N., Taft, C. T. & Holtzworth-Munroe, A. (2011). A multilevel examination of interpartner intimate partner violence and psychological aggression reporting concordance. *Behavior Therapy*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2010.09.003>
- Rahabarian, M., Mohammadi, A., Abasi, I., Meysamie, A., & Nejatisafa, A. (2016). Comparing emotional schemas in remitted patients with bipolar disorders, major depressive disorder, and nonclinical people. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 4(2). 121-128. <http://dx.doi.org/10.15412/J.JPCP.06040207>
- Razavi, V., Soltaninezhad, A., Rafiee, A. (2012) Comparing of early maladaptive schemas between healthy and addicted men. *Zabedan Journal of Research in Medical Sciences (ZJRMS)*; 14(9). 60-63.
- Shorey, R.C., Stuart, G.L., Anderson, S. J. (2013) Early maladaptive schemas among young adult male substance abusers: a comparison with a non-clinical group. *Subst Abuse Treat.* 44(5). 522-527. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2012.12.001>
- Young, J. E. (2014) Schema therapy: a practitioner's guide. *Counselling Psychology Quarterly*. 17 (1). 1-11.

Early Maladaptive Schemas as Determinants of Student's Youth Lifestyle**Zubenko Olesya***postgraduate student, Department of Psychological Counseling and Psychotherapy
V.N. Karazin Kharkiv National University
6 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine, 61022*

The article is devoted to the problems of studying the life style in psychology and the factors of its formation. The aim of the work is to establish the role of early maladaptive schemas as factors in the formation of certain aspects of student youth lifestyle. Early maladaptive schemas are considered according to J. Young's concept as models of reality perception which were formed in childhood under the influence of traumatic events and represent the perception and interpretation mechanisms of life experience. The empirical research was carried out on a student sample (21-27 years old) of both sexes; the total number of the studied people was 195. The method of early memories analysis and its quantitative assessment by the parameters of social interest, life position questionnaire, self-assessment of personality maturity, method of personality maturity diagnosis, world assumptions scale, diagnosing of interpersonal relationships style, differential emotions scale and J. Young's early maladaptive schemas (EMS) questionnaire were used in the investigation. The results in six typical models lifestyles constructing were identified: "Avoidance of contact", "Superiority Complex", "Assertiveness", "Mimetism", "Maturity", "Interpersonal dependence". Specific and nonspecific mechanisms of EMS influence on lifestyles has been established. Nonspecific mechanism was revealed only for the "Interpersonal dependence" style. The styles "Avoidance of contact", "Mimetism", "Superiority Complex", "Assertiveness", "Maturity" revealed specific mechanisms, which consist in traumatic foundation presence formed by certain EMS for each style. "Avoidance of contact" is shaped like enhanced autonomy and intimacy avoidance. "Mimetism" is associated with overcoming the inferiority feelings by imitating worthy socially approved behavior. The "Superiority complex" is a protective "mask" associated with the conflict between the inferiority feeling and the Self-grandiosity. Life styles that are mature ("Maturity" and "Assertiveness") have traumatic basis, formed due to fixations in the early stages of personality development, and the ability to achieve mature aspects of personality occurs through various coping strategies.

Key words: *lifestyle, early personality experience, early maladaptive schemas, student youth.*

Надійшла до редакції 25.03.2021
